



**KUULOVAMMAISTEN JA KIELIHÄIRIÖISTEN
NUORTEN SOPEUTUMISVALMENNUSKURSSI**
Projektikuvaus ratsastusterapiapainotteisen
sopeutumisvalmennuskurssin järjestämisestä.

Maarit Jetsu
Annika Taipale
Elina Vettenterä
SPT3S1

Opinnäytetyö
Joulukuu 2006



**JYVÄSKYLÄN
AMMATTIKORKEAKOULU**

Sosiaali- ja terveysala

Tekijä(t) Jetsu, Maarit Taipale, Annika Vettenterä, Elina	Julkaisun laji Opinnäytetyö	
	Sivumäärä 53	Julkaisun kieli suomi
	Luottamuksellisuus <input type="checkbox"/> Salainen _____ saakka	
Työn nimi KUULOVAMMAISTEN JA KIELIHÄIRIÖISTEN NUORTEN SOPEUTUMISVALMENNUSKURSSI. Projektikuvaus ratsastusterapiapainotteisen sopeutumisvalmennuskurssin järjestämisestä.		
Koulutusohjelma Fysioterapian koulutusohjelma		
Työn ohjaaja(t) Hynynen, Pirjo Nieminen, Minna		
Toimeksiantaja(t) SAKOL, Minna Nieminen		
Tiivistelmä <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata projektimuotoisesti Suomen Aistivammaiskoulujen Oppilasliitto ry:n (SAKOL) sopeutumisvalmennuskurssin järjestämistä. Kurssin suunnittelu aloitettiin syyskuussa 2005 ja se järjestettiin kesäkuussa 2006 Alavuden ratsastuskoululla. Kurssi oli tarkoitettu 13- 17- vuotiaille kuulovammaisille ja kielihäiriöisille nuorille, jotka tarvitsivat tukea kasvuunsa sekä kehitykseensä ja olivat syrjäytymisvaarassa. Kurssin pääteemoina olivat ratsastusterapia sekä hevostoiminnot. Tavoitteena oli nuorten itsenäistymistaitojen ja vastuun harjoittaminen uusissa ympäristöissä.</p> <p>SAKOL tukee toiminnallaan Suomen aistivammaiskoulujen opetus- ja kasvatustyötä järjestäen koulujen ja niiden oppilaskuntien kanssa yhteistyössä oppilaiden kasvua ja kehitystä tukevia liikunta- ja kulttuuritapahtumia sekä sopeutumisvalmennusta. Vuosittain SAKOL järjestää sopeutumisvalmennuskurssin erilaisille kohderyhmille vaihtuvien teemojen mukaisesti.</p> <p>Sopeutumisvalmennus kuuluu osana lääkinälliseen kuntoutukseen ja sen tarkoituksena on auttaa sairastunutta henkilöä elämään täysipainoista elämää sairauden kanssa. Tavoitteet ovat hyvin käytännönläheisiä ja tärkeä osa valmennusta on vertaistuen saaminen muilta samassa tilanteessa olevilta. Vertaistuki on tärkeää erityisesti nuorille koska nuoruudessa läheisten ystävyyssuhteiden merkitys tulee tärkeäksi etenkin valtaväestöstä poikkeavilla nuorilla, koska poikkeavuus johtaa usein sosiaaliin vaikeuksiin ja sitä kautta syrjäytymiseen. Nuoren mukauttaminen normaaliopetukseen saattaa vielä provosoida kiusaamista ja syrjäytymistä.</p> <p>Ratsastusterapia on koulutetun ratsastusterapeutin ja hevosen yhdessä toteuttamaa kokonaisvaltaista kuntoutusta, joka on yksilöllistä, suunnitelmallista ja tavoitteellista. Terapia tukee ja täydentää sosiaalisen, kasvatuksellisen, lääkinällisen ja psykiatrisen kuntoutuksen tavoitteita.</p> <p>Kokonaisuudessaan kurssi toteutui hyvin ja saavutimme sille asetetut tavoitteet onnistuneesti. Itse saimme paljon kokemusta isomman kokonaisuuden organisoinnista ja toteutuksesta, joita voimme varmasti hyödyntää jatkossa. Kirjallista tuotostamme myös muut voivat jatkossa käyttää mallina vastaavanlaisen projektin toteuttamisessa.</p>		
Avainsanat (asiasanat) sopeutumisvalmennus, kuulovamma, kielihäiriö, ratsastusterapia, hevostoiminnot		
Muut tiedot		

Author(s) Jetsu, Maarit Taipale, Annika Vettenterä, Elina	Type of Publication Bachelor's Thesis	
	Pages 53	Language Finnish
	Confidential <input type="checkbox"/> Until _____	
Title ADAPTATION TRAINING COURSE FOR YOUNG PEOPLE SUFFERING FROM HEARING IMPAIRMENT AND LANGUAGE PROBLEMS. A description of a project about how an adapting training course which included hippotherapie was organized		
Degree Programme Physiotherapy		
Tutor(s) Hynynen, Pirjo Nieminen, Minna		
Assigned by SAKOL, Minna Nieminen		
Abstract Purpose of this bachelor's thesis was to describe the project of organizing an adaptation training course under of Finland's student body for the sense-impaired (SAKOL). The planning of the course was started in September 2005 and it was organized in the summer of 2006 at Alavus Riding School. The course was meant for young people aged between 13 and 17 and who suffer from hearing impairment or difficulties in communication or understanding or producing speech. These young people need support for their growth and development and are in danger of social exclusion. The main themes of the course were hippotherapy and working with horses. The aims of the course were to encourage the young to take responsibility for themselves and to become more independent and to do this in unfamiliar surroundings. SAKOL's operation supports the teaching and education in Finland's schools for the sense-impaired by organizing different kinds of sport and culture events and adaptation training courses together with schools and their student bodies. The courses and events aim at supporting pupils' growth and development. SAKOL organizes annual adaptation training courses for different target groups and with changing themes. Adaptation training is a part of medical rehabilitation and its purpose is to help a disabled person to lead a balanced life despite his or her disease. The aims of training are very practical and peer support from persons in similar situations in life has a significant role in the training. Peer support is particularly important for young people because close friendships are important especially for the young people who differ from the majority of people. Being different often leads to social difficulties and through that to social exclusion. Integrating the young to general education can furthermore provoke bullying and lead to exclusion from normal social relationships. Hippotherapy is holistic rehabilitation provided by a trained hippotherapist and a horse suitable for the task. Hippotherapy provides individual, systematic and targeted therapy. The therapy supports and supplements the aims of social, educational, medical and psychiatric rehabilitation. All in all, the course was a success and we managed to attain the goals set for the course. We got a lot of experience in organizing and executing a larger project and we will surely be able to make use of these experiences in the future. Moreover, others can later use our thesis as an aid for executing a similar project.		
Keywords Adapting training, hearing impairment, language problem, hippotherapie		
Miscellaneous		

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	3
2 SOPEUTUMISVALMENNUS	4
3 SUOMEN AISTIVAMMAISKOULUJEN OPPILASLIITTO RY (SAKOL)	5
4 RATSASTUSTERAPIA	6
4.1 Ratsastusterapian tausta ja tarkoitus	6
4.2 Ratsastusterapian tavoitteet ja vaikutukset	7
5 KUULOVAMMA JA KIELIHÄIRIÖ	12
5.1 Kuulovamma	12
5.2 Kielihäiriö	14
6 NUORUUS	15
6.1 Nuoruuden kehitysvaiheet	16
6.2 Sosiaaliset taidot ja syrjäytyminen	16
7 PROJEKTI	18
7.1 Tausta ja tarve.....	18
7.2 Kohderyhmä.....	18
7.3 Tavoitteet.....	20
7.4 Suunnittelu	21
7.5 Toteutus.....	22
7.6 Resurssit ja kustannusarvio	26
7.7 Tiedotus, raportointi ja arviointi	28
8 POHDINTA.....	30
8.1 Suunnittelu	30
8.2 Toteutus.....	31
8.3 Arviointi	33
8.4 Kokonaisuus	33
LÄHTEET.....	35

LIITTEET.....	38
LIITE 1. Kurssin toivekyselylomake	38
LIITE 2. Kurssin tiedote.....	41
LIITE 3. Kurssin hakemuslomake.....	42
LIITE 4. Kurssin alustava ohjelma.....	43
LIITE 5. Kurssin palautekysely.	45
LIITE 6. Ilmoitus kurssille valituille.....	46
LIITE 7. Varustelista.....	47
LIITE 8. Kurssipaikan varmistuslomake.	48
LIITE 9. Kurssiraportti.	49

KUVIOT

KUVIO 1. Kurssipaidan painaminen.....	23
KUVIO 2. Evästarpeiden ostaminen.	24
KUVIO 3. Vikellystä.	24
KUVIO 4. Evästauko.....	25
KUVIO 5. Taitorata.	26

TAULUKOT

TAULUKKO 1. Kurssilaisten ikä.	19
TAULUKKO 2. Kurssilaisten diagnoosit.	19
TAULUKKO 3. Työsuunnitelma.	21
TAULUKKO 4. Tulot.....	28
TAULUKKO 5. Menot.	268

1 JOHDANTO

Suomen Aistivammaiskoulujen Oppilasliitto ry (SAKOL) toimii peruskouluikäisten aisti- ja kommunikaatiovammaisten oppilaiden yhteisten etujen valvojana ja edistäjänä. Tavoitteena on lisätä ja edistää sosiaalista kanssakäymistä sekä hyvien ja luotettavien ihmissuhteiden kehittymistä. Liitto järjestää opinto-, tiedotus- ja koulutustoimintaa sekä oppilaiden henkisiä ja fyysisiä valmiuksia kehittäviä tapahtumia, esimerkiksi tietokilpailuja ja urheilutapahtumia. SAKOL järjestää vuosittain myös sopeutumisvalmennuskurssin erilaisille kohderyhmille vaihtuvien teemojen mukaisesti.

Kesällä 2006 järjestettävä sopeutumisvalmennuskurssi on tarkoitettu 13 -17 -vuotiaille kuulovammaisille ja kielihäiriöisille nuorille, jotka tarvitsevat tukea kasvuunsa sekä kehitykseensä ja ovat syrjäytymisvaarassa. Kurssin pääteemana ovat ratsastusterapia ja hevostoiminnot sekä liikunnalliset aktiviteetit. Tavoitteena on jokapäiväisten itsenäistymistaitojen ja vastuun harjoittaminen uusissa ympäristöissä. Kurssille valitaan 15 nuorta ja valinnoissa huomioidaan erityisesti Usher- syndroomaa sairastavia nuoria.

Opinnäytetyömme tarkoituksena on kuvata projektimuotoisesti Suomen Aistivammaiskoulujen Oppilasliitto ry:n (SAKOL) sopeutumisvalmennuskurssin järjestämistä. Opinnäytetyön aiheen pohtimisen aloitimme elokuussa 2005. Olimme kiinnostuneet tekemään työn ratsastusterapiaan liittyen, ja siksi otimme yhteyttä Haukkarannan koulun ratsastus- ja fysioterapeutti Minna Niemiin. Syksyn 2005 aikana aihe tarkentui ratsastusterapiapainotteisen sopeutumisvalmennuskurssin järjestämiseksi. Fysioterapeutit ovat usein mukana järjestämässä erilaisia sopeutumisvalmennuskursseja. Työmme myötä saamme itse kokemusta isomman projektin suunnittelusta ja toteutuksesta, jota voimme tulevaisuudessa hyödyntää. Kirjallista tuotostamme myös muut voivat jatkossa käyttää mallina vastaavanlaisen projektin toteuttamisessa.

2 SOPEUTUMISVALMENNUS

Sopeutusvalmennuksella tarkoitetaan kuntoutujan ja hänen omaistensa ohjausta ja valmentautumista sairastumisen tai vammautumisen jälkeisessä elämäntilanteessa (A 1015/1991). Valmennuksen tarkoituksena on auttaa sairastunutta/ vammautunutta henkilöä elämään täysipainoista elämää sairauden/ vamman kanssa. Sopeutusvalmennusta järjestetään yleensä kurssimuotoisena, mutta myös säännöllisesti kokoontuvat ryhmät ja vertaistukitoiminta ovat sopeutusvalmennusta. Kursseja järjestetään myös vammaisten lasten perheille ja omaisille. (Sopeutusvalmennus 2002.)

Sopeutusvalmennus kuuluu osana lääkinnälliseen kuntoutukseen, joka määritellään kansanterveyslaissa (L 66/1972). Laki määrittelee kunnan tehtäväksi järjestää asukkaidensa sairaanhoito. Sairaanhoidon kuuluvat lääkärin tutkimus ja hänen antamansa tai valvomansa hoito sekä lääkinnällinen kuntoutus. Läkinnälliseen kuntoutukseen kuuluvat kuntoutusohjaus, kuntoutustutkimukset, erilaiset terapiamuodot, apuvälinehuolto, kuntoutusjaksot/ laitokuntoutus sekä sopeutusvalmennus. Läkinnällisen kuntoutuksen tarkoituksena on parantaa ja ylläpitää kuntoutujan fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä sekä tukea itsenäistä selviytymistä päivittäisissä toiminnoissa. Läkinnällinen kuntoutus pohjautuu kuntoutussuunnitelmaan, joka laaditaan yhdessä kuntoutujan ja tarvittaessa myös omaisten kanssa. (A 1015/1991.)

Sopeutusvalmennusta järjestävät vammaisjärjestöt, kuntoutuslaitokset sekä kunnat ja kuntayhtymät. Sopeutusvalmennusta toteutetaan kehitysvammaisten erityishuoltona, kunnallisena vammaispalveluna ja sairaaloiden, terveyskeskusten ja kansaneläkelaitoksen kustantamana. Toimintaa voi rahoittaa myös esimerkiksi Raha- automaattiyhdistys (RAY). (Viitapohja, K. 2004, Sopeutusvalmennus 2002.)

Sopeutusvalmennuskurssien sisältö suunnitellaan kohderyhmän mukaan. Tavoitteet ovat usein hyvin käytännönläheisiä, esimerkiksi itsenäisen asumisen oppiminen. Sen avulla pyritään vahvistamaan potilaan omaa elämänhallintaa, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä ja lisäämään luottamusta omiin ratkaisumalleihin. Tärkeä osa valmennusta on myös jaksoilla saatava vertais-

tuki muilta samassa tilanteessa olevilta ihmisiltä. (Sorri, M., Huttunen, K., Rüdankko, S-L. & Akaan- Penttilä, E. 2001, 291.)

Sopeutumisvalmennusta on mahdollista saada myös yksilöllisesti. Yksilöllinen sopeutumisvalmennus on tarkoitettu henkilöille sekä heidän perheilleen, jotka ovat vasta äskettäin vammautuneita ja joiden itsenäisyyden ja toimintakykyisyyden säilymiseen tai parantumiseen voidaan vaikuttaa myönteisesti sopeutumisvalmennuksen avulla. Kuntoutuksen tarve todetaan kuntoutuspäätöksessä, joka on tehty kuntoutussuunnitelman perusteella. Valmennukseen kuuluu henkilökohtaisen ohjelman suunnittelu tilanteen ja tarpeiden mukaan. Tähän sisältyy mm. terapiakeskusteluja, sosiaalisten taitojen sekä itsenäisen toiminnan ohjausta ja harjoittelua, kontakteja ja vertaistuen saantia muilta vammautuneilta henkilöiltä sekä tarpeen mukaan asumisvalmennusta. Tavoitteena on edistää vammautuneiden valmiuksia toimia omassa elinympäristössään mahdollisimman itsenäisesti ja täysipainoisesti. Heitä tuetaan asettamaan tavoitteita omalle elämälleen sekä myös saavuttamaan ne. Lasten ja nuorten kohdalla keskitytään tukemaan lasta arkipäivästä selviytymisessä sekä vahvistamaan ja tukemaan hänen itseluottamusta ja minäkuvan hahmottamista. Omaisten osallistuessa valmennukseen tavoitteena on erityisesti vanhemmuuden vahvistaminen sekä parisuhteen tukeminen. Myös vammautuneen sisaruksia autetaan jäsentämään ajatuksiaan ja kokemuksiaan vammaisen lapsen/nuoren sisaruksena. (Yksilöllinen sopeutumisvalmennus).

3 SUOMEN AISTIVAMMAISKOULUJEN OPPILASLIITTO RY (SAKOL)

Suomen Aistivammaiskoulujen Oppilasliitto ry on perustettu vuonna 1973 ja se tukee toiminnallaan Suomen aistivammaiskoulujen opetus- ja kasvatustyötä järjestäen koulujen ja niiden oppilaskuntien kanssa yhteistyössä oppilaiden kasvua ja kehitystä tukevia liikunta- ja kulttuuritapahtumia sekä sopeutumisvalmennusta. Liitto järjestää oppilaille tilaisuuksia solmia ja ylläpitää ystävyys-suhteita eri aistivammaiskoulujen oppilaiden välillä sekä luoda valmiuksia sopeutua muuttuvaan ympäristöön. (Hätinen 2006.)

Liiton tarkoituksena on toimia aisti- ja kommunikaatiovammaisten peruskouluikäisten oppilaiden yhteisten etujen valvojana ja edistäjänä ja lisätä sosiaalista kanssakäymistä sekä viihtyvyyttä. Toiminnan tarkoituksena on myös edistää hyvien ja luotettavien ihmissuhteiden kehittymistä. Tavoitteena on kehittää oppilaiden henkisiä ja fyysisiä kykyjä sekä oppilaiden valmiuksia jatko-opintoihin ja yhteiskunnallisiin asioihin vaikuttamiseen. (Hätinen 2006.)

Tarkoitustensa toteuttamiseksi liitto voi toimeenpanna oppilaiden yhteiskunnallisia valmiuksia kehittäviä tilaisuuksia sekä järjestää opinto-, tiedotus- ja koulutustoimintaa tai järjestää oppilaiden henkisiä ja fyysisiä valmiuksia kehittäviä tapahtumia. Varojen hankkimiseksi liitto voi kerätä vuosittain määrätyn jäsenmaksun, järjestää pääsymaksullisia tilaisuuksia, myyjäisiä, arpajaisia sekä ottaa vastaan avustuksia ja lahjoituksia. Liittoon voi liittyä jäseneksi peruskoulua käyvät aistivammaiskoulujen tai – luokkien oppilaat ensimmäiseltä luokalta lähtien sekä muut yksityiset henkilöt ja oikeuskelpoiset yhteisöt ja säätiöt. (Hätinen 2006.)

4 RATSASTUSTERAPIA

4.1 Ratsastusterapian tausta ja tarkoitus

Ratsastusta alettiin kehittää kuntoutusmuotona toisen maailmansodan jälkeen ja on tänä päivänä hyväksytty kuntoutusmuoto ympäri maailmaa. 1970-luvun alussa Suomen Kuntoutusliitto toi toiminnan Suomeen vammaisratsastuksen nimellä ja aloitti ratsastusterapia-koulutuksen vuonna 1988. Nykyään ratsastusterapia erotetaan kuitenkin vammaisratsastuksesta, joka on harrastustoimintaa. (Ratsastusterapia 2005; Viitapohja 2004.)

Ratsastusterapia on ratsastusterapeutin sekä hevosen yhdessä toteuttamaa kokonaisvaltaista kuntoutusta, joka tukee ja täydentää sosiaalisen, kasvatuksellisen, lääkinnällisen sekä psykiatrisen kuntoutuksen tavoitteita. Terapiassa painottuvat mm. motoriset, pedagogiset tai psykologiset tavoitteet terapeutin pohjakoulutuksesta riippuen. Ratsastusterapia on yksilöllistä, suunnitelmallista sekä tavoitteellista kuntoutusta, ja se vaatii terapeutilta herkkyyttä sekä am-

mattitaitoa havainnoida ja ohjata ihmisen sekä hevosen välistä vuorovaikutusta niin, että terapia auttaa kuntoutujaa saavuttamaan terapialle asetetut tavoitteet. Ratsastusterapiaa voidaan käyttää itsenäisenä terapiana tai se voi nivoutua asiakkaan kokonaiskuntoutukseen. Ratsastusterapian voi korvata mm. Kansaneläkelaitos (Kela), sosiaali- tai terveystoimi, sairaanhoitopiirit tai vakuutusyhtiöt. (Ratsastusterapia 2005; Hevosopisto Ypäjä.)

Ratsastusterapia perustuu hevosen luomaan liike- ja rytmikokemukseen, jonka lisäksi hevonen tarjoaa asento-, tasapaino- ja tuntoaistimuksia, jotka auttavat mm. kehokuvan hahmottamisessa. Hevonen on sosiaalinen ja yhteistyöhaluinen eläin, johon saa helposti otettua kontaktin. Tällöin toiminta hevosen kanssa on helppoa ja palkitsevaa, joka näin ollen myös motivoi jatkamaan yhteistyötä. Hevosen avulla ihminen pystyy voittamaan itsensä, tuntemaan kunnioitusta ja yhteenkuuluvuutta, saamaan positiivisia sekä lasten kohdalla erityisesti kehitykselle välttämättömiä negatiivisiakin kokemuksia. Lisäksi hevosen hoitaminen ja siitä huolehtiminen kasvattaa ihmisen vastuuntuntoa. Hevonen houkuttelee ruumiinlämmöllään, pehmeällä karvallaan ja ystävällisellä olemuksellaan ihmistä hyväilemään, silittämään, harjaamaan sekä mukautumaan sen kannettavaksi. Ihmisen itseluottamus kasvaa, kun iso, voimakas ja kunnioitusta herättävä eläin mukautuu hänen tahtonsa mukaan ohjailtavaksi. Terapiatilanteissa hevonen ottaa kontaktia, osoittaa kiinnostusta, vahvistaa ratsastajan reaktioita, antaa emotionaalisia vastareaktioita, osoittaa positiivisia tunteita ja tekee hyvää yhteistyötä. Hevosta käsitellessä ihminen oppii myös hillitsemään mahdollisia aggressioitaan, sillä hevonen reagoi myös rajuihin otteisiin, esim. luimistelemalla korviaan tai heilauttamalla häntäänsä. Ihminen oppiikin tulkitsemaan omia tunteitaan sekä toimintojaan hevosen reaktioiden kautta ja ymmärtää näin mahdollisuutensa vaikuttaa hevosen reaktioihin. (Ratsastusterapia 2005; Palola 2003, 86.)

4.2 Ratsastusterapian tavoitteet ja vaikutukset

Ratsastusterapian tavoitteet ovat aina yksilöllisiä. Tavoitteena on itseohjautuvuus sekä opittujen taitojen ja tunteiden ottaminen mukaan jokapäiväiseen elämään. Terapiassa ihminen on mukana hyvin kokonaisvaltaisesti koko kehollaan, tunteellaan sekä ajatuksillaan, ja on jatkuvassa kosketus-, tunne- ja

liikevuorovaikutuksessa hevosen ja sen elinympäristön kanssa. Ensisijainen vaatimus terapian toteuttamiselle on turvallisuus, joka edellyttää toimivaa ja luottamuksellista vuorovaikutusta ratsastajan, hevosen sekä terapeutin välillä. Tämän vuoksi myös hevosen tulee terapeutin ohella olla tehtävään koulutettu. (Suomen Ratsastusterapeutit ry.)

Ratsastusterapian **fyysisiä vaikutuksia** ovat hevosen liikkeiden kautta lihaksistoon tuleva rasitus, rentoutuminen, koordinaation, ryhdin, lihasvoiman ja tasapainon parantuminen sekä motoriikan monipuolinen kehittyminen. Maastossa liikkuminen kehittää erityisesti kestävyyttä ja tallityöskentely sekä hevosenhoito käsien käyttöä. Ratsastusistunta harjoittaa hyvin pään ja vartalon hallintaa sekä tasapainoa. Liikkuva hevonen vaatii ratsastajalta jatkuvasti aktiivista työskentelyä ja reagointia vartalon hallitsemiseksi sekä tasapainon säilyttämiseksi samalla, kun hevosen liikkeet mobilisoivat erityisesti lonkkia, lantiota ja selkärankaa. Hevosen tasaisen rytmikäs käynti vaikuttaa edullisesti lihasjänteävyyteen vähentämällä spastisuutta. Ratsastusterapialla voidaan vaikuttaa edullisesti myös hengitykseen ja puheen tuottamiseen hevosen rytmikäiden liikkeiden tahdittaessa ja tehostaessa hengitystä. (Suomen Ratsastusterapeutit ry.)

Brasiliassa (2006) tehdyssä tutkimuksessa tarkasteltiin ratsastusterapian vaikutuksia tasapainoon neurologisilla asiakkailla. Heistä kaksi oli naisia sekä kolme miehiä ja heidän keskimääräinen ikänsä oli 36 vuotta. Tutkimuksessa annettiin ratsastusterapiaa kymmenen viikon ajan, 30min/ terapiakerta. Harjoitteissa keskityttiin nimenomaan tasapainon parantamiseen. Arviointimenetelmänä käytettiin Berg- asteikkoa, ja mittaukset tehtiin ennen terapiajaksoa sekä sen jälkeen. Tulosten perusteella koehenkilöiden tasapaino parantui ratsastusterapian avulla. Yhtenä tulosten perusteluna tutkimuksessa kerrottiin ratsastusterapian kolmiulotteisesta liikkeestä, jonka avulla ratsastajat pystyvät saamaan tarkoituksenmukaista sensorista tietoa ja muuttamaan tonustaan lähemmäksi normaalia tasoa. Tämä puolestaan edesauttoi heitä reagoimaan paremmin eri tilanteissa tasapainon säilyttämiseksi. (Maluf 2006, 73.)

Selvinen (2006, 79) tarkasteli yksittäisenä case-tapauksena ratsastusterapian vaikutuksia 28- vuotiaan, MS- tautia sairastavan mieshenkilön tasapainoon.

Henkilö liikkui pääosin pyörätuolilla heikon tasapainon vuoksi, jonka lisäksi hänellä oli ongelmana ataksia, heikko kehonhahmotus sekä visuaaliset ongelmat. Tasapainoa mitattiin ”the force platform”- tekniikalla, joka kertoo tarkasti kehon horjunnan määrän. Ratsastusterapiakertoja oli kolme, ja tasapainomittaukset suoritettiin aina ennen terapian alkua sekä terapian jälkeen. Tulokset kertoivat, että koehenkilöllä ilmeni vähemmän kehon horjuntaa ratsastusterapian jälkeen verrattuna ennen terapiaa tehtyyn alkumittaukseen. Tasapainon paraneminen oli havaittavissa myös koehenkilön kävelyssä, sillä ratsastusterapian jälkeen hän tarvitsi huomattavasti vähemmän tukea ja myös kävelyn laatu parani. Selvisen mukaan tasapainon harjoittaminen hevosen selässä ei ole pelkästään tehokasta vaan myös motivoivaa ja hauskaa.

Selvisen (2004, 22) mukaan hevosen rytmikkäät liikkeet aktivoivat monipuolisesti ratsastajan aistitoimintaa eli **sensoriikkaa**, jota tarvitaan havaintojen syntymiseen, asentojen säätelyyn sekä liikkeiden oppimiseen. Sensoriset aistimukset parantavat tietoisuutta omasta kehosta, jolloin liikkeiden suunnittelu ja taitavuus paranevat. Hevosen lämpö ja liikkeiden rytmi ovat yhdistelmä tekijöitä, joilla on ainutlaatuinen vaikutus. Hevosen kävellessä siitä välittyy ratsastajaan minuutin aikana n. 100 moniulotteista, symmetristä sekä rytmistä liikeimpulssia, jotka ovat hyvin samankaltaisia kuin ihmisen normaalissakin kävelyssä. Kun tähän yhdistetään lisäksi hevosen lämpö, joka on 1,5 astetta ihmisen ruumiinlämpöä korkeampi, saadaan luotua vaikutus, jota ei mekaanisesti pystytä jäljittelemään. Näin ollen liikuntavammainen, joka ei pysty kävelemään omatoimisesti, saa hevosen selässä ratsastaessaan sensomotorisen kokemuksen kävelystä. (Suomen Ratsastusterapeutit ry; Palola 2003, 86 - 87.) Näiden lisäksi hevonen erilaisine ympäristötekijöineen tarjoaa myös monipuolisia hajua-, kuulo- ja näköaistimuksia. (Suomen Ratsastusterapeutit ry). Ratsastaessa tai taluttaessa hevosta täytyy jatkuvasti käsitellä tilan etäisyyksiä ja ulottuvuuksia. Työskentely hevosen kanssa niin maasta käsin kuin ratsainkin tukee avaruudellisten suhteiden hahmottamista ja kehittymistä sekä stimuloi **proprioseptiikkaa**, joka auttaa ihmistä tasapainon säilyttämisessä ja liikkeiden tarkkuuden kontrolloinnissa tilassa. (Suomen Ratsastusterapeutit ry; Camenzind 2006, 96.) Tunne-epävarmuudesta kärsivät motorisesti kömpelöt lapset saavat ratsastaessaan tuntoaisti-informaatiota sekä kokemuksia tasapainostaan ja suhteestaan tilaan, kuten asennon muutoksista hevosen seläs-

sä sekä painopisteen erilaisesta sijoittumisesta suhteessa hevosen liikkeeseen. Näiden avulla heidän liikkumisvarmuutensa lisääntyy ja liikkeiden koordinaatio paranee. Tämä puolestaan lisää oleellisesti lapsen vuorovaikutustaitoja, laajentaa hänen liikkumis- ja toimintaympäristöä, kohottaa itsetuntoa sekä parantaa samalla lapsen koulumenestystä. (Palola 2003, 90 - 91.)

Ratsastusterapialla voidaan vaikuttaa positiivisesti myös **kasvatukseen**, esim. itsehillinnän kehittymisellä, keskittymiskyvyn parantumisella sekä ohjeiden ja sääntöjen noudattamisella. Toiminta talliympäristössä ja hevosen parissa luo toiminnalle selkeät rajat ja tarjoaa mielekästä, kokonaisvaltaista, monipuolista sekä konkreettista toimintaa. Hevonen tarjoaa luonnostaan jo koollaan sekä käytöksellään rajoja ihmisen toiminnalle, josta on hyötyä esimerkiksi lastensuojelussa oleville lapsille/nuorille, jotka tarvitsevat selkeitä rajoja elämäänsä. Ratsastusterapian luomat säännöt ovat hevosesta lähtöisin tai sen hyvinvoinnin takia luotuja, jolloin ihmisen on helppo noudattaa niitä. Pelon voittaminen, onnistumisen elämykset ja luottamus omiin kykyihin vahvistavat omaa minäkuvaa ja itsetuntoa. (Suomen Ratsastusterapeutit ry; Palola 2003, 85, 87.)

Hevosen tarjoamalla rytmisellä ja moniulotteisella liikkeellä voidaan vaikuttaa jo hyvin varhaisessakin vaiheessa lapsen kasvuun ja kehitykseen. Selässä istuessaan ratsastaja mukautuu liikkeeseen passiivisaktiivisesti pienin liikkein, jota voidaan verrata äitinsä sylissä istuvaan lantiosta tuettuun lapseen. Tämä äidin sylin tarjoama varhaisen liikevuorovaikutuksen puute saattaa aiheuttaa ruumiintoiminnoissa ilmenevää liikuntahaluttomuutta ja - kyvyttömyyttä, tasapainovirheitä sekä lisäksi syömis- ja uniongelmia. Uskaltautuessaan rentoutumaan hevosen selässä, ratsastaja saa sisäisen tasapainon kokemuksen ratsastustasapainon muodossa, joka auttaa hänen psyykkistä rentoutumistaan sekä laukaisee kehon jännitystiloja. (Palola 2003, 90.)

Palolan (2003, 89, 91) mukaan ratsastusterapian **sosiaalisina vaikutuksina** voidaan pitää sosiaalisen käyttäytymisen kehittymistä, johon kuuluu toisten huomioiminen, vuorovaikutustaidot, yleiset hyvät tavat sekä avuliaisuus. Vuorovaikutustaitoihin pyritään vaikuttamaan ratsastusterapiassa erityisesti silloin, kun ihmisellä on psyykkisiä ja sosiaalisia ongelmia. Hevosen kanssa toimiminen tarjoaa sekä monipuolisia että haastavia vuorovaikutustilanteita, jotka ke-

hittävät tunne-elämää sekä rehellistä ja aitoa kommunikaatiokykyä. Hevonen on lähtökohtana sosiaalisille kontakteille sekä yhdessä toimimiselle, ja toimii yhdysiteenä ja yhteisenä teemana terapeutin sekä asiakkaan välissä. Terapia sisältää mm. paljon emotionaalista vuorovaikutusta hevosen kanssa, kuten hoitamista, huolenpitoa, luontokokemuksia sekä rentoutumista hevosen selässä. Ratsastusterapeutin rooli korostuu terapiassa, sillä hänen tehtävänä on ohjata asiakas myönteiseen vuorovaikutussuhteeseen hevosen kanssa eli toimia ns. tulkkina. Tämän ansiosta asiakas pääsee usein paremmin kontaktiin ja vuorovaikutukseen myös perheen, avustajien ja muiden talliympäristössä olevien henkilöiden kanssa. Sosiaalisessa kanssakäymisessä sekä vuorovaikutuksessa tunteet ovat merkittävässä roolissa ja ne voidaan kokea helpoiten kehokontaktien (halailu, silittely, peuhaaminen, kantaminen) avulla, jotka usein ovat laiminlyödyt lasten kasvatuksessa. Suhde hevoseen tarjoaa huolenpidon ja kiintymyksen puutteesta sekä hylkäämisistä ja ihmissuhteiden väkivaltaisuudesta kärsiville lapsille toimintaa, jossa he saavat itse tarjota huolenpitoa ja osoittaa kiintymystä, mikä luo mahdollisuuden tuntoa ja kokea oma sosiaalinen hyödyllisyytensä. Talliympäristössä nuoret saavat rakentaa omaa identiteettiään.

Esimerkiksi häiriökäyttäytyvät lapset ja nuoret kärsivät usein mm. tunneyhteyksien puutteesta. Saksassa on saatu hyviä tuloksia tunnevajavuuksien korjaamisesta sekä kontaktikyvyn ja sosiaalisen kanssakäymisen kehittämisestä ”poniterapian” avulla. Terapia on toteutettu pienryhmissä ja toiminnassa lapsille on annettu aikaa elämyksille sekä kanssakäymiselle ponien kanssa. Lapset ovat saaneet silittelää ja harjata poneja, seurata niiden touhuja, istua, ratsastaa sekä maata niiden selässä ja kokea niiden reaktioita eri toimintoihin. Terapia on tuottanut tulosta, sillä esimerkiksi arat lapset ovat voittaneet monia pelkojaan, lapset ovat olleet avuliaita toisiaan kohtaan ja usein ryhmän ulkopuolelle jääneet lapset on hyväksytty tasavertaisiksi leikkitovereiksi. (Palola 2003, 89.)

Hevosta sekä ratsastuksen haastavuutta pidetään hyvinä motivointikeinoina myös oppimishäiriöistä kärsiville ihmisille, sillä haasteista selviytyminen lisää psyykkistä mielihyvää. Oppimishäiriöihin kuuluu mm. lukemisen, laskemisen ja kirjoittamisen ongelmat sekä havaitsemisen, motoriikan, kielellisen kehityksen, käyttäytymisen sekä sosiaalistumisen häiriöt. Kuntoutuakseen ja oppiakseen

ihminen tarvitsee paljon rohkaisua, kannustusta, huomiota, kiitosta, onnistumisen kokemuksia sekä erityisesti motivointia. Sovitut säännöt ja rajat ovat myös tärkeänä apuna. Ratsastusterapian tarjoama tekemisen ilo ja vapaaehtoisuus ovat tärkeässä roolissa, sillä näin ihmisen ei tarvitse tuntea perusasioiden oppimista pakonomaisena ja koulumaisena harjoitteluna suorituspainneen. (Palola 2003, 87 - 88.)

5 KUULOVAMMA JA KIELIHÄIRIÖ

5.1 Kuulovamma

Kuulovammaisella tarkoitetaan sekä huonokuuloisia että kuuroja ihmisiä (Väättäinen 2005, 19). Korvan, kuulohermon ja keskushermoston vauriot ja sairaudet voivat aiheuttaa kuulovamman. *Huonokuuloinen* kuulee puhetta kuulokojeella ja saa vaihtelevasti siitä selvää. Hän käyttää apuna huulilta lukua ja kommunikoi puheella. Suomessa on noin 3000 *kuuroutunutta* ihmistä. Kuuroutuneet ovat menettäneet kuulonsa puheen oppimisen jälkeen. Kuuroutunut henkilö ei saa pelkästään kuulon kautta tai kuulokojeen avulla puheesta selvää, vaikka voivatkin kuulla ääniä. Kuuroutuneiden äidinkielenä on puhuttu kieli ja osa heistä on opetellut myös viitotun puheen, joka perustuu viittomamerkkeihin, jotka viitotaan puheen kanssa samanaikaisesti. Kuuroutunut henkilö kykenee puhumaan, mutta hän ei kuule mitä hänelle puhutaan. Syntymässä tai varhaislapsuudessa kuulonsa menettäneitä ihmisiä sanotaan *kuuroiksi*. Heitä on Suomessa noin 5000. Kuurot käyttävät äidinkielenään viittomakieltä, jossa on myös oma kielioppinsa. (Väättäinen 2005, 11-12.)

Kuulovammat ovat väestön yleisimpiä terveysongelmia. Niiden vallitsevuus väestössä on 15 %:n luokkaa. Ikäkuulo eli presbyakuusi on selvästi yleisin kuulovammojen aiheuttaja. Pienten lasten vaikeat kuulovammat ovat puolestaan suhteellisen harvinaisia; maassamme syntyy vuosittain 50-60 vaikeasti tai erittäin vaikeasti kuulovammaista lasta. Varhaislapsuuden kuulovammat vaikuttavat lapsen kielen ja puheen kehitykseen, koulussa selviytymiseen ja aikanaan lopulta työllistymiseenkin, toisin sanoen koko tulevaan elämään. (Sorri 2000, 78.)

Sorri (2000, 79) mukaan kuulovammat jaetaan kahteen päätyyppiin: konduktiivisiin ja sensorineuraalisiin kuulovammoihin. Näiden lisäksi voidaan puhua myös sentraalisesta ja sekatyypisistä kuulovammasta.

Konduktiivisessa kuulovammassa ääni ei pääse etenemään ulkokorvasta sisäkorvaan. Konduktiivisen kuulovamman aiheuttaja on joko ulko- tai välikorvan alueella. äänen kulkua ulkokorvan alueella voi vaikeuttaa esimerkiksi vahatulppa, synnynnäinen korvakäytävän epämuodostuma, korvatulehdus tai sen jälkitila tai tapaturma. Tavallisimpia pysyvän konduktiivisen kuulovamman aiheuttajia ovat tärykalvon tai välikorvan muutokset. Konduktiivinen kuulovamma ei koskaan aiheuta täyttä kuuroutta, vaan kuulokynnys on enimmillään alentunut noin 60dB:iin. Puheen erotuskyky on yleensä hyvä ja kuulokoje on tässä tapauksessa suureksi avuksi. (Sorri 2000, 79; Väättäinen 2005, 11-12.)

Sensorineuraalisessa eli perseptiivisessä kuulovammassa äänen vastaanottaminen sisäkorvassa tai viestin siirtyminen kuuloradan periferiassa, lähinnä kuulohermossa on häiriintynyt. Kokleaarista vammasta puhutaan jos vamma on sisäkorvassa ja sisäkorvaa sentraalisemmin sijaitseva vamma aiheuttaa retrokokleaarisen kuulovamman, joka on hermo-/ keskushermostoperäinen. Puheen erotuskyky on heikko, puhe kuullaan, mutta ääniteitä ja sanoja ei eroteta edes kuulokojeen avulla. (Sorri 2000, 80; Väättäinen 2005, 11-12.)

Sentraalisessa kuulovammassa vika on keskushermostossa (aivorungolla tai aivokuorella). Kuulontutkimuksissa ei välttämättä näy kuulon alenemaa, ongelmat ilmenevät kuullun ymmärtämisessä. Sentraalisen kuulovamman syitä voivat olla esimerkiksi vanheneminen, rappeumasairaudet, kasvaimet, tapaturmien jälkitilat tai synnynnäiset syyt. (Sorri 2000, 80; Väättäinen 2005, 19-20.)

Sekatyypinen kuulovamma on edellisten kuulovammojen yhdistelmä eli kombinoitu kuulovamma (Väättäinen 2005, 11-12).

5.2 Kielihäiriö

Kielihäiriöillä tarkoitetaan kyvyttömyyttä kommunikoida tehokkaasti kielen välityksellä ja käyttää kieltä oppimisen välineenä (Korpilahti 1996, 40). Ylihervan (2002) mukaan ongelmat ilmenevät kommunikaation ja vuorovaikutuksen vaikeutena sekä keskittymisen ja käyttäytymisen ongelmina. Kielenkehityksen ongelmat jaetaan karkeasti viivästymään, poikkeamaan ja häiriöön. Viivästy-mällä tarkoitetaan tilannetta, jolloin lapsen puhe ei ole kehittynyt oletettuun ikään mennessä tai odotetulla tarkkuudella, mutta kehitty kuitenkin normaali-lissa järjestyksessä. Kielen- ja puheenkehitys voi joskus viivästyä jopa vuosia. Poikkeama ilmenee esimerkiksi äänteiden korvautumisena tai päätteiden tai-vutusongelmana.

Puhe- ja kielihäiriöt voidaan luokitella usealla eri tavalla, esimerkiksi oireen tai etiologian mukaan, riippuen luokituksen käyttötarkoituksesta (Korpilahti 1996, 40- 41.) DSM- IV- luokituksen (1994) mukaan häiriöt jaetaan ekspressiiviseen, reseptiivis- ekspressiiviseen ja fonologiseen häiriöön. ICD–10-tautiluokitus (1999) taas jakaa häiriöt erityiseen puheen artikulaatiohäiriöön sekä puheen tuottamisen ja vastaanottamisen häiriöihin. (Yliherva 2002.) Puhe- ja kielihäiri-öiden etiologinen luokitus toimii puolestaan terapian sisällöllisen suunnittelun pohjana:

- keskushermostolliset (sentraaliset) syyt:
 - perinnölliset sairaudet
 - raskaudenaikaiset tai varhaiskehitykseen ajoittuvat keskusher-mostolliset toimintahäiriöt tai vauriot
- hankitut kieli- ja puhehäiriöt (traumaattiset syyt, aivokasvaimet)
- elimelliset sairaudet (esim. astma, infektiot, aineenvaihdunnan häiriöt)
- perifeeriset syyt (aistifysiologiset vajavuudet)
- psyykkiset syyt
- sosioemotionaaliset syyt (tunne- elämän häiriöt)
- yksilöllinen kehitysrytmin hitaus

(Korpilahti 1996, 41.)

Lapsen kielelliset taidot vaikuttavat laajasti myös hänen sosiaalisiin kykyihinsä. Kielen kehityksen ongelmiin liittyy hyvin usein vaikeuksia sosiaalisten taitojen oppimisessa sekä soveltamisessa päivittäisessä elämässä. Kielelliset vaikeudet herättävät usein ikätovereiden huomion, joka saattaa usein johtaa kiusaamiseen ja häiriköintiin, mikä puolestaan voi johtaa kielihäiriöisen lapsen itsetunnon alentumiseen ja syrjäytymisriskin kohoamiseen. Itsetunnon huonontuminen saattaa aiheuttaa myös aggressiivisuutta ja sitä kautta altistaa lasta tappeluihin. Aikuisen tulee ohjata ja kannustaa lasta osallistumaan leikkeihin ja sosiaalisiin kanssakäymisiin ikätovereiden kanssa, jotta lapsi saisi mahdollisuuden harjoitella erilaisia rooleja sekä saisi palautetta toisilta omasta käyttäytymisestään ja toiminnastaan. Samalla aikuinen auttaa lasta ymmärtämään myös sen, miksi hän tulee torjutuksi sekä voittamaan siitä aiheutuvan mielipahan. (Siiskonen ym. 2003, 254, 260- 261.)

Puheen- ja kielenkehityksen häiriöihin liittyvät psyykkiset ongelmat helpottuvat vähitellen kuntoutuksen myötä. Esimerkiksi puhetta tukevien ja korvaavien kommunikaatiokeinojen avulla saadaan vahvistettua kontaktia lapseen, joka kykenee ilmaisemaan tunteitaan ja tarpeitaan paremmin. Näin voidaan useammin välttyä kommunikaatiotilanteissa ilmeneviltä väärinkäsityksiltä. (Rantala & Hällback 1993, 22.)

6 NUORUUS

Nuoruutta voidaan usein pitää siirtymävaiheena aikuisuuteen, jonka aikana nuori varttuu niin psyykkisesti, fyysisesti kuin sosiaalisestikin. Tämän kasvuvaiheen aikana nuorella on mahdollisuus muokata omaa persoonallisuuttaan ja ympäristöään aikuisuuteen sopivaksi. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén 2003, 14.) Ikävuosina 10- 20/25 ihmisen persoonallisuus, tunne-elämä, sosiaalisuus sekä fyysiset ominaisuudet kehittyvät ja muuttuvat paljon. Tänä aikana ihminen alkaa luoda omia arvoja ja maailmankuvaansa sekä kohtaa itsenäistymisen haasteet. Jokainen ihminen kehittyy ja kasvaa yksilöllisesti omalla tavallaan ja ajallaan. Nuoruuden keskeisimpiin kehitystehtäviin kuuluu vanhemmista irtautuminen itsenäistymisprosessin kautta, oman ja sukupuoli-identiteetin vahvistaminen ja omaksuminen, yhteiskuntaan liittyminen sekä

omien arvojen selkiyttäminen, joilla on suuri vaikutus myöhemmässä elämässä. (Nuoruus.)

6.1 Nuoruuden kehitysvaiheet

Nuoruus jaetaan yleisesti kolmeen kehitysvaiheeseen: varhaisnuoruus, keskinuoruus ja jälkivaihe. Varhaisnuoruus käsittää ikävuodet 11- 14 ja se alkaa puberteetin myötä. Hormonitoiminta alkaa ja aiheuttaa koko kehon muuttumisen. (Tamminen 2004, 46.) Varhaisnuoruuden aikana nuoret kokeilevat vanhemmistaan etäännyttämistä ja arvostelevat heitä. He etsivät suhteita kodin ulkopuolelta ja kokeilevat aktiivisesti erilaisia rooleja. (Nuoruus.) Keskinuoruudessa, 15- 18- vuotiaana, nuori pyrkii irti vanhemmistaan tunteiden tasolla, jolloin hän voi olla itsekeskeinen ja ärtynyt. Läheisten ystävyys-suhteiden merkitys tulee tärkeäksi, sillä ne tukevat nuorta tämän rakentaessa vanhemmista riippumatonta sisäistä maailmaa. Tässä vaiheessa nuoren minä on vielä herkkä ja haavoittuva ja siksi nuoren elämässä ja ihmissuhteissa tulisikin olla jatkuvuutta. (Tamminen 2004, 47.) Jälkivaiheessa, 19- 22- vuotiaana nuori kokee kuitenkin jonkin asteista tasaantumista, itsearvostuksen vahvistumista sekä tunne-elämän vakiintumista (Nuoruus).

Jokainen nuori kehittyy omaan tahtiinsa ja se kehitys myös näkyy ulospäin eri tavoin (Tamminen 2004, 48). Normaaleja nuoruusiän kehityskriisejä sekä psyykkisiä ongelmia on vaikea erottaa toisistaan. Nuoruusiän loppupuolella alkaa kiinteytyä jo suhteellisen vakiintunut aikuisen persoonallisuus, jolloin epävarmuus omasta minästä saattaa aiheuttaa ongelmia mielenterveyteen. Nuoruutta voidaan kuitenkin pitää ns. toisena mahdollisuutena, koska sen aikana on mahdollisuus korjata lapsuusiän kehityksen häiriöitä. Lapsen ja nuoren psyykkiselle kehitykselle on ensiarvoisen tärkeää, että tämä saa kokea vanhempiensa, koulun, yhteiskunnan sekä ystäviensä arvostusta. (Nuoruus.)

6.2 Sosiaaliset taidot ja syrjäytyminen

Sosiaaliset taidot ovat kielellisiä ja ei-kielellisiä toimintoja, jotka tarkoittavat esimerkiksi taitoa ottaa osaa toisten ihmisten toimintaan. Sosiaalisesti taitavan henkilön on kyettävä ymmärtämään ihmisiä ja heidän toimintojaan sekä osat-

tava soveltaa näitä tietoja erilaisiin vuorovaikutustilanteisiin ja sosiaalisten ongelmien ratkaisemiseen. Sosiaalisesti sujuvan henkilön on kyettävä mm. havainnoimaan muiden henkilöiden viestejä sekä tekemään tietojensa perusteella päätelmiä näiden ihmisten aikomuksista ja tarkoituksista. Vaikeudet kielellisten taitojen kehityksessä aiheuttavat usein hankaluuksia sosiaalisten taitojen oppimisessa ja soveltamisessa sekä heikentävät myös itsetuntoa. (Aro & Adenius- Jokivuori 2003, 254.)

Nuoren sosiaaliset sidokset yhteiskuntaan, kuten koulutus, työ, perhe ja ystävät ovat ensiarvoisen tärkeitä tekijöitä ehkäisemässä nuoren syrjäytymistä. Sosiaalisten suhteiden ja vuorovaikutuksen ulkopuolelle jääminen lisäävät merkittävästi nuoren syrjäytymisriskiä. Jotta nuori kokisi kuuluvansa yhteiskuntaan ja kykenisi elämään itsenäisesti, on hänellä oltava riittävä sosiaalinen verkosto sekä sen luoma tuki ja turvallisuus takanaan. (Aaltonen ym. 2003, 361.)

Kehityksessään poikkeava lapsi/nuori on syrjäytymisvaarassa. Poikkeavuus johtaa usein sosiaalisiin vaikeuksiin ja vaarantaa lapsen persoonallisuuden myönteistä kehittymistä. Vaikka lapsen erilaisuus olisi hyvinkin vähäistä, voi ympäristön reagointi vaikuttaa haitallisesti lapsen muuhun kehitykseen. Lapsen käsitys itsestä kehittyy hänen ja hänen ympäristönsä vuorovaikutuksen tuloksena. Epäonnistumisen tunne ja negatiivinen palaute eivät rohkaise lasta yrittämään ja oppimaan uutta, vaan johtavat usein itsetunnon heikkenemiseen ja kielteisen minäkuvan muodostumiseen. Tästä seuraa usein itsensä poikkeavaksi ja huonoksi tuntemisen kierre, joka vähitellen johtaa syrjäytymiskehitykseen. (Pöyhtäri & Vuontisjärvi 2000.)

Yhdessä asumisen ja toimimisen taitoja on hyvä harjoitella perheen ja asuinympäristön jokapäiväisessä elämässä. Onnistuminen edellyttää toisten huomioimista, yhteisvastuullisuutta sekä kykyä ottaa vastuu myös omasta käyttäytymisestä. Vastuuta harjoitetaan päätöksiä ja valintoja tekemällä, ja joiden seurauksia ja vaikutuksia ympäristö ei pyri millään tavalla lieventämään tai korjaamaan. Yhteiset asiat neuvotellaan ja päätetään yhdessä, jolloin kaikki ovat vastuussa päätösten toteutuksista. (Kaski ym. 2001, 248.)

7 PROJEKTI

7.1 Tausta ja tarve

Suomen Aistivammaiskoulujen Oppilasliitto pyrkii järjestämään vuosittain erikäisille aistivammaisille lapsille ja nuorille sopeutumisvalmennuskursseja. Usher nuorille suunnattua kurssia ei ole järjestetty vähään aikaan, joten päätimme suunnata kesän 2006 kurssin erityisesti heille, mutta myös kuulovammaiset ja kielihäiriöiset nuoret huomioidaan valinnoissa.

Nuoruudessa läheisten ystävyysuhteiden merkitys tulee tärkeäksi etenkin valtaväestöstä poikkeavilla nuorilla, koska poikkeavuus johtaa usein sosiaaliin vaikeuksiin ja sitä kautta syrjäytymiseen. Nuoren kielelliset vaikeudet herättävät helposti huomiota ikätovereiden keskuudessa. Tämä saattaa aiheuttaa kiusaamista, mikä voi johtaa nuoren itsetunnon alentumiseen ja syrjäytymisriskin kohoamiseen. Vaikeuksien takia nuoren on hankala solmia ystävyysuhteita. Nuoren mukauttaminen normaaliopetukseen saattaa provosoida kiusaamista ja syrjäytymistä. Osa kurssin nuorista on integroitu normaalikouluun.

Usher- syndrooma eli Usherin oireyhtymä on yleisin kuurosokeutumisen aiheuttaja. Syndroomaan liittyy sisäkorvakuurous tai kuulon alentuma sekä silmän verkkokalvon aistinsolujen vaurioitumisesta aiheutuva näkövamma, joka tarkoittaa näkökenttään ilmaantuvia huonosti näkeviä alueita. Myöhemmässä vaiheessa näkökenttä kaventuu, kirkas valo häikäisee, hämärässä näkeminen vaikeutuu sekä kyky erottaa kontrastieroja heikkenee. Lisäksi syndroomaan saattaa liittyä myös tasapainoelimen toimintahäiriöitä. (Suomen Kuurosokeat ry 1998.)

7.2 Kohderyhmä

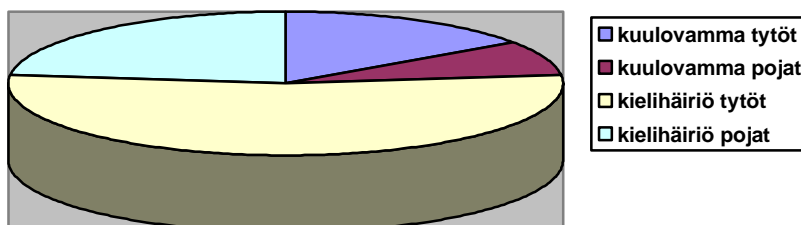
Kurssille valikoitui 13 kielihäiriöistä ja kuulovammaista nuorta, koska kurssin tiedote ei tavoittanut Usher nuoria. Kurssilaisista neljä oli poikia ja yhdeksän tyttöä. Kurssilaisten ikä vaihteli 11 ja 17 vuoden välillä (Taulukko 1.); yksi 11-vuotias tyttö, viisi 13-vuotiasta (neljä tyttöä ja yksi poika), kolme 14-vuotiasta

(kaksi tyttöä ja yksi poika), yksi 15- vuotias poika, kaksi 16- vuotiasta (yksi tyttö ja yksi poika) ja yksi 17- vuotias tyttö. Kurssilaisista kymmenen oli kielihäiriöisiä (seitsemän tyttöä ja kolme poikaa), kaksi kuulovammaista tyttöä ja yksi poika (Taulukko 2.). Kuusi kurssilaista oli kotoisin Keski- Suomesta, kolme Uudeltamaalta, kaksi Etelä- Savosta, yksi Pirkanmaalta ja yksi Kymenlaaksosta. Kahdeksan kurssilaisista käy koulua Haukkarannan koulussa Jyväskylässä.

Taulukko 1. Kurssilaisten ikä

Ikä (vuotta)	Tytöt	Pojat
11	1	-
13	4	1
14	2	1
15	-	1
16	1	1
17	1	-
Yhteensä	9	4

Taulukko 2. Kurssilaisten diagnoosit



Suurimmalla osalla kurssilaisista oli aikaisempaa kokemusta ratsastuksesta ja hevostoiminnasta. Kaikilla Haukkarannan koulua käyvillä oppilailta ratsastus ja hevostaidot olivat karttuneet fysio- ja ratsastusterapeutti Minna Niemisen pitämässä ratsastusterapioissa. Neljällä muulla nuorella ratsastuskokemus koostui omatoimisesta ratsastusharrastuksesta. Vain yksi poika ei ollut aikaisemmin toiminut hevosten kanssa. Nuorten aikaisempi kokemus ratsastuksesta ja hevostoiminnasta vaikutti kurssiohjelman suunnitteluun. Esimerkiksi ratsastusryhmien jako tehtiin nimenomaan ratsastustaitojen mukaan.

Kurssilla joillakin nuorilla havaittiin myös muita oireita kuulovamman tai kielihäiriön lisäksi. Yhdellä kurssilaisella oli hakulomakkeessa kerrottu olleen sel-

käydinkasvain, joka aiheutti vasemman alaraajan heikkoutta. Myös muutamalla muulla kurssilaisella havaittiin lievää puolieroa. Lisäksi nuorilla oli havaittavissa toiminnanohjautuvuuden hankaluutta sekä tasapaino- ja koordinaatiovaikeuksia. Puolierot sekä tasapaino- ja koordinaatiovaikeudet tulivat selkeästi esille ratsastuksessa, jossa toiminnan tulee olla symmetristä. Esimerkiksi osalla nuorista oli ongelmia hevosen ohjaamisessa ja istunta oli toispuoleista. Toiminnanohjautuvuuden ongelmat tulivat esille ratsastuksen ja tallitöiden lisäksi päivittäisissä toimissa. Eri toimiin ryhtyminen vaati useampaa kehotusta eikä liian monisanaiset ohjeet tulleet ymmärretyksi.

7.3 Tavoitteet

Kurssin tavoitteena on jokapäiväisten itsenäistymistaitojen ja vastuun harjoittaminen uusissa ympäristöissä. Itsenäistymistaidoista on tarkoitus harjoittaa mm. ruoan suunnittelua ja valmistamista, kaupassa asiointia, henkilökohtaisesta hygieniasta huolehtimista sekä omista tavaroista huolehtimista. Vastuun ottamista harjoitellaan mm. omasta hoitohevosesta huolehtimalla. Lisäksi kurssin tavoitteena on sosiaalisten taitojen harjoittaminen ja kehittäminen.

Kurssilaiset tulevat useammasta eri koulusta, joten heillä on mahdollisuus kurssin aikana luoda uusia ystävyssuhteita. Kurssilaiset ovat päivittäin tekemisissä toistensa sekä kurssin työntekijöiden kanssa, jolloin vuorovaikutustaidot kehittyvät huomaamatta. Kurssielämän lisäksi sosiaalisia- ja vuorovaikutustaitoja on tarkoitus harjoittaa myös kaupassa asioimalla sekä ravintoloissa ruokailemalla.

Kurssilaisten omat toiveet ja tavoitteet kartoitettiin kyselylomakkeella (LIITE 1). Nuorten tärkeimpinä toiveina olivat ratsastus sekä hevosen käsittely ja hoitaminen. He toivoivat saavansa kurssilta myös uusia ystäviä. Lisäksi sekä nuorten omiin että heidän vanhempiansa taholta tullessiin toiveisiin kuului kaupassa asioinnin harjoittamista sekä ruoan valmistamista. Pyrimme järjestämään kurssin ohjelman siten, että jokaiselle nuorelle tulisi positiivisia kokemuksia hevostoiminnasta ja että he saisivat monipuolista harjoitusta itsenäistymistaitoihin ja vastuun harjoittamiseen liittyvistä toiminnoista.

7.4 Suunnittelu

Kurssin suunnittelun karkea aikataulu ja tärkeimmät toimenpiteet on koottu Taulukkoon 3.

Taulukko 3. Työsuunnitelma

AIKA	TOIMENPIDE
SYYSKUU 2005	Kurssin suunnittelu alkaa, tavoitteiden ja ideoiden kirjaaminen, rahoitusanotus Ray:lle
MARRASKUU 2005	Alustavien suunnitelmien esittäminen SAKOL:in hallitukselle, tarjoukset ratsastuskouluilta
JOULUKUU 2005 – HELMIKUU 2006	Tiedotteen ja hakemuslomakkeen tekoa
MAALISKUU 2006	Alustavan ohjelman tekoa
HUHTIKUU 2006	Lomakkeiden tekoa, tiedotteen lähetyk
TOUKOKUU 2006	Kurssilaisten valinta, infopakettien postittaminen, kurssipaikkaan tutustuminen
KESÄKUU 2006	Lopullisen ohjelman teko, käytännön asioiden hoitaminen, Kurssi 26.-30.6.
SYYSKUU 2006	Raportoiminen Ray:lle

Elokuussa 2005 mietimme yhdessä fysio- ja ratsastusterapeutti Minna Niemen kanssa opinnäytetyön aihetta, johon liittyisi ratsastusterapia ja joka olisi ajankohtainen sekä hyödyksi myös Haukkarannan koulun oppilaille. Aihe tarkentui syksyn aikana sopeutumisvalmennuskurssin järjestämiseksi. Aiheen tarkentuessa aloimme etsiä mahdollisia paikkavaihtoehtoja, joissa kurssi voitaisiin järjestää. Kurssipaikassa tulisi olla tarpeeksi terapeuttiseen ratsastukseen sopivia hevosia, asiantunteva henkilökunta sekä riittävät majoitustilat ja mielellään täysihoito. Lisäksi aloimme kirjata kurssi-ideoita ja tavoitteita. Alustavat suunnitelmat esiteltiin SAKOL ry:n hallituksen kokouksessa marraskuun alussa 2005 ja se hyväksyttiin Seinäjoella 23.11.2005. Opinnäytetyön aiheen esittelimme koululla seminaarissa 25.11.2005.

Seitsemästä mahdollisesta ratsastuskoulusta paikkavaihtoehdot tarkentuivat kolmeen kriteerit täyttävään vaihtoehtoon. Pyysimme tarjoukset Alavuden ratsastuskoululta, Niinialon ratsastajilta sekä Laukaan ratsastuskoululta. Näistä vaihtoehtoista Alavus oli paras sekä hinnaltaan että tarjonnaltaan.

Teimme kurssista tiedotteen (LIITE2), joka lähetettiin 20 eri koululle ja järjestölle. joista osa on SAKOL:n jäseniä. Tiedote laitettiin myös Haukkarannan koulun internetsivuille (www.haukkaranta.fi). Tiedotteesta kävi ilmi mm. kurssin teema, ajankohta ja paikka, järjestäjät sekä hakuohjeet. Hakemuslomakkeen (LIITE3) suunnittelu ja teko aloitettiin tiedotteen teon yhteydessä. Saimme edellisten sopeutumisvalmennuskurssien lomakkeita malliksi, joiden pohjalta saimme luotua oman hakemuslomakkeen. Lomake laitettiin myös Haukkarannan koulun internetsivuille ja sen pystyi täyttämään joko sähköisesti tai tulostamaan ja postittamaan fysio- ja ratsastusterapeutti Minna Niemiselle.

Kurssin alustavaa ohjelmaa suunnittelimme kevään aikana ja tarkensimme sitä touko- ja kesäkuussa, kun hakemuksia oli tullut ja samalla myös tietoa mahdollisista kurssilaisista. Alustava ohjelma sisälsi tutustumista, monipuolisesti ratsastusta ja hevostenhoitoa sekä tallitöitä. Lisäksi suunnittelimme ohjelmaan retken Kuortaneen urheiluopistolle. Jokaiselle illalle suunnittelimme yhteistä illanviettoa. Alustavaa ohjelmaa (LIITE4) muokkasimme ennen kurssia sisällöllisesti sekä aikataulullisesti tarkemmaksi. Kuortaneen urheiluopiston retki jäi suunnitelmista pois ja tilalle tuli ostosmatka Tuurin kyläkauppaan sekä kylpyläretki Lappajärven Kivitippuun. Kurssiohjelman suunnittelun yhteydessä laadimme myös muita lomakkeita ja tiedotteita; kurssin toive- ja palautekyselyt (LIITE1 ja 5), ilmoitus kurssille valituille (LIITE6), varustelista (LIITE7), kurssipaikan varmistus (LIITE8) sekä osallistujaluettelo.

Hakuajan päätyttyä lähetimme kurssilaisille infopaketin, joka sisälsi tiedotteen kurssille valinnasta, kurssipaikan varmistuslomakkeen, toivekyselylomakkeen sekä varustelistan.

7.5 Toteutus

Kurssin aikana ohjelmaan tuli joitakin muutoksia ja lisäyksiä ratsastuskoulun henkilökunnalta. Lisäksi pääteemana olleet ratsastusterapia ja hevostoiminta veivät ohjelmasta niin paljon aikaa, ettei muille suunnitelluille aktiviteeteille jäänyt aikaa eikä voimia.

Maanantai 26.6.2006 Aamulla ohjaajat ja osa kurssilaisista lähtivät Haukkarannan koululta Alavudelle yhteiskuljetuksella. Osa kurssilaisista tuli suoraan ratsastuskoululle vanhempien kyydeillä. Ensimmäisenä ohjelmassa oli yleisesti tutustumista kurssilaisiin, ohjaajiin sekä ratsastuskoulun tiloihin ja henkilökuntaan. Hevostoiminta aloitettiin teoriaosuudella. Keskusteltiin varusteista sekä hevosen hoidosta, minkä jälkeen jaettiin jokaiselle kurssilaiselle hoitohevonon kurssin ajaksi. Kurssilaiset jaettiin kolmeen ratsastusryhmään osaamisen ja aikaisemman kokemuksen mukaan. Ratsastus tapahtui ulkokentällä sekä maneesissa, jolloin tutustuttiin hevoseen ja sen rytmiin. Ratsastuksen jälkeen hevoset hoidettiin ja osa vietiin ulos tarhoihin. Ruokailun jälkeen oli vuorossa kurssipaidan painaminen, jota varten jokainen kurssilainen oli tuonut oman t-paidan mukanaan (KUVIO 1).



KUVIO 1. Kurssipaidan painaminen.

Kurssilaisista valittiin toiveiden perusteella eväiden valmistusryhmä, jonka tehtävänä oli mm. suunnitella eväät torstain pitemmälle maastoretelle. Illalla ohjelmassa oli puusaunan lämmittäminen sekä saunominen.

Tiistai 27.6.2006 Aamupalan jälkeen lähdettiin Tuurin kyläkauppaan ostosretkelle joka tarjosi hyvän mahdollisuuden opetella ja harjoitella kaupassa asiointia. Jokaisella kurssilaisella oli mahdollisuus ostaa tulusia kotiin. Eväsryhmäläiset kävivät ruokakaupassa ostamassa evästarpeet (KUVIO 2).



KUVIO 2. Evästarpeiden ostaminen.

Ennalta oli mietitty kurssilaisten kanssa, missä kukin haluaa aterioita Tuurissa. Vaihtoehtoina oli hampurilaisravintola, pizzapaikka tai seisova pöytä ravintolassa. Ratsastuskoululla jatkettiin hevostelun merkeissä hevosten kuntoon laittamisella ja ratsastamisella kentällä sekä maneesissa. Ruokailun jälkeen oli vuorossa ratsastuslenkki maastossa. Ohjaajien roolien puutteellisen organisoinnin vuoksi hevosten hoito ja valmisteleminen ratsastusta varten oli hyvin hankalaa ja kaaosmaista. Valmisteluun kului paljon ylimääräistä aikaa, joka aiheutti ohjaajien kesken erimielisyyksiä ja kiristi tunnelmaa. Illan ohjelmaan kuului saunan lämmittäminen ja saunominen. Iltapalan jälkeen ohjaajien palaverissa päivän sekaannusta pohdittiin ja selvitettiin. Työnjakoa selvennettiin ja organisoitiin tarkemmaksi.

Keskiviikko 28.6.2006 Aamulla ohjelmassa oli vikellystä (KUVIO 3).



KUVIO 3. Vikellystä.

Iltapäivällä lähdettiin kylpyläretkelle Kivitippuun Lappajärvelle. Tarkoituksena oli viettää rentouttavaa ja mukavaa aikaa yhdessä uiden ja saunoen. Uinnin jälkeen ruokailimme Kivitipun ravintolassa. Jokainen nuori sai valita mieleisensä annoksen ruokalistalta.

Torstai 29.6.2006 Aamupäivällä kurssilaiset askartelivat intiaanipäähineet ja valmistivat yksinkertaisen välipalan (perunanyytti ja kolmioleipä) itselleen ilta-päivän intiaanihenkistä maastoratsastusta varten. Nuoret saivat maalata intiaanimerkit hevosiin ja kasvoihinsa sotamaalaukset. Maastoratsastuksen lomassa pidettiin evästaukoa nuotiopaikalla (KUVIO 4). Retken jälkeen vietettiin yhteistä aikaa ratsastuskoulun kodalla grillaten ja syöden nuorten itsensä valmistamia eväitä. Illalla lämmitettiin jälleen saunat.



KUVIO 4. Evästauko.

Perjantai 30.6.2006 Aamupäivällä kurssi huipentui taitoratakisailuun (KUVIO 5). Taitorata sisälsi aiemmin viikolla harjoiteltuja taitoja mm. pujottelua, ohjasta puomikujassa, peruuttamista sekä ravaamista. Kisailun jälkeen söimme lounasta, jonka jälkeen jaettiin kurssilaisille kannustepalkinnot sekä kiitettiin ratsastuskoulun henkilökuntaa. Osa kurssilaisista vanhemmat tulivat hakemaan ratsastuskoululta, osa matkusti junalla tai linja-autolla kotiin ja loput yhteiskuljetuksella takaisin Haukkarannan koululle.



KUVIO 5. Taitorata.

7.6 Resurssit ja kustannusarvio

Tärkeimpinä yhteistyökumppaneina kurssilla olivat Alavuden ratsastuskoulu, Haukkarannan koulu sekä Raha-automaattiyhdistys. Alavuden ratsastuskoululla on hyvät olosuhteet sopeutumisvalmennuskurssin toteuttamiselle. Ratsastuskoulu tarjoaa kurssin täysihoidolla, johon sisältyy mm. majoitus ja ruokailut. Lisäksi käytettävissä on noin 20 terapiaratsastukseen soveltuvaa hevosta, monipuoliset maastoreitit, maneesi sekä kaksi ulkokenttää. Tarvittaessa ratsastuskoulun puolesta käytössä on myös avustajia/taluttajia.

Haukkarannan koulu on yksi SAKOL:in jäsen, jonka kautta saimme järjestettyä autojen vuokraamisen sopeutumisvalmennuskurssia varten. Neljä kurssin ohjaajista olivat Haukkarannan koulun työntekijöitä ja kaksi heistä sai käyttää työaikaansa kurssin suunnitteluun. Haukkarannan koulu on Jyväskylässä sijaitseva valtion erityisoppilaitos, jonka keskeisenä tavoitteena on oppilaiden kielen ja kommunikointitaitojen kehittäminen. Koulu pyrkii vahvistamaan ja edistämään oppilaiden itsetuntoa ja identiteettiä sekä ohjaa heitä selviytymään jokapäiväisessä elämässä. (Haukkarannan koulu 2006.) Koulun toiminta-ajatus tukee myös järjestämämme sopeutumisvalmennuskurssin tavoitteita.

Kurssin johtajana toimi Haukkarannan koulun ratsastus- ja fysioterapeutti Minna Nieminen. Kurssin sisällön ja ohjelman suunnittelusta vastasivat Jyvä-

kylän ammattikorkeakoulun fysioterapeuttiopiskelijat Maarit Jetsu, Annika Taipale ja Elina Vettenterä. Edellä mainittujen lisäksi kurssin ohjaajina toimi yksi fysioterapeuttiopiskelija sekä kolme Haukkarannan koulun oppilaskodin työntekijää. Ratsastuksen ja hevostoimintojen ohjaamisesta vastasi Alavuden ratsastuskoulun henkilökunta.

SAKOL on saanut avustusta Raha-automaattiyhdistykseltä (RAY) sopeutumisvalmennustoiminnan toteuttamiseen. Raha-automaattiyhdistyksen tarkoituksena on kerätä rahapelitoiminnalla varoja suomalaisten sosiaali- ja terveysjärjestöjen toiminnan tukemiseen. Näillä avustuksilla pyritään tukemaan sosiaali- ja terveysjärjestöjen toimintaa, hankkeita ja projekteja. Vuosittain RAY:n tilikauden voitot jaetaan avustuksina yleishyödyllisille ja oikeuskelpoisille sosiaali- ja terveysalan järjestöille esim. SAKOL, joka järjestää vuosittain sopeutumisvalmennuskurssin. (Raha-automaattiyhdistys 2006.)

Sopeutumisvalmennuskurssin rahastonhoitajana toimi SAKOL:n rahastonhoitaja, joka toimi kurssilla myös yhtenä ohjaajana. Rahoitusanomus Raha-automaattiyhdistykselle pitää toimittaa vuosittain syyskuun loppuun mennessä ja päätökset tulevat seuraavan vuoden helmikuun alussa. Rahoitusta kesän 2006 kurssille anottiin 13 000€, jolle saatiin myönteinen päätös 1.2.2005. Kurssin kokonaisbudjetti koostui RAY:n avustuksen lisäksi osallistumismaksuista sekä SAKOL:n edelliseltä vuodelta siirtyvästä summasta. Osa ohjaajista ratsasti myös kurssin aikana ja heidän ratsastuskulut on laskettu kurssin tuloiksi, koska ne on vähennetty heidän palkoistaan. Kurssin kokonaisbudjetti oli yhteensä 14 683€ (Taulukko 4). Suurimmat kulut kurssilla olivat palkkakulut, majoitus ja ruokailu sekä ohjelmakulut. Tarkempi erittely kuluista on esitetty Taulukossa 5.

Taulukko 4. Tulot

	Yhteensä €
RAY:n avustus	13 000€
Osallistumismaksu	1300€
Ohjaajien ratsastus	80€
Vuodelta 2005 siir- tyvä raha	303€
YHTEENSÄ	14 683€

Taulukko 5. Menot

	Yhteensä €
Majoitus ja ruokailu (kurssilaiset)	1216,50€
Majoitus ja ruokailu (oh- jaajat)	748,50€
Ohjelmakulut:	
• ratsastus	1980€
• askartelutarvikkeet	90,15€
• palkinnot	45,60€
Retkikulut:	
• Tuuri	141,70€
• Kivitippu	454,90€
Matkakulut:	
• autonvuokrat	450€
• polttoainekulut	192,81€
Palkkakulut:	
• palkat	4115,30€
• sotumaksut	138,85€
• eläkemaksut	963,43€
• vakuutusmaksut	124,73€
• päivärahat	536,00€
Pankkikulut	75,22€
YHTEENSÄ	11 273,69€

Budjetista yli jääneet varat käytetään joulukuussa järjestettävään viikonlopun mittaiseen jatkokurssiin. Kurssi on tarkoitus järjestää jälleen Alavuden ratsastuskoululla. Loput varoista on suunniteltu käytettäväksi kesän 2007 sopeutusvalmennuskurssin järjestämiseen.

7.7 Tiedotus, raportointi ja arviointi

Kurssista tiedotettiin Haukkarannan koulun internet sivuilla ja aistivammaiskouluille lähetetyissä mainoksissa. Kurssille valittuja informoitiin kurssiin liittyvistä asioista erillisillä tiedotteilla, jotka sisälsivät mm. tiedon kurssille hyväksymisestä, varustelistan ja vahvistuslomakkeen kurssille saapumisesta.

SAKOL:in sopeutusvalmennuskursseista laaditaan aina raportti rahoittajalle. Kesän 2006 kurssin rahoittaja toimi Raha-automaattiyhdistys, jolle laadimme raportin syyskuussa 2006. Kurssiraportti sisälsi lyhyesti kuvauksen kurssin tavoitteista ja toteutuksesta (LIITE9).

Kurssin suunnitteluvaiheessa arviointia suoritettiin yhteisissä palaverieissa, joihin osallistuivat rahoitusvastaava ja kurssin johtaja sekä me kurssin suunnittelijoina. Kokousten aikana keskusteltiin projektin etenemisestä, kurssin ohjelmasta, aikataulusta sekä budjetista. Kurssin aikana arviointia käytiin läpi kurssin jokaisena iltana. Keskusteluihin osallistuivat kaikki kurssin työntekijät ja niissä käytiin läpi päivän tapahtumia sekä seuraavan päivän ohjelmaa ja aikataulua. Lisäksi keskusteltiin työntekijöiden rooleista ja työnjaosta.

Kurssin lopussa kurssilaisia yritettiin haastatella kyselylomakkeen avulla. Lomake toimi haastattelun pohjana ja haastattelija tarkensi tarpeen mukaan kysymyksiä. Osa kurssilaisista ei ymmärtänyt kysymyksiä useiden tarkennusten jälkeen, eikä näin ollen luotettavia tuloksia haastattelusta saatu. Kuitenkin ne tulokset, mitkä haastattelun perusteella saatiin, olivat positiivisia. Kurssilaisten mielestä kurssi oli ollut mukava ja hauska. Toimintaa oli riittävästi, osa tosin olisi toivonut ratsastusta vieläkin enemmän. Kurssilaisten tavoitteinä ja toiveina olleet ratsastus ja hevostoiminta sekä ruoan laitto ja kaupassa asiointi toteutuivat hyvin. Tuurin kyläkaupan ostosreissu tarjosi hyvän mahdollisuuden omatoimiseen kaupassa asiointiin. Jokainen sai myös valmistaa retkiratsastusta varten pienet eväät. Osa kurssilaisista sai myös uusia ystäviä kurssilta.

Suomen Aistivammaiskoulujen Oppilasliitto ry:n sopeutumisvalmennuskurssille asettamat tavoitteet toteutuivat suurimmaksi osaksi hyvin. Suurin osa kurssilaisista oli entuudestaan Haukkarannan koulun työntekijöille tuttuja, joka vaikutti hieman ohjaajien suhtautumiseen nuorten itsenäistymistaitoihin. Mielestämme nuorille ei annettu joissain tilanteissa riittävästi mahdollisuuksia harjoittaa itsenäistä toimintaa. Esimerkiksi henkilökohtaisesta hygieniasta huolehtimisesta huomautettiin aikaisessa vaiheessa eikä nuori saanut tilaisuutta toimia omatoimisesti.

8 POHDINTA

Työmme tavoitteena oli kuvata sopeutumisvalmennuskurssin järjestämistä ja saada samalla itse kokemusta suuremman projektin suunnittelusta ja järjestämisestä. Erilaisia sopeutumisvalmennuskursseja ovat usein järjestämässä myös fysioterapeutit. Opinnäytetyömme myötä saimme kokemusta ison projektin suunnittelusta ja toteutuksesta, jota varmasti voimme tulevaisuudessa hyödyntää. Kirjallista tuotostamme voivat myös muut hyödyntää vastaavanlaisen projektin organisoinnissa. Kesän 2006 sopeutumisvalmennuskurssin järjestäjä oli Suomen Aistivammaiskoulujen Oppilasliitto ry (SAKOL), jonka toimintaan kuuluu vastaavanlaisten kurssien järjestäminen vuosittain. Otimme mallia edellisvuosien kurseista, joiden pohjalta lähdimme suunnittelemaan kesän 2006 kurssia. Kurssi järjestettiin Alavuden ratsastuskoululla 26.-30.6.2006. Kaikkeen projektin taustatyöhön emme päässeet osallistumaan, tästä syystä työmme myös painottuu enemmän kurssin suunnittelun ja toteutuksen kuvaamiseen.

8.1 Suunnittelu

Sopeutumisvalmennuskurssin järjestämiseen kuului todella paljon taustatyötä. Aluksi täytyi ottaa selville kurssin järjestämiseen soveltuvia ratsastuskouluja, ottaa yhteyttä niihin ja selvittää mahdollisuus järjestää erityisryhmälle tarkoitettua toimintaa. Seitsemästä vaihtoehdosta valitsimme kolme ratsastuskouluja, jotka olivat halukkaita yhteistyöhön ja tarjosivat parhaat mahdollisuudet ja olosuhteet kurssin järjestämiselle. Näille lähetimme tarjouspyynnöt, joiden perusteella Alavuden ratsastuskoulu oli hinta-laatusuhteeltaan paras.

Suunnittelimme kurssin ohjelman SAKOL:in asettamien tavoitteiden pohjalta. Koska tärkeimpinä tavoitteina oli itsenäistymistaitojen ja vastuun harjoittaminen uusissa ympäristöissä oli mielestämme tärkeää, ettei koko kurssia vietettäisi samassa paikassa. Ohjelmaan tulikin kaksi erillistä retkeä kylpylään ja ostoskeskukseen. Ratsastustuntien tarkemmasta sisällöstä vastasi ratsastuskoulun henkilökunta. Tämä helpotti meitä kurssin suunnittelijoina, koska meillä ei ole riittävästi kokemusta ratsastustuntien tarkasta suunnittelusta ja ohjaamisesta. Teimme kuitenkin alustavan suunnitelman ratsastustuokioiden teemois-

ta, joiden perusteella ratsastuskoulun opettaja suunnitteli tuntien tarkemman sisällön. Kokonaisuudessaan kurssin ohjelma muovautui lopulliseksi vasta kurssipäivien aikana.

Projektin järjestämiseen kuului useamman eri lomakkeen suunnittelu. Osaan saimme malliksi edellisvuosien kurssien vastaavanlaisia lomakkeita. Tästä huolimatta lomakkeiden suunnittelu ei ollut yksinkertaista, sillä niitä jouduttiin muokkaamaan useaan kertaan. Jotta lomakkeista saatiin mahdollisimman ymmärrettäviä ja helppolukuisia kielihäiriöisten kannalta, täytyi kieliasua tarkentaa monta kertaa.

8.2 Toteutus

Kurssin toteuttaminen yhteistyössä Alavuden ratsastuskoulun kanssa onnistui todella hyvin. Ratsastuskoulun henkilökunta oli heti ensimmäisestä yhteydenotosta lähtien erittäin halukkaita järjestämään kurssin ja vastaanottamaan ryhmämme. Ympäristö ja olosuhteet olivat toimivia erityisryhmän kannalta sekä henkilökunta asiantuntevaa ja joustavaa. Tilat sopivat tarpeisiimme hyvin, erityisesti hyödylliseksi osoittautui ramppi, joka helpotti hevosen selkään nousua. Myös hevoset olivat sopivia terapiakäyttöön niin kentällä työskentelyssä kuin maastossakin. Maastoreitit olivat todella monipuolisia ja toivat tarvittavaa vaihtelua kentällä ratsastukseen. Vesisateen sattuessa ratsastaminen voitiin toteuttaa mukavasti maneesissa.

Erittäin paljon kiitosta annamme ratsastuskoulun opettajille heidän selkeästä ja järjestelmällisestä opetustyylistä, koska kielihäiriöiset ja kuulovammaiset nuoret todella tarvitsevat mahdollisimman yksinkertaista opetusta. Molemmat opettajat huomasivat heti kuinka kyseisiä nuoria tulee ohjata, jotta he pystyvät toimimaan annettujen ohjeiden mukaan. Lisäksi opettajat saivat rakennettua ratsastustunnit riittävän haasteellisiksi ja monipuolisiksi kokonaisuuksiksi jokaiselle nuorelle. Ratsastuskertojen aikana myös turvallisuudesta huolehdittiin hyvin. Kaikille nuorille etsittiin taitotasoon nähden sopiva hevonen ja tarvittaessa oli käytettävissä taluttajia tuomaan turvallisuuden tunnetta.

Vaikka ratsastus ja hevostoiminta olivat pääteemoina kurssilla ja sitä tarjottiin nuorille paljon, halusimme kuitenkin toteuttaa kurssille asetettuja tavoitteita myös muilla keinoilla. Lisäksi nuoret itse olivat toivoneet kaupassa asiointia ja retkeä ratsastuskoulun ulkopuolelle. Ostosreissu Tuurin kyläkauppaan tuki edellä mainittuja tavoitteita, kun jokainen nuori sai itsenäisesti kierrellä ja tehdä ostoksia. Kylpyläretken aikana itsenäistymistaitoja harjoiteltiin erityisesti valitsemalla itse oma ruoka-annos ja ravintolassa ruokailemalla.

Ratsastuskoululla nuoret harjoittelivat itsenäistymistaitoja tekemällä itselleen pienet eväät retkiratsastusta varten sekä kukin vuorollaan auttoi myös keittiövuorossa pöydän kattauksella sekä jälkien siivouksella. Koska kurssiohjelma sisälsi paljon ratsastusta ja hevostoimintaa jäi suunnitelmissa olleet liikuntaleikit ja pelailut ohjelmasta pois. Omien sanojensa mukaan tämä ei haitannut nuoria, vaan osa jopa toivoi lisää hevostoimintaa. Tämä voitiin toteuttaa ottamalla nuoret mukaan tallin siivoukseen sekä aamu- ja iltaruokien jakoon.

Kurssin toteutusta hankaloitti vaikeus saada työntekijöitä kurssin ajankohdan ja palkkauksen takia. Jotkut työntekijät olisivat saaneet vähemmän palkkaa kurssin työntekijöinä kuin normaalissa työssään ja siksi kieltäytyivät tulemasta kurssille. Lisävaikeutta aiheutti joillekin työntekijöille asetettu edellytys viittomakielen taidosta, koska viittovien nuorten takia kurssille tarvittiin viittomakielen hallitsevia työntekijöitä. Viittomakielen taito asetettiin vaatimukseksi muille työntekijöille, koska kukaan meistä ei osannut viittoa. Yhteisen kokouksen järjestäminen kaikkien kurssin työntekijöiden kesken oli myös ongelmallista. Työntekijät kurssille saatiin vasta muutamaa viikkoa ennen kurssin alkamista. Ongelmista huolimatta jokainen pystyi joustamaan aikatauluistaan, jotta järjestelyt saatiin valmiiksi ja kurssi voitiin aloittaa.

Opinnäytetyön kirjoittamista vaikeutti tiedonkulun ongelmat. Esimerkiksi rahoituksen hoitamisesta ja tilanteesta emme olleet tietoisia. Rahoitus kurssille oli anottu jo alkuvuodesta 2005, josta vastasi SAKOL:in rahastonhoitaja. Epäselvää meille oli myös mihin kaikkiin kouluihin ja järjestöille kurssitiedote lähetettiin.

8.3 Arviointi

Kurssin onnistumisen ja tavoitteiden toteutumisen arviointikeinoina käytimme suunnitteluvaiheessa ja kurssin aikana yhteisiä kokouksia työntekijöiden kesken. Kurssin suunnittelun aikana yhteisiä tapaamisia oli vaikea järjestää. Niiden perusteella pystyimme jatkamaan paremmin kurssin suunnittelua eteenpäin. Kurssin aikana yhteiset kokoukset oli helpompi järjestää jokaisena iltana, jolloin kerrattiin päivän tapahtumat sekä seuraavan päivän ohjelma, jota muokattiin tarpeiden mukaan. Työnjako työntekijöiden kesken selkiytyi kurssin aikana pidetyissä kokouksissa, joka oli olennaisena osana päiväohjelmien onnistumisessa.

Ennen kurssia jokaiselle osallistujalle lähetetyn toivekyselylomakkeen pohjalta teimme myös loppuarviointia varten kyselylomakkeen. Sen tarkoituksena oli selvittää nuorten omat mielipiteet ja ajatukset kurssin onnistumisesta. Huomasimme kuitenkin, että suurimmalle osalle nuorista omien kokemusten ja ajatusten ilmaiseminen oli hyvin hankalaa. He pystyivät vastaamaan lomakkeen kysymyksiin vain haastattelijoiden johdattelevilla kysymyksillä. Jokainen nuori sai omasta mielestään uusia kokemuksia sekä ratsastuksesta että hevostoiminnasta ja itsenäistymistaidoista. Lisäksi he pitivät kurssia onnistuneena ja mukavana.

Myös omasta mielestämme kurssi toteutui ja onnistui hyvin. Onnistumiseen vaikutti paljon ratsastuskoulun opettajien asiantuntevuus ja ammattitaito. Yhtenä arviointikeinona kurssin onnistumisesta olisimme voineet käyttää myös kurssin työntekijöiden haastattelua. Heiltä olisimme saaneet tarkempia näkökulmia ja arvioita kurssin kokonaisuudesta.

8.4 Kokonaisuus

Kokonaisuudessaan kurssi toteutui hyvin ja saavutimme sille asetetut tavoitteet onnistuneesti. Vaikka kurssi vaati paljon etukäteisvalmisteluja, selvityksiä, järjestelytehtäviä ja tuotti ajoittain ongelmia, oli se kuitenkin kaiken vaivan arvoinen. Saimme paljon kokemusta isomman kokonaisuuden organisoinnista ja toteutuksesta, joita voimme varmasti hyödyntää jatkossa. Työskentely nuorten

kanssa kurssin aikana oli mukavaa ja antoisaa. Kielihäiriön ja kuulovamman vuoksi heidän ohjaaminen oli haastavaa ja opettavaa. Jouduimme pohtimaan ja muokkaamaan jatkuvasti omaa tekemistämme ja ohjaustapaamme nuorille soveltuvaksi. Opimme kurssin aikana lyhentämään ja yksinkertaistamaan ohjeitamme, jotta nuoret ymmärsivät ne paremmin. Lisähaastetta ohjauksellemme tuotti viittovat nuoret. Huomasimme, että vähäisistä viittomakielen taidoista huolimatta pärjäsimme heidän kanssaan hyvin pienten tukiviittomien ja elekielen avulla.

Sopeutumisvalmennuskurssit järjestetään usein koko perheelle, mutta järjestämämme kurssin perusteella huomasimme, että pelkästään nuorille tarkoitettu kurssi on myös hyödyllinen. Ilman vanhempia toimiminen tukee nuorten itsenäistymistä ja sosiaalistumista. Osa kurssille osallistuneista nuorista asuu viikot Haukkarannan koulun oppilaskodissa ja ovat tottuneet olemaan erossa vanhemmistaan ja heille se oli myös kurssin aikana helpompaa kuin koulua kotoa käsin käyville nuorille. Yksi kurssilaisista oli selvästi muita nuorempi ja hänen tuntemansa koti-ikävä saattoi osittain johtua myös tästä.

Suurimmaksi vaikeudeksi koimme työntekijöiden roolien epäselvyyden kurssin aikana. Yhden kaaospäivän jälkeen selvitimme iltakokouksessa kaikkien roolit ja työnjaon, jonka ansiosta loppukurssi sujui onneksi paremmin. Sekaannus olisi ollut vältettävissä kaikkien työntekijöiden yhteisellä tapaamisella ja roolien perusteellisella selvittämisellä ennen kurssia.

Sopeutumisvalmennuskurssin järjestäminen opinnäytetyönä oli hyödyllinen ja monipuolinen kokemus sekä ajankohtainen, sillä toive kurssin järjestämisestä tuli Haukkarannan koulun fysio- ja ratsastusterapeutilta. Aluksi tarkoituksena oli järjestää ratsastusleiri koulun oppilaille, mutta aihe tarkentui nopeasti sopeutumisvalmennuskurssin järjestämiseksi. Meille sopeutumisvalmennus sekä kuulovamma ja kielihäiriö olivat käsitteinä melko tuntemattomia. Lisäksi yhdelle meistä hevostoiminta oli täysin uusi kokemus. Nämä asiat antoivat todellista haastetta kurssin järjestämiselle ja toteuttamiselle. Opinnäytetyön myötä saimme tutustua ja perehtyä edellä mainittuihin aiheisiin syvemmin ja saada näin tarkemman käsityksen niiden tarkoituksesta sekä merkityksestä.

LÄHTEET

- Aaltonen, M., Ojanen, T., Vihunen, R. & Vilén, M. 2003. Nuoren aika. Porvoo. WSOY.
- Camenzind, H. 2006. Furthering The Concepts Of Space And Time Through Therapeutic Riding. Teoksessa XII International Congress of Therapeutic Riding. Programme & Abstracts. Brasilia. 96.
- Haukkarannan koulu. 2006. Viitattu 11.11.2006. Haukkarannan koulun sivusto. [Http://www.haukkaranta.fi](http://www.haukkaranta.fi).
- Hevosopisto Ypäjä. Ratsastusterapiakoulutus. Viitattu 4.12.2006. Ypäjän Hevosopiston sivusto. http://www.hevosopisto.fi/index.phtml?page_id=123176&navi_id=123176&.
- Hätinen, E. 2006. Toimintasuunnitelma vuodelle 2006. Suomen Aistivammaiskoulujen Oppilasliitto Ry.
- Kansanterveyslaki (L 66/1972). Viitattu 2.4.2006. Finlex – valtion säädöstietopankki. [Http://www.finlex.fi](http://www.finlex.fi).
- Korpilahti, P. 1996. Kielen kehitykselliset häiriöt; viivästynyt ja poikkeava kielenkehitys. Teoksessa Kommunikoinnin häiriöt – syitä, ilmenemismuotoja ja kuntoutuksen perusteita. Toim. Launonen, K., Korpijaakko- Huuhka, A- M. Tampere: Tammer- Paino.
- Maluf, E. 2006. The Influence of Therapeutic Riding In The Balance of Individuals with Neurological Alterations Using The Berg Scale. Teoksessa XII International Congress of Therapeutic Riding. Programme & Abstracts. Finland.
- Mero, M-M. 2001. Ratsastusterapia. Viitattu 4.12.2006. http://www.yle.fi/akuutti/arkisto2001/110901_c.html.
- Nuoruus. Viitattu 17.3.2006. Kuopion kriisikeskuksen sivusto. <http://www.kuopionkriisikeskus.fi/pulinapaja/pieni/nuor.html>.
- Palola, L. 2003. LAUKKI- projekti. Ratsastusterapia psykososiaalisena kuntoutuksena. Teoksessa Linnossuo Outi (toim.), Sosiaalinen ja toiminnallisterapeutinen työ nuorten kanssa. Turun kaupungin painatuspalvelut. Turku.
- Pöyhtäri, M. & Vuontisjärvi, R. 2000. Oppimisvaikeudet ja moniammatillinen yhteistyö. Voimavarakartoitustutkimus Tunturi-Lapin alueella. Pro Gradu – tutkielma. Oulun yliopisto, Kasvatustieteiden tiedekunta. Viitattu 19.10.2006. [Http://www.lapland.fi/oppiva/gradu/luku3.html](http://www.lapland.fi/oppiva/gradu/luku3.html)
- Raha-automaattiyhdistys. 2006. Viitattu 11.11.2006. Raha-automaattiyhdistyksen sivusto. [Http://www.ray.fi](http://www.ray.fi).

Rantala, S-L. & Hällback, H. 1993. Lasten kehityksellisen dysfasian diagnosoinnista. Teoksessa Dysfasia - kielenkehityksen erityisvaikeus. Aivohalvaus- ja afasialiitto ry. Toim. Hyytiäinen- Ruokokoski, U. Forssa: Forssan kirjapaino Oy.

Ratsastusterapia. 2005. Terveysinfo. Viitattu 3.12.2006.
<http://www.terveysinfo.net/news.php?id=111>

Selvinen, S. 2004. Ratsastusterapialla kehon ja mielen tasapainoa. Fysioterapia 4, 21-25.

Selvinen, S. 2006. Riding Therapy and Multisensory Integration of Postural Balance. Teoksessa XII International Congress of Therapeutic Riding. Programme & Abstracts. Finland.

Sopeutumisvalmennus. 2002. Virtuaalinen erilaisen oppijan palvelu. Opetushallitus. Viitattu 15.2.2006. [Http://www.vep-palvelu.fi/cgi-bin/cgiwrap/veppalve/presenter.pl?slideshow_id=32&slide_id=801&language_id=1](http://www.vep-palvelu.fi/cgi-bin/cgiwrap/veppalve/presenter.pl?slideshow_id=32&slide_id=801&language_id=1)

Sorri, M. 2000. Kuulovikojen tyypit, etiologia ja esiintyvyys. Teoksessa Kuulon ja kielen kuntoutus – vuorovaikutuksesta kommunikointiin. Toim. Lonka, E. & Korpjaakko-Huuhka, A-M. Tampere. Tammer-Paino Oy.

Sorri, M., Huttunen, K., Rudanko, S-L. & Akaan- Penttilä, E. 2001. Kuulo- ja näkövammatt. Teoksessa Kuntotus. Toim. Kallanranta, T., Rissanen, P. & Vilkkumaa, I. Jyväskylä: Duodecim.

Suomen Kuurosokeat ry. 1998. Toim. Eloaho, L., Lehtinen, E. & Viita, H. Opas kuurosokeudesta. 2. p. Viitattu 2.2.2006.
[Http://www.kuurosokeat.fi/tietoa/opas.htm#opas2b1](http://www.kuurosokeat.fi/tietoa/opas.htm#opas2b1)

Suomen Ratsastusterapeutit ry. Viitattu 17.2.2006 ja 3.12.2006.
<http://www.suomenratsastusterapeutit.net/terapia.html>

Tamminen, T. 2004. Psyykinen kehitys eri ikäkausina. Teoksessa Lasten- ja nuorisopsykiatria. Toim. Moilanen, I., Räsänen, E., Tamminen, T., Almqvist, F., Piha, J. & Kumpulainen, K. Jyväskylä: Duodecim.

USHERIN oireyhtymä. 1995. Kuulonhuoltoliitto ry. Värijuova.

Viitapohja, K. 2004. Kehitysvammaisten Uudenmaan tukipiiri ry. Viitattu 15.4.2006. <http://www.saunalahti.fi/kup/kunt/ratsastu.htm>.

Viitapohja, K. 2004. Sopeutumisvalmennus. Kehitysvammahuollon tietopankki. Viitattu 3.11.2006. [Http://www.saunalahti.fi/kup/sopalvel/sope.htm](http://www.saunalahti.fi/kup/sopalvel/sope.htm).

Väätäinen, S-M. 2005. Kuulolla! Opas kuulonkuntoutuksesta sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille. Helsinki: Edita.

Yksilöllinen sopeutumisvalmennus. Viitattu 3.11.2006. Invalidiliiton sivusto.
[Http://inport2.invalidiliitto.fi/sovake/sopvalm/ykssopvalm1.htm](http://inport2.invalidiliitto.fi/sovake/sopvalm/ykssopvalm1.htm).

Yliherva, A. 2002. Ennenaikaisina ja pienipainoisina syntyneiden lasten puheen- ja kielenkehityksen taso kahdeksan vuoden iässä. Viitattu 24.4.2006.
[Http://herkules oulu.fi/isbn9514267168/html/x239.html](http://herkules oulu.fi/isbn9514267168/html/x239.html).

LIITTEET

LIITE 1. Kurssin toivekyselylomake

1/3

Kurssi toiveet

1. Mistä sait tietoa kurssista? Kuka kertoi tai mistä luit tiedotteen?

2. Mikä sai sinut kiinnostumaan kurssista? (ratsastusterapia, hevostointiminta, itsenäistymistaitojen harjoittelu, kaverit ym.)

3. Mitä itsenäistymistaitoja haluaisit harjoitella kurssilla?

ruoanlaittoa (kurssi- tai retkiruuan valmistaminen)

- kaupassa käyntiä
- oma hoitohevonen (vastuun ottaminen)
- oman huoneen ja vuoteen kunnossapitoa kurssin ajan

4. Onko sinulla aikaisempaa kokemusta ratsastus- ja hevostoiminnasta?

- kyllä, millaista?

- ei

5. Mitä toivot ratsastusterapialta ja hevostoiminnalta?

- ratsastusta
 - juoksutus



maastossa

kentällä



retkiratsastus

"taitorata"

hevosen hoito



hevosen käsittely ; talutus, pysäyttäminen ym.



hevosen uitto

6. Mitä toivot muulta toiminnalta?

uintia

retki

lauta- / korttipolejä

pallopelejä

kisailuja

pihapelejä

musiikki- / laulutuokioita

muuta, mitä? _____

7. Muut toiveet kurssin järjestäjille?

3/3

LIITE 2. Kurssin tiedote.

SAKOL –SOPEUTUMISVALMENNUSKURSSI



Aika ja paikka: 26.- 30.6.06 Alavuden Ratsastuskoulu www.kievarireitti.fi/arkoulu

Kohderyhmä: 13 - 17 -vuotiaat kielihäiriöiset ja kuulovammaiset nuoret, jotka tarvitsevat tukea kasvuunsa ja kehitykseensä ja joilla on syrjäytymisriski. Valinnoissa huomioidaan erityisesti Usher-nuoria. Kurssille valitaan 15 nuorta.

Päätteemat: Ratsastusterapia ja hevostoiminta sekä liikunnalliset aktiviteetit.

Tavoite: Jokapäiväisten itsenäistymistaitojen ja vastuun harjoittaminen uusissa ympäristöissä.

Haku: Lomakkeella, jota voi tulostaa www.haukaranta.fi sivuilta tai tilata yhteyshenkilöiltä. **Hakuaika päättyy viimeistään 12.5.06 ja valituille ilmoitetaan 31.5.06 mennessä.**

Hinta: Kurssin omavastuuosuus on 100 €

Järjestäjät: Suomen Aistivammaiskoulujen Oppilasliitto ry (SAKOL) ja Jyväskylän Ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan fysioterapiopiskelijät Maarit Jetsu, Elina Lahtio ja Annika Taipale.

Yhteyshenkilöt:

Minna Nieminen
fysio- ja ratsastusterapeutti
p. 0500 – 547 390

minna.nieminen@haukaranta.fi

Maarit Jetsu
fysioterapeuttiopiskelija
p. 040 – 777 58 61

maarit.jetsu.spt@jypoly.fi

LIITE 3. Kurssin hakemuslomake

Suomen Aistivammaiskoulujen Oppilasliitto ry. (SAKOL)
Haukkarannan koulu
Haukkalantie 11
40740 Jyväskylä

**KURSSIHAKEMUS 26.6.-30.6.2006**

Kurssille hakevan suku- ja etunimet sekä sosiaaliturvatunnus

Postiosoite ja puhelin kotiin/kurssilaisen matkapuhelin

Huoltajan nimi ja puhelinnumero(t) kurssin aikana

Kuuro _____

Kielihäiriöinen _____

Huonokuuloinen _____

Kuulonäkövammaisen _____
 (esim. Usher)

Kommunikaatio, henkilökohtaisen avustuksen tarve, apuvälineet ja omatoimisuustaidot

Lääkitys: kyllä _____ ei _____
 Mikä?

Erityisruokavalio: kyllä _____ ei _____
 Mikä?

Muuta huomioitavaa, mistä kurssin järjestäjien tulisi tietää:

Palauta hakemus 12.5.2006 mennessä osoitteeseen:

Haukkarannan koulu, Minna Nieminen, Haukkalantie 11, 40740 Jyväskylä.

Torstai 29.6.

7.30 herätys

8.00 aamupala - **Tarja**

9.00 pihapelejä – viestejä ym. (puomien ylitys/alitus ym.) + päähineen teko

11.00 lounas - **Tarja**

12.00 hevosten valmistelu (inkkarimaalaus) + omat ”sotamaalaukset”

12.30 vaellus – **Tarja/Jutta**

Oravasaari, makkaranpaisto

ponikärryt?

18.00 takaisin

19.00 iltaohjelmaa, saunominen – saunan lämmittäminen

21.00 iltapala - **Tarja**

22.00 hiljaisuus

Perjantai 30.6.

7.30 herätys

8.00 aamupala -**Tarja**

9.30 taitorata/kisailua (3 hevosta) –**Tarja/Jutta?**

11.00 lounas - **Tarja**

13.00 kotiinlähtö

LIITE 5. Kurssin palautekysely.

Palautekysely

1. Vastasiko kurssi odotuksiasi?

2. Saitko kurssilta uusia ystäviä?

3. Itsenäistymistoiminnot

- mikä on ollut kurssilla haastavinta/vaikeinta
- retket Tuuriin ja Kivitippuun; millaista oli, tunnelmat (jännittikö ym.)
- millaista oli suunnitella ja valmistaa eväitä helppoa/vaikeaa?
- oliko helppo pitää oma vuode ja huone siistinä kurssin aikana?

4. Ratsastusterapia ja hevostoiminta

- oliko toiminta monipuolista?
- opitko jotain uutta?
- miten onnistui omasta hoitohevosesta huolehtiminen?
- aiotko jatkaa hevostoimintaa tulevaisuudessa?

5. Muu toiminta (liikunnalliset aktiviteetit)

- oliko kurssilla tarpeeksi muuta toimintaa?
- olisitko kaivannut jotain lisää/vähemmän?

LIITE 6. Ilmoitus kurssille valituille.**Jyväskylä 23.5.2006****Tervehdys kurssille hyväksytyille!**

Sinut on valittu Suomen Aistivammaiskoulujen Oppilasliiton (SAKOL) tämän kesän sopeutumisvalmennuskurssille.

Varmista kurssipaikkasi palauttamalla oheinen kaavake ja kurssitoive kyselylomake täytettynä 9.6.2006. mennessä. Kurssipaikan varmistaminen on tärkeää, että tiedämme kurssille osallistuvien määrän.

Kurssimaksun, joka tänä vuonna on 100 euroa, toivomme sinun maksavan ennen kurssin alkua SAKOL:in tilille:800011-486381.

Kurssi alkaa maanantaina 26.6. lounaalla kello 11.00. Odotamme sinun saapuvan tähän mennessä Alavuden ratsastuskoululle. Kurssimatkat tulee järjestää itse. Mahdollisia kimpakyytejä suunnitellessanne oheisesta osallistujaluettelosta voi olla hyötyä. Junalla tai linja-autolla tulevia olemme tarvittaessa vastassa Alavuden asemilla.

Kurssiviikon vietämme pääasiassa Alavuden ratsastuskoululla. Teemme myös retken Tuurin kyläkauppaan, jossa voi tehdä pieniä ostoksia. Rahaa voi varata mukaan maksimissaan 30 euroa.

Tervetuloa kurssille!

LIITE 7. Varustelista.**Varustelista**

- vaatetta viikoksi (säävaihtelut huomioiden)
- henkilökohtaiset lääkkeet
- peseytymisvälineet ja muut hygieniatarvikkeet
- ratsastukseen joustavat, ei liukaspintaiset housut ja oma kypärä mikäli sellainen on sekä näppylähanskat
- liikuntavaatteet
- uimapuku
- kumisaappaat ja sadevarusteet
- liinavaatteet (lakana, tyynyliina, pussilakana tai makuupussi)
- yksivärinen kuvioton t-paita kankaanpainamista varten
- taskurahaa ostosreissua varten
- hyttyskarkotetta
- aurinkorasvaa
- Iloista ja aurinkoista kurssifiilistä!

Jos jokin kurssiin liittyvä asia askarruttaa mieltäsi, ota rohkeasti yhteyttä!

Fysio- ja ratsastusterapeutti

Minna Nieminen

0500 547 390

Fysioterapeuttiopiskelija

Maarit Jetsu

040 777 5861

Keväisin terveisin:

Minna, Maarit, Elina ja Annika



LIITE 8. Kurssipaikan varmistuslomake.**KURSSIPAIKAN VARMISTUS**

Mikäli olet tulossa sopeutumisvalmennuskurssille Alavudelle 26.6. –
30.6.2006, palauta tämä kaavake täytettynä **9.6.2006** mennessä osoitteeseen:
Haukkarannan koulu, Minna Nieminen, Haukkalantie 11, 40740 Jyväskylä

Minä _____ olen tulossa Suomen
(nimi)

Aistivammaiskoulujen Oppilasliitto ry:n järjestämälle sopeutumisvalmennus-
kurssille.

Matkasuunnitelmasi:

Kerro, miten olet tulossa kurssille ja tarvitseeko sinua tulla vastaan juna- tai
linja- autoasemalle.

Valokuvaamista varten tarvitsemme kirjallisen suostumuksen kunkin kurssilai-
sen huoltajalta.

Annan luvan valokuvaukseen kyllä en

Paikka ja päivämäärä

Huoltajan allekirjoitus, nimen selvennys ja puhelinnumero

LIITE 9. Kurssiraportti.**ALAVUS 06****KURSSIRAPORTTI**

KUULOVAMMAISTEN JA KIELIHÄIRIÖISTEN NUORTEN
SOPEUTUMIS- VALMENNUSKURSSI 26. – 30.6.2006

ALAVUDEN RATSASTUSKOULU, ALAVUS

Suomen Aistivammaiskoulujen Oppilasliitto ry
Kurssin vastaava Minna Nieminen



KUULOVAMMAISTEN JA KIELIHÄIRIÖISTEN NUORTEN SOPEUTUMISVALMENNUSKURSSI

ALAVUS 06

- Järjestäjä:** Suomen Aistivammaiskoulujen oppilasliitto ry
- Kurssin vastaavat:** Fysio- ja ratsastusterapeutti Minna Nieminen, Fysioterapeuttiopiskelijat Maarit Jetsu, Annika Taipale ja Elna Vettenterä
- Aika:** 26. – 30.6.2006
- Paikka:** Alavuden ratsastuskoulu
Kivistöntie 89
63400 ALAVUS AS
- Kohderyhmä:** 13- 17- vuotiaat kielihäiriöiset- ja kuulovammaiset nuoret, jotka tarvitsevat tukea kasvuunsa ja kehitykseen-
sä ja joilla on riski syrjäytyä. Yhteensä 13 kurssilaista.
- Henkilökunta:** Fysio- ja ratsastusterapeutti, fysioterapeuttiopiskelijoita, lastenohjaajia, ratsastuksenopettajia.
- Aihe ja sisältö:** Ratsastusterapiaan ja hevostoimintoihin painottuva kurssi, joka sisälsi mm. vikellystä, ratsastusta kentällä, maneesissa ja maastossa, hevosten hoitoa sekä erilaisia tallitoimintoja. Lisäksi ohjelmaan kuului ostoksetki Tuuriin ja kylpyläretki Kivitippuun Lappajärvelle.

Yhteistyötahot/

3/5

palvelujen tuottajat: SAKOL

Alavuden ratsastuskoulu

Haukkarannan koulu

Jyväskylän Ammattikorkeakoulu, Sosiaali- ja terveys-
ala

Raha-automaattiyhdistys

Tavoitteet:

Kurssin kokonaistavoite oli itsenäistymistaitojen ja vastuun harjoittaminen uusissa ympäristöissä. Lisäksi kurssin tavoitteena oli sosiaalisten taitojen harjoittaminen ja kehittäminen.

Toteutus:

Kurssi toteutettiin kokonaisuudessaan leirimuotoisena siten, että kurssilaiset majoittuivat Alavuden ratsastuskoulun tiloissa.

Kurssi alkoi maanantaina 26.6.2006 kello 11.00 lounaalla ja päättyi 30.6.2006 lounaaseen. Ratsastus- ja hevostoimintaa oli päivittäin kaksi kertaa. Ratsastuksen ohjaamisesta vastasivat ratsastuksenopettajat, joiden avustajina toimivat kurssin ohjaajat sekä muita työntekijöitä. Lisäksi kurssiohjelmaan kuuluivat retket Tuurin kyläkauppaan sekä kylpylä Kivitippuun Lappajärvelle. Lisäksi kurssilaiset osallistuivat tallitöihin. Jokainen kurssilainen oli myös vuorollaan auttamassa keittiössä (kattaminen sekä siivoaminen).

Maanantai 26.6.2006 Ensimmäisenä ohjelmassa oli yleisesti tutustumista kurssilaisiin, ohjaajiin sekä ratsastuskoulun tiloihin ja henkilökuntaan. Hevostoiminta aloitettiin teoriaosuudella. Keskusteltiin varusteista sekä hevosen hoidosta, minkä jälkeen jaettiin jokaiselle kurssilaiselle hoitohevonen kurssin ajaksi. Kurssilaiset jaettiin kolmeen ratsastusryhmään osaamisen ja aikaisemman kokemuksen mukaan. Ratsastus tapahtui ulkokentällä sekä maneesissa, jolloin tutustuttiin hevoseen ja sen rytmiin. Ratsastuksen jälkeen hevoset hoidettiin ja osa vietiin ulos tarhoihin. Ruokailun jälkeen oli vuorossa kurssipaidan painaminen, jota varten jokainen kurssilainen oli tuonut oman t-paidan mukanaan. Kurssilaisista valittiin toiveiden perusteella eväiden valmistusryhmä, jonka tehtävänä oli mm. suunnitella eväät torstain pitemmälle maastoretkelle. Illalla ohjelmassa oli puusaunan lämmittäminen sekä saunominen.

Tiistai 27.6.2006 Aamupalan jälkeen lähdettiin Tuurin kyläkauppaan ostosretkelle. Jokaisella kurssilaisella oli mahdollisuus ostaa tuliaisia kotiin. Eväsryhmäläiset kävivät ruokakaupassa ostamassa evästarpeet. Ennalta oli mietitty kurssilaisten kanssa, missä kukin haluaa aterioida Tuurissa. Vaihtoehtoina oli hampurilaisravintola, pizzapaikka tai seisova pöytä ravintolassa. Ratsastus

koululla jatkettiin hevostelun merkeissä hevosten kuntoon laittamisella ja ratsastamisella kentällä sekä maneesissa. Ruokailun jälkeen oli vuorossa ratsastuslenkki maastossa. Illalla taas saunottiin.

Keskiviikko 28.6.2006 Iltapäivällä lähdettiin kylpyläretkelle Kivitippuun Lappajärvelle. Tarkoituksena oli viettää rentouttavaa ja mukavaa aikaa yhdessä uiden ja saunoen. Uinnin jälkeen ruokailimme Kivitipun ravintolassa. Jokainen nuori sai valita mieleisensä annoksen ruokalialta.

Torstai 29.6.2006 Aamupäivällä kurssilaiset askartelivat intiaanipähineet ja valmistivat yksinkertaisen välipalan itselleen iltapäivän intiaanihenkistä maastoratsastusta varten. Nuoret saivat maalata intiaanimerkit hevosiin ja kasvoihinsa sotamaalaukset. Retken jälkeen vietettiin yhteistä aikaa ratsastuskoulun kodalla grillaten ja syöden nuorten itsensä valmistamia eväitä. Illalla lämmitettiin jälleen saunat.

Perjantai 30.6.2006 Aamupäivällä kurssi huipentui taitoratakisailuun. Taitorata sisälsi aiemmin viikolla harjoiteltuja taitoja mm. pujottelua, ohjausta puomikujassa, peruuttamista sekä ravaamista. Kisailun jälkeen söimme lounasta, jonka jälkeen jaettiin kurssilaisille kannustepalkinnot sekä kiitettiin ratsastuskoulun henkilökuntaa.

Majoittuminen

Kurssilaiset oli majoitettu Alavuden ratsastuskoulun tiloihin. Pojat majoittuivat miesohjaajien kanssa aittaan ja tytöt tallin vintille, missä yöpyi myös vuorooin yksi tai kaksi naisohjaajaa.

Kurssilaiset

Kurssille valittiin 13 nuorta, jotka olivat 11 – 17 -vuotiaita, neljä poikaa ja yhdeksän tyttöä. Kurssilaisista kymmenen oli kielihäiriöisiä (seitsemän tyttöä ja kolme poikaa), kaksi kuuroa tyttöä ja yksi huonokuuloinen poika. Kuusi kurssilaista oli kotoisin Keski- Suomesta, kolme Uudeltamaalta, kaksi Etelä- Savosta, yksi Pirkanmaalta ja yksi Kymenlaaksosta.

Kurssiarvio

Kurssi sujui pääosin suunnitelman mukaisesti. Uusia ideoita sekä ohjelmanlisäyksiä saatiin niin ratsastuskoulun henkilökunnalta kuin omien palaverienkin perusteella. Alustavaan ohjelmaan kuului myös muuta toimintaa, kuten piha-pelejä ja musiikkituokioita. Ratsastus ja hevostoiminta veivät kuitenkin odotettua enemmän aikaa, jolloin näitä toimintoja ei ehditty toteuttaa. Kurssilaiset

olivat tyytyväisiä muokattuun ohjelmaan eivätkä kaivanneet muuta toimintaa. Kehittämistä kaipaa etukäteissuunnittelu ja kurssin ohjaajien ja työntekijöiden työnjako, jotta jokainen tietää mitä kurssilla tekee.

Kurssin suunnittelu ja järjestäminen vaati paljon etukäteisvalmisteluita, jolloin se oli opinnäytetyönä hyvin mielenkiintoinen ja haasteellinen tehtävä toteuttaa. Fysioterapeutit ovat usein mukana järjestämässä erilaisia sopeutumisvalmennuskursseja. Työmme myötä saimme itse monipuolisesti

kokemusta isomman projektin suunnittelusta ja järjestämisestä, jota voimme tulevaisuudessa hyödyntää.

Sekä kurssilaisilta että heidän vanhemmiltaan saadun positiivisen palautteen myötä suunnitelmissa on järjestää viikonlopun mittainen jatkokurssi. Kurssi suunnataan pienemmälle ryhmälle, joiden ratsastustaito on jo pidemmälle kehittynyt. Alustavien kyselyjen mukaan kurssille on jo saatu innokkaita tulijoita. Kurssipaikaksi ollaan kaavailtu jälleen Alavuden ratsastuskoulua.

Kurssinvastaava Minna Nieminen