



ELÄINAVUSTEINEN TOIMINTA OSANA SOSIAALI- JA TERVEYSALAA

Pirkanmaan Hali-Bernit tuottamassa hyvää oloa

Sini Reini

011
koulutusohjelma
ja palveluohjauksen
t ammattiopinnot
ammattikorkeakoulu

TAMPEREEN AMMATTIKORKEAKOULU
Tampere University of Applied Sciences

TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosiaalityön ja palveluohjauksen vaihtoehtoiset ammattiopinnot

REINI, SINI:

Eläinavusteinen toiminta osana sosiaali- ja terveysalaa - Pirkanmaan Hali-Bernit tuottamassa hyvää oloa.

Opinnäytetyö 59 s., liitteet 3 s.

Helmikuu 2011

Opinnäytetyön tarkoituksena on tutkia ja tarkastella eläinavusteista toimintaa ja sen yhteyttä sosiaali- ja terveysalaa. Tarkemmin eriteltynä tarkoituksena on selvittää mitä eläinavusteinen toiminta on, miten eläinavusteinen toiminta voi vaikuttaa ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin ja miten eläinavusteista toimintaa voidaan hyödyntää toimittaessa eri-ikäisten asiakasryhmien kanssa. Opinnäytetyössäni valitsin asiakasryhmiksi lapset (alle 18-vuotiaat) ja ikääntyneet ihmiset.

Opinnäytetyö on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Aineisto kerättiin teemahaastatteluilla, havainnoinnilla sekä kyselylomakkeilla. Tietoa kerättiin monesta eri lähteestä, jotta tutkimus olisi mahdollisimman kattava ja monipuolinen. Aineistoa kerättiin teemahaastattelemalla neljää Pirkanmaan Hali-Bernien koiraohjaajaa, jotka vapaaehtoisesti osallistuvat eläinavusteiseen toimintaan. Lisäksi suoritin havainnoinnin, jossa tarkoitukseni oli päästä tarkkailemaan Pirkanmaan Hali-Bernien toimintaa omin silmin. Tämän lisäksi keräsin lisää aineistoa haastattelemalla kyselylomakkeen avulla Pirkanmaan sairaanhoitopiirin Pitkäniemen sairaalan henkilökuntaa. Pirkanmaan Hali-Bernit vierailevat säännöllisesti Pitkäniemen sairaalan EVA-yksikön potilaita tapaamassa. Sain Pitkäniemen sairaalan henkilökunnan täyttämiä kyselylomakkeita analysoitavaksi 8 kappaletta.

Tutkimuksen tulosten mukaan eläinavusteisen toiminnan kautta on mahdollista vaikuttaa ihmisten kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Eläinten läsnäolo ja läheisyys voivat vaikuttaa ihmiseen niin fyysisellä, psyykkisellä kuin sosiaalisellakin tasolla. Tutkimuksessani käytän hyväksi Erik Allardtin hyvinvointiteoriaa. Tutkimusten tuloksista selviää myös, että eläinavusteista toimintaa on mahdollista hyödyntää käytännön tasolla siten, että siinä tuetaan tiettyjen ikäryhmien tarpeita monilla eri tasoilla. Tutkimuksessa selvisi, että näihin eri ikäryhmien elämänvaiheisiin on mahdollista vaikuttaa positiivisella tavalla eläinavusteisen toiminnan kautta ja täten tukea ihmisen läpi elämän kestäväää kehittymistä. Selvittäessäni eläinavusteisen toiminnan hyödyntämismahdollisuuksia toimittaessa sekä lasten että ikääntyneiden ihmisten kanssa käytin teoriapohjana Tony Dunderfeltin elämänkaaripsykologiaa.

Avainsanat: eläinavusteinen toiminta, hyvinvointi, lapset, ikääntyneet ihmiset

ABSTRACT

Tampereen ammattikorkeakoulu
Tampere University of Applied Sciences
Degree Programme in Social Services
Case Management and Social Work

REINI, SINI:

Animal-assisted activity as a part of social services and healthcare – Pirkanmaan Hali-Bernit producing good feeling.

Bachelor's thesis, 59 p., appendices 3 p.
February 2011

The purpose of this bachelor's thesis was to explore animal-assisted activity and its linkage with social services and healthcare. The main purpose of this study was to determine what animal-assisted activity is and how it may affect our holistic wellbeing. The objective was to find out whether it is possible to benefit from animal-assisted work when working with people from different age groups.

This was a qualitative study based on the theory of wellbeing by Erik Allardt and the theory of circle of life by Tony Dunderfelt. The target group was children (under 18 years) and elderly people. The data were gathered through theme interviews, observations and questionnaires. Four persons who work as part of Pirkanmaan Hali-Bernit were interviewed. In addition, animal-assisted activity was observed to obtain a realistic idea of the activity and to see how Pirkanmaan Hali-Bernit work. The third source of information was the questionnaires sent to the personnel of Pitkaniemi hospital, which is a part of the Pirkanmaa health care district. Pirkanmaan Hali-Bernit visit the patients of Pitkaniemi hospitals EVA-unit, which consists of patients under 18, on a regular basis. The questionnaires were completed by eight persons.

The results indicate that by using animal-assisted activity it is possible to have an effect on human wellbeing. The presence of animals can affect humans on physical, psychological and social levels. The study also suggests that by animal-assisted activity it is possible to support the lives of people from different age groups. The main idea is to support the basic needs of these people by using animal-assisted activity.

Key words: animal-assisted activity, wellbeing, children, seniors

SISÄLLYSLUETTELO

JOHDANTO.....	5
2 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN	7
2.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset.....	7
2.2 Tiedonhankinta ja tutkimusaineisto	7
2.3 Aineiston analysointi.....	10
2.4 Teoreettinen viitekehys	12
3 ELÄINAVUSTEINEN TYÖSKENTELY	15
3.1 Eläinavusteinen terapia	18
3.2 Eläinavusteinen toiminta.....	19
3.3 Eläinavusteinen toiminta sosiaali- ja terveysalalla	20
3.4 Hali-Bernit	24
4 IHMISEN HYVINVOINTI.....	28
4.1 Erik Allardtin hyvinvointiteoria.....	29
4.2 Eläinavusteinen toiminta ja ihmisen hyvinvointi.....	31
5 ELÄINAVUSTEINEN TOIMINTA LASTEN JA IKÄÄNTYNEIDEN PARISSA.....	38
5.1 Ikääntyneet ihmiset ja eläinavusteinen toiminta	38
5.2 Moninainen ikääntyminen ja eläinavusteinen toiminta	40
5.3 Lapset ja eläinavusteinen toiminta	44
5.4 Moninainen lapsuus ja eläinavusteinen toiminta	46
6 JOHTOPÄÄTÖKSET	51
7 POHDINTA.....	55
LÄHTEET	58
LIITTEET	60

JOHDANTO

Opinnäytetyöni aihe sai aikoinaan alkunsa kiinnostuksestani eläimiin, erityisesti koiriin. Prosessin alkuvaiheilla mietin, josko olisi mahdollista yhdistää kaksi mielenkiinnon kohdetta, sosiaalityö ja koirat. Tätä kautta tutustuin eläinavusteisen työskentelyn monivivahteikkaaseen maailmaan, joka on entistä suuremmissa määrin ollut edustettuna mediassa erilaisissa lehdissä ja muissa julkaisuissa, aina positiivisessa valossa.

Aiheesta ei ole vielä tehty montaa opinnäytetyötä Suomessa, tosin täysin tutkimatonta maaperää se ei myöskään ole. Muutenkin Suomessa aiheen tutkiminen on hyvin vähäistä. Ulkomailla, ennen kaikkea Yhdysvalloissa, aihetta on kuitenkin tutkittu paljon, joten olen työssäni joutunut käyttämään melko paljon englanninkielistä materiaalia. Toki aiheesta löytyi myös suomenkielistä kirjallista materiaalia, ennen kaikkea aikakauslehdistä.

Teoriapohjana opinnäytetyössäni käytän Erik Allardtin ja Tony Dunderfeltin tunnettuja teorioita. Allardtin hyvinvointiteoria auttaa selventämään eläinavusteisen toiminnan mahdollisia vaikutuksia ihmisen hyvinvointiin. Dunderfeltin elämänkaaripsykologia puolestaan auttaa hahmottamaan miten eläinavusteista toimintaa on mahdollista hyödyntää toimittaessa lasten ja ikääntyneiden ihmisten parissa.

Työni koostuu kolmesta selkeästä kokonaisuudesta, jotka kaikki käsittelevät eläinavusteista toimintaa. Opinnäytetyöni tarkoituksena on ensisijaisesti selvittää mitä eläinavusteinen toiminta on ja miten eläinavusteinen toiminta voi vaikuttaa ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Lisäksi tarkastelen opinnäytetyössäni sitä, miten eri tavoin eläinavusteista toimintaa on mahdollista hyödyntää toimittaessa eri-ikäisten asiakasryhmien kanssa.

Eläinavusteinen työskentely on hyvin moninaista ja monesti melko vaikeasti hahmoteltavaa. Eläinavusteinen työskentely jaotellaan eläinavusteiseksi terapiaksi ja eläinavusteiseksi toiminnaksi, joista jälkimmäiseen opinnäytetyössäni keskityn. Eläinavusteinen toiminta on toimintatapa, jota voidaan helposti hyödyntää sosiaali- ja terveysalalla. Tosin Suomessa toiminta on vielä melko pientä ja vaatimatonta, mutta tulevaisuudessa eläinavusteisella toiminnalla voi olla enemmän merkitystä ja potentiaalia kyseisillä aloilla. Aihe kiinnostaa minua ennen kaikkea siksi, että

yhteiskunnassamme on varmasti aina tarvetta uusille ja uraauurtaville ajattelumalleille ja muutoksille erityisesti sosiaali- ja terveysalalla, ja uskon, että eläinavusteinen toiminta voisi omalta osaltaan tuoda jotakin uutta työkentälle.

Eläinavusteisen toiminnan tarkoituksena on tuottaa iloa ja hyvää mieltä asiakkaille. Eläinavusteista toimintaa voidaan toteuttaa esimerkiksi erilaisissa kuntoutuslaitoksissa, lastenkodeissa, perhekodeissa ja vanhusten hoitolaitoksissa. Sisällöltään eläinavusteinen toiminta on melko vapaamuotoista. Oleellisista siinä on sekä ihmisten että eläinten hyvä olo. Opinnäytetyössäni keskityn ainoastaan sellaiseen eläinavusteiseen toimintaan, joka perustuu koiriin.

Keskiössä toimivat Pirkanmaan Hali-Bernit, joiden kautta sain paljon uutta tietoa sekä heidän toiminnastaan että eläinavusteisesta toiminnasta yleisellä tasolla. Pirkanmaan Hali-Bernit tuottavat eläinavusteista toimintaa Pirkanmaan alueella vapaaehtoisten voimin.

2 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN

2.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset

Tavoitteena on tarkastella eläinavusteista toimintaa osana sosiaali- ja terveysalaa. Tarkastelen tilannetta Pirkanmaan Hali-Bernien kautta. Tavoitteena opinnäytetyössäni on selvittää mitä eläinavusteinen toiminta yleisesti ottaen on ja mitä se on sosiaali- ja terveysalalla. Tavoitteenani on myös selvittää eläinavusteisen toiminnan mahdollisia vaikutuksia ihmisten yleiseen hyvinvointiin sekä selvittää millä tavoin eläinavusteista toimintaa on mahdollista hyödyntää toimittaessa eri ikäryhmien kanssa.

1. Mitä eläinavusteinen toiminta on sosiaali- ja terveysalalla?
2. Millainen vaikutus eläinavusteisella toiminnalla voi olla ihmisen hyvinvointiin?
3. Miten eläinavusteista toimintaa voidaan hyödyntää toimittaessa lasten ja ikääntyneiden ihmisten kanssa?

2.2 Tiedonhankinta ja tutkimusaineisto

Haastattelu on toimiva tiedonkeruumenetelmä, sillä siinä ollaan suorassa kielellisessä vuorovaikutuksessa tutkittavan kanssa (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 199-200). Valitsin opinnäytetyöni tiedonkeruumenetelmäksi haastattelun, sillä yleisellä tasolla kvalitatiivisessa tutkimuksessa haastattelu on ollut päämenetelmänä. Itse haluan tutkimuksessani korostaa sitä, että haastateltava henkilö nähdään tutkimustilanteessa ennen kaikkea subjektina, jolla on omat näkemyksensä asioista ja joka omalla tavallaan luo asioille merkityksiä.

Teemahaastattelussa on olennaista, että haastattelun aihepiirit eli teema-alueet ovat tiedossa, mutta kysymysten tarkka määrä, muoto ja järjestys puuttuvat (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 208). Teemahaastattelu eroaa monessa suhteessa muista tutkimushaastattelun lajeista, sillä etukäteen tiedetään, että haastateltavat ovat kokeneet tietyn tilanteen tai tiettyjä tilanteita ja että haastattelijalla on alustavasti selvittänyt tutkittavan ilmiön tärkeitä osia, rakenteita, prosesseja ja kokonaisuutta. Näin saadaan rakennettua ehjä kokonaisuus, jonka tuottaman tiedon avulla tiettyä ilmiötä tai tilannetta voidaan tarkastella tarkemmin. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 47.)

Tiedonkeruumenetelmäksi valitsin teemahaastattelun, sillä se tuntui luontevimmalta ja parhaimmalta vaihtoehdolta. Teemahaastattelun perusajatus on siinä, että

haastattelutilanteissa aihealueet ovat kaikille haastateltaville samat, mutta vastaukset eivät ole sidottuja ennalta määrättyihin vastausvaihtoehtoihin. Tämä takaa sen, että haastateltavat vastaavat omin sanoin ja näin saadaan subjektiivista tietoa. Olen tutkimuksessani kiinnostunut eläinavusteista toimintaa tuottavien ihmisten omaamasta tiedosta, joten jotta saan tutkimukseni kannalta olennaisinta tietoa, on mielestäni järkevintä käyttää tutkimusmenetelmänä teemahaastattelua. Haastattelun sisältöön voin vaikuttaa parhaaksi katsomallani tavalla haastattelun eri teema-alueiden avulla.

Haastattelin neljää eri Pirkanmaan Hali-Berni-toiminnassa vaikuttavaa henkilöä (liite 1), joilla on paljon käytännön kokemusta eläinavusteisesta toiminnasta ja sen sisällöstä. Kaikki haastateltavat henkilöt osallistuvat tiiviisti Pirkanmaan Hali-Bernien toimintaan, joka käytännössä tarkoittaa osallistumista Hali-Bernien sovittuihin tapaamisiin. Lisäksi yksi haastattelemistani henkilöistä on Pirkanmaan alueen koordinaattori, eli hän on vastuussa käytännön järjestelyistä Pirkanmaan Hali-Berni-toiminnassa ja yhteydenottojen vastaanottamisesta. Kaksi haastattelemistani henkilöistä on ollut alusta alkaen mukana Pirkanmaalla toteutetussa Hali-Berni-toiminnassa, joten tietämystä ja kokemuksia aiheesta varmasti löytyy. Haastattelin jokaista henkilöä erikseen, jotta saisin mahdollisimman monipuolista tietoa ja persoonallista näkökulmaa vastauksiin. Teemahaastattelujen jälkeen litteroin aineiston. Tämän jälkeen käytin aineistolähtöistä sisällösanalyysia. Myöhemmin viitatessani kolmeen haastateltuun henkilöön käytän keksittyä nimeä.

Valitsin tutkimuksessani toiseksi tiedonkeruumenetelmäksi havainnoinnin. Havainnoinnin avulla saadaan tietoa siitä, toimivatko haastateltavat niin kuin sanovat toimivansa ja tapahtuvatko tilanteet todellisuudessa niin kuin niiden on kerrottu tapahtuvan (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 212). Havainnoinnin suurin etu lienee se, että sen avulla voidaan saada välitöntä ja suoraa tietoa yksilöiden, ryhmien tai eri organisaatioiden toiminnasta ja käyttäytymisestä. Lisäksi sen avulla päästään luonnollisiin ympäristöihin, jotta voidaan saavuttaa mahdollisimman realistista tietoa. Havainnointi sopii hyvin kvalitatiivisen tutkimuksen menetelmäksi. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 213.)

Havainnointi tutkimusmenetelmänä voidaan jaotella kahteen eri osaan, systemaattiseen ja osallistuvaan havainnointiin. Systemaattinen havainnointi tapahtuu usein tarkasti rajatuissa tiloissa, kuten esimerkiksi laboratorioissa. Havainnot myös pyritään

tekemään ja tallentamaan systemaattisen tarkasti, mitä varten on kehitelty myös erilaisia apukeinoja. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 215.) Itse en koe mahdolliseksi tällaista lähestymistapaa tutkittavaan kohteeseen, sillä valitsin havainnoinnin toiseksi tutkimusmenetelmäksi ennen kaikkea ikään kuin täydentämään teemahaastatteluista saamaani tietoa.

Valitsin tiedonkeruumenetelmäksi osallistuvan havainnoinnin, jossa on tyypillistä se, että tutkija osallistuu tutkittavien ehdoilla heidän toimintaansa. Tutkimukset ovat usein kenttätutkimuksia. Osallistuvassa havainnoinnissa tutkijan osallistumisen aste voi vaihdella täydellisestä osallistumisesta siihen, että osallistuja toimii havainnoijana. Jälkimmäisessä vaihtoehdossa tutkittaville tehdään tutkimustilanteessa heti alussa selväksi, että havainnoitsija on ryhmässä havaintojen tekijä, ei niinkään osa tutkittavista koostuvaa ryhmää. Käytännön tasolla havainnoitsija osallistuu ryhmän toimintaan ja tilanteisiin, mutta tekee havaintojen lisäksi myös kysymyksiä tutkittavilleen havainnointitilanteissa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 217.)

Osallistuin Pirkanmaan Hali-Bernien vierailuun Ylöjärven kuntoutus- ja muistikeskuksella. Kyseessä oli Hali-Bernien toinen vierailukerta kyseisessä laitoksessa, joten havainnointikerran aikana sain paljon uutta ja tuoretta tietoa aiheesta. Havainnointikerralla vierailuun osallistui kaksi Pirkanmaan Hali-Bernien koiraohjaajaa ja kaksi Hali-Berniä. Vierailun kohteena oli yksi kuntoutus- ja muistikeskuksen osastoissa, jonka asiakaskunta koostuu erilaisista muistihäiriöistä kärsivistä ihmisistä.

Havainnointikerralla näin ja koin paljon, ja uskon, että opin hieman ymmärtämään Hali-Berni-toiminnan ydinajatusta ja käytännössä huomaamaan millaisia vaikutuksia eläinavusteisella toiminnalla voi ihmisiin olla. Suoritin havainnointitilanteen ennen koiraohjaajien teemahaastatteluja ja kyselylomakkeiden lähettämistä Pitkäniemen sairaalaan, joten aloitin prosessin ikään kuin tyhjältä pöydältä tarkkailemalla ja tekemällä omia havaintoja.

Halusin kerätä mahdollisimman paljon tietoa eläinavusteisesta toiminnasta, joten päätin jo aloitettuani työskentelyn lisätä vielä yhden tutkimusmenetelmän, jotta saisin mahdollisimman monipuolista tietoa aiheesta. Valitsin kolmanneksi tiedonkeruumenetelmäksi kyselylomakkeen, sillä ajattelin sen avulla saavani paljon hyödyllistä tietoa. Lähetin Pirkanmaa sairaanhoitopiiriin Pitkäniemen sairaalaan kyselylomakkeita 30 kappaletta (liite 2 ja 3), tarkoitukseni sitä kautta haastatella niitä

Pitkäniemen sairaalan henkilökunnan jäseniä, jotka ovat työnsä puolesta useaan otteeseen osallistuneet Pirkanmaan Hali-Bernien tapaamisiin Pitkäniemen sairaalassa ja jotka sitä kautta omaavat sellaista tietoa, joka voisi olla hyödyllistä työtäni ajatellen. Täytettyjä kyselylomakkeita sain 8 kappaletta.

Pirkanmaan Hali-Bernit ovat tehneet jo pitkään Pitkäniemen sairaalan EVA-yksikön kanssa yhteistyötä ja pyrkineet käymään paikan päällä noin kahdesti kuussa. Yhteistyötä on jatkunut kohta jo kaksi vuotta, joten Pirkanmaan Hali-Bernien ja Pitkäniemen sairaalan yhteistyön ottaminen osaksi tutkimustani oli melko oleellinen osa kokonaisuutta. Valitsin tiedonkeruumenetelmäksi kyselylomakkeen osaksi siksi, että teemahaastattelu olisi tässä vaiheessa prosessia ollut liian työläs, ja osaksi siksi, että halusin mahdollisimman monen eri ihmiset vastaukset. Myöhemmin viitatessani kyselylomakkeissa olleisiin vastauksiin käytän keksittyjä nimiä.

2.3 Aineiston analysointi

Laadullisessa tutkimuksessa olennaista ei ole tutkittavien tapausten määrä vaan laatu, sillä olennaisinta on aineiston mahdollisimman perusteellinen analysointi (Eskola & Suoranta 1998, 18). Kerätyn aineiston analyysi, tulkinta ja johtopäätösten tekeminen ovat tutkimuksen ydinasia. Se on tärkeä vaihe, sillä siihen tähdätään tutkimusta aloitettaessa. Analyysivaiheessa selviää, minkälaisia vastauksia ongelmiin on saatu kerättyä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 221.)

Empiirisessä tutkimuksessa aineistosta päästään tekemään päätelmiä monesti vasta erinäisten esitöiden jälkeen. Tallennettu laadullinen aineisto on useimmiten tarkoituksenmukaista kirjoittaa puhtaaksi eli litteroida. Litterointi on mahdollista tehdä koko kerätyistä aineistosta tai vaihtoehtoisesti valikoiden, esimerkiksi teema-alueiden mukaisesti. Kvalitatiivisessa eli laadullisessa tutkimuksessa, jossa aineistoa kerätään mahdollisesti monissa eri vaiheissa ja usein rinnakkaisesti eri menetelmin, esimerkiksi haastattelujen sekä havainnoinnin avulla, analyysia ei tehdä vain yhdessä tutkimusprosessin vaiheessa, vaan pitkin matkaa. Aineistoa on siis mahdollista kerätä ja analysoida samanaikaisesti. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 222-223.)

Neljän teemahaastattelun jälkeen litteroin haastattelut, jotka olin tallentanut nauhuriini. Tämä jälkeen aloitin aineistolähtöisen sisällönanalyysin. Aloin etsiä puhtaaksi kirjoittamistani haastatteluista yhtäläisyyksiä, eroavaisuuksia ja muutenkin esille

nostamisen arvoisia seikkoja eläinavusteisesta toiminnasta. Pysin aluksi purkamaan tekstin pieniin osiin ja tämän jälkeen kokoamaan ne uudelleen yhdeksi uudeksi kokonaisuudeksi, jonka sisältö kertoo oleellista tietoa aiheestani ja jonka avulla osaan paremmin vastata tutkimuskysymyksiin.

Havainnointitilanteissa kerätty aineisto voi olla hyvin moninaista. Aineisto voi koostua puheesta, ilmeistä ja eleistä. Havainnointitilanteiden jälkeen on vuorossa aineiston analyysi. Kun havaintokertojen kautta kerätyssä aineistossa alkaa paljastua jokin invariantti rakenne, tulee mahdolliseksi karsia kaikki se aineisto, jota ei tarvita tämän invarianssin esittämiseen. Jäljelle jäävä aineisto voidaan tiivistää, esimerkiksi litteroimalla siinä toistuvat elementit. Uutta tai jotakin jo olemassa olevaa tietoa kartoittavassa tutkimuksessa aineistoa toisaalta käsitteellistetään, toisaalta yleistetään. Yleistämisessä aineisto irrotetaan yksittäistapauksista ja muokataan kaikkia tai useimpia tapauksia kuvaavan muutoksen invarianssin muotoon. (Routio 2007.)

Käytännön tasolla suoritin havainnoinnin siten, että päätin etukäteen mihin asioihin tulisin kiinnittämään huomioni paikan päällä. Päätin, että ensisijaisesti keskityn asiakkaiden ilmeisiin, eleisiin sekä yleiseen olemukseen Hali-Berni –vierailun aikana. Tarkkailin asiakkaiden kasvojen ilmeitä, eli käytännössä sitä, että hymyilivätkö he vai näkyikö kasvoissa merkkejä esimerkiksi pelosta tai inhosta. Eleissä kiinnitin huomiota ennen kaikkea käsien liikkeisiin. Paikan päällä huomasin, että suurin osa asiakkaista istui, joten käsien liikkeisiin oli hyvä keskittyä. Tämän lisäksi myös tarkkailin asiakkaiden katsekontaktia muiden ympärillä olevien ihmisten sekä koirien kanssa. Aluksi tarkoitukseni ei ollut niinkään keskittyä havainnoinnin aikana asiakkaiden puheisiin, sillä en odottanut kohtaavani paljon puhetta. Paikan päällä kuitenkin puhe osoittautui melko oleelliseksi elementiksi, joten tarkkailin myös sitä havainnoinnin aikana. Erityisesti yritin keskittyä siihen, mitä asiakkaat mahdollisesti koirille sanovat.

Pirkanmaan Hali-Bernien pitkäkestoinen yhteistyö Pitkäniemen sairaalan EVA-yksikön kanssa muodostui melko mittavaksi osaksi työtäni, vaikka se astuikin kuvioihin melko myöhäisessä vaiheessa. Sain kyselylomakkeiden kautta hyödyllistä tietoa sekä yleisesti ottaen Hali-Bernien vaikutuksista EVA-yksikön potilaisiin että hoitohenkilökunnan näkemyksistä eläinavusteisen toiminnan käyttötarkoituksista ja tärkeydestä. Luin kyselylomakkeet läpi moneen kertaan, jonka jälkeen aloin vastausten analysoinnin. Tarkoitukseni oli etsiä yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia vastauksissa sekä muodostaa

niistä yhtenäinen kokonaisuus, joka parhaiten kuvaisi Pitkäniemen sairaalan henkilökunnan näkemyksiä ja kokemuksia eläinavusteisesta toiminnasta ja Pirkanmaan Hali-Berneistä.

2.4 Teoreettinen viitekehys

Teoreettisena viitekehysenä käytän sosiologi Erik Allardtin hyvinvointiteoriaa. Erik Allardt kirjoitti vuonna 1976 teoksen *Hyvinvoinnin ulottuvuuksia*, jossa hän ottaa kantaa hyvinvoinnin kokonaisrakenteeseen. Teos muutti käsityksiä ihmisen hyvinvoinnista pysyvästi. Allardt nosti subjektiivisen eli itse koetun hyvinvoinnin tutkimuskohteekseen ja täten muutti vallitsevia käsityksiä hyvinvoinnista, jotka nojautuivat ennen kaikkea objektiiviseen hyvinvointiin. Objektiivisen hyvinvoinnin katsotaan koostuvan aineellisista resursseista, mutta Allardtin mielestä se ei riitä kuvailemaan kokonaisvaltaista hyvinvointia. Allardt nosti objektiivisen hyvinvoinnin rinnalle subjektiivisen hyvinvoinnin, joka koostuu ihmisten omista käsityksistä hyvinvoinnista ja sen sisällöstä omassa elämässään. Allardtin mukaan hyvinvoinnissa on kyse muustakin kuin elintason tarpeiden, esimerkiksi työllisyyden tai henkilökohtaisen tulotason, tyydyttämisestä.

Allardtin (1976) tutkimuksen viitekehysenä toimi teoria ihmisen keskeisistä tarpeista ja niiden tyydyttämisestä ja sen tärkeydestä. Allardt jakoi hyvinvoinnin ulottuvuudet kolmeen eri osaan, Having, Loving ja Being. Having on aineellisten tarpeiden tyydyttämistä, Loving tarkoittaa ihmissuhteita ja Being itsensä toteuttamista. Hyvinvoinnin ulottuvuudet on suomennettu muotoon elintaso (Having), yhteisyysuhteet (Loving) ja itsensä toteuttamisen muodot (Being). Kaksi viimeksi mainittua edustavat Allardtin mukaan elämänlaatua.

Tänä päivänä katsotaan pääsääntöisesti, että ihmisen hyvinvointi koostuu kolmesta eri osa-alueesta: fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta hyvinvoinnista. Nämä osa-alueet ovat tiiviissä yhteydessä toisiinsa ja vaikuttavat kokonaisvaltaisesti kokemaamme hyvinvointiin. Tällaisen ajattelumallin taustalla toimii Erik Allardtin hyvinvointiteoria, vaikka Allardtin nimeämiä käsitteitä Having, Loving ja Being harvemmin enää käytetään. Vaikka nykyään laajalti käytetty jaottelu ei olekaan täysin sanasta sanaan verrattavissa Allardtin hyvinvointiteoriaan ja siinä esiintyneisiin käsitteisiin, on taustalla hyvin pitkälle sama ajatus. Ihmisen hyvinvointi koostuu erilaisten tarpeiden tyydyttämisestä. Ihmisillä on sekä fyysisiä, psyykkisiä että sosiaalisia tarpeita, joiden

tydyttäminen tuo mukanaan hyvinvoinnin tunteen. Käytän paljon käsitteitä fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen hyvinvointi, jotka ovat mielestäni lukijalle helpommin ymmärrettävissä ja hahmotettavissa.

Toinen esille nouseva teoreettinen viitekehys on Tony Dunderfeltin elämänkaaripsykologia. Suomalainen psykologi Tony Dunderfelt kirjoitti teoksen Elämänkaaripsykologia vuonna 1991, jonka jälkeen siitä on ilmestynyt useita uudistettuja painoksia. Elämänkaaripsykologia on nykyään vakiintunut psykologian osa-alue ja Dunderfelt on oleellinen osa sitä.

Tony Dunderfeltin näkemyksen mukaan ihmisen kehitys voi jatkua koko elämän ajan. Myös lapsuusiän ja nuoruuden jälkeen voi aikuisen ihmisen elämässä tapahtua uusia elinikäiseen kehitykseen vaikuttavia asioita, voi esimerkiksi syntyä uusia kykyjä ja voimia. (Dunderfelt 1997, 16.) On hyvin vanhanaikaista ja epämuodikasta olettaa, että ihmisen kehitys, varsinkin psyykkisellä ja sosiaalisella tasolla, olisi kiinnittynyt ainoastaan lapsuus- ja nuoruusikään. Aikuisiällä voi yhtäläillä tapahtua paljon sellaisia asioita, joilla on pysyvä vaikutus ihmisen jatkuvaan kehitykseen sekä mahdollisesti myös loppuelämään.

Dunderfeltin (1997, 17-18) mukaan kehitys on fyysisten, sosiaalisten, psyykkisten ja yksilöllisten voimien yhteisvaikutusta, ja siksi yksilön elämänvaiheita ja tapahtumia on mahdotonta etukäteen ennustaa. Elämänkaaripsykologian taustalla vaikuttaa kaiken aikaa ajatus siitä, että jokaisen ihmisen elämänselitys on ainutlaatuinen, vaikka elämänkaaripsykologian tavoitteena onkin luoda kokonaiskuva ihmisen kehityksestä ja tarkastella asioita mahdollisimman yleisellä tasolla. Suurista yksilöllisistä eroista huolimatta ihmisen elämänkaaresta voidaan löytää niin sanottuja lainmukaisuuksia.

Yhtenä tutkimustehtävänä on tutkia eläinavusteista toimintaa osana lasten sekä ikääntyneiden ihmisen parissa tehtävää työtä. Tarkoitukseni on selvittää millä eri tavoin eläinavusteista toimintaa voitaisiin hyödyntää työskennellessä lasten ja ikääntyneiden ihmisten kanssa. Pohjana käytän Tony Dunderfeltin elämänkaaripsykologiaa, sillä se kuvailee ihmisen kehitystä ja siinä tapahtuvia prosesseja selkeästi. Eläinavusteisen toiminnan vaikutusta ja mahdollista hyötyä sekä lasten että ikääntyneiden parissa tehtävässä työssä lienee viisainta tarkastella juuri elämänkaaripsykologian kautta, sillä siinä otetaan huomioon eri ikä- ja kehitysvaiheet

sekä erillisinä kokonaisuuksina että osina yhtä suurempaa kokonaisuutta, ihmisen elämänkaarta.

3 ELÄINAVUSTEINEN TYÖSKENTELY

Eläinavusteisen työskentelyn tarkoituksena on asiasta vastaavien toimijoiden avustuksella vierailta muun muassa vanhainkodeissa, perhekodeissa, mielenterveyslaitoksissa, päiväkodeissa ja lastenkodeissa eläimen tai eläinten kanssa ja tuottaa asiakkaille hyvää mieltä ja hyvinvointia. (Hali-Bernit.) Vierailujen aikana eläinavusteiseen työskentelyyn osallistuvien eläinten on pelkän läsnäolonsa kautta mahdollisuus vaikuttaa asiakkaiden mielentilaan. Eläinavusteinen työskentely antaa mahdollisuuden motivoiviin, kasvatuksellisiin ja terapeuttisiin hyötyihin vaikuttamalla ihmisen hyvinvointiin. (Sarso 2010.)

Toiminta eläinten kanssa voi olla tavoitteellista tai sitten ei, riippuen paljolti siitä onko kyse eläinavusteisesta terapiasta vai eläinavusteisesta toiminnasta. Myös eläinavusteisen työskentelyn sisältö riippuu siitä mitä sen avulla toivotaan saavutettavan ja mitä odotuksia sille asetetaan. Suosiota nauttivat erityisesti sellaiset eläinavusteisen työskentelyn työmuodot, joita toteutetaan koirien ja hevosten kautta.

Suomessa ja ulkomailla toteutetaan eläinavusteista työskentelyä hyvin monella tapaa. Eläinavusteista työskentelyä on mahdollista harjoittaa esimerkiksi oman ammattinsa rinnalla monin erilaisin toimintametoidein. (Oy Cavesson Ltd.) Toiminta voi myös olla täysin omaan ammattiin liittymätöntä vapaa-ajan toimintaa. Myös eläinavusteiselle työskentelylle asetetuilla tavoitteilla on merkitystä, sillä ne osaltaan saattavat muokata käytettävistä työskentelymuodoista erilaisia. Eläinavusteisen työskentelyn ytimen muodostaa kuitenkin ajatus siitä, että eläimen läsnäolo vaikuttaa positiivisella tavalla ihmiseen ja voi omalta osaltaan vaikuttaa ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. (Sarso 2010.) Eläinavusteinen työskentely voi olla hyvin tarkasti suunniteltua ja tavoitteellista eläinavusteista terapiaa tai toisaalta mukavaa yhdessäoloa eläinten kanssa, mikä monesti tuottaa ihmisille hyvän olon tunteen. Jälkimmäistä kutsutaan eläinavusteiseksi toiminnaksi.

Eläinavusteinen työskentely on toimintamuoto, joka ei vielä tänä päivänä Suomessa ole saavuttanut suurta suosiota ja mainetta, mutta lisääntyvässä määrin se on osattu ottaa osaksi muuta sosiaali- ja terveysalalla tapahtuvaa työtä ja toimintaa. (Sarso 2010.) Ulkomailla sen sijaan eläinavusteinen työskentely on monesti vartenotettava vaihtoehto ja osa asiakkaiden kuntoutusprosessia. Ulkomailla teetetyt tutkimukset ovat osaltaan hyvin selkeästi osoittaneet eläinavusteisen työskentelyn hyödyt käytännön

tasolla. (Healthy reasonsa to have a pet 2009.) Suomessa ollaan vielä alkutekijöissä eläinavusteisen työskentelyn kanssa, mutta muutosta on ollut havaittavissa (Sarso 2010). Yhä useammin törmää lehtiartikkeleihin aiheesta ja joskus asiaa käsitellään myös televisiossa. Joskus tällaisia artikkeleita tai TV-ohjelmia katsoessa on vaikea ymmärtää, että kyse on juuri eläinavusteisesta työskentelystä, ei niinkään lemmikkiharrastuksesta.

Vaikka useimmat kansainväliset tutkimukset osoittavatkin eläinten läsnäololla olevan suotuisat vaikutukset ihmisen elämään ja hyvinvointiin, vaikutukset eivät aina ole positiivisia, sillä kaikki ihmiset eivät yksinkertaisesti pidä eläimistä. Täten voidaankin todeta, että koirien hyödyntäminen opetuksessa tai terapiassa on erityisesti kiinni yksilön omista yksilöllisistä mieltymyksistä, sillä eläimet eivät ole kaikille soveltuva terapia- tai hoitomuoto. Suurelle osalle ihmisistä eläimistä on kuitenkin paljon paitsi iloa, myös konkreettista hyötyä elämässä. (Kennel Evona's.)

Antrozoologia

Ihmisten ja eläinten keskinäinen yhteiselo, tunneside ja vuorovaikutus eivät ole tiedemaailmalle täysin vieras aihealue. Antrozoologia tutkii ennen kaikkea ihmisen ja eläimen vuorovaikutusta. (Antrozoologia.) Pohjimmiltaan antrozoologiassa on kyse ihmisen ja eläimen välisestä suhteesta ja sen tutkimisesta. Kyseessä on uniikki tutkimusalue, joka tutkii eläinten vaikutusta ihmisen elämään sekä ihmisten vaikutusta eläinten elämään. (Anthrozoology 2006.)

Kyseessä on poikkitieteellinen tutkimuskenttä, johon ovat vaikuttaneet muun muassa eläinlääkärit, sosiaalitieteilijät, psykologit ja psykiatrit. Antrozoologinen tutkimuskenttä on mitä moninaisin, sillä se voi käsitellä esimerkiksi koiran omistamisen yhteyttä ihmisen terveyteen tai koirien käyttämistä eläinavusteissa terapiassa. (Antrozoologia.) Vaikka ihmisten ja eläinten välistä suhdetta on hyvin vähän tutkittu Suomessa, on siitä saatavilla paljon tietoa, sillä ulkomailla antrozoologia on hyvin edustettuna. Internetistä ja englanninkielisissä julkaisuissa on löydettävissä useita ulkomailla suoritetuja tutkimuksia, joissa käsitellään ihmisten ja eläinten välistä vuorovaikutusta ja tämän vuorovaikutuksen merkitystä ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Lisäksi löytyy hyvinkin yksityiskohtaisia tutkimuksia muun muassa eläinavusteisen toiminnan hyödyistä syöpäpotilaiden paranemiseen sekä eläinten, erityisesti koirien, vaikutuksesta lapsen kasvuun ja kehitykseen.

Varhaisissa tutkimuksissa ihmisten ja heidän lemmikkieläintensä välillä havaittiin vahva psykologinen ja emotionaalinen kiintymys, jota alettiin kutsua termillä human-animal bond. Termin käyttö otettiin todenteolla käyttöön vuonna 1979 Skotlannissa, vaikkakin käsitettä oli aiemmin jo käyttänyt yhdysvaltalainen lastenpsykiatri Boris Levinson. Käsitteestä tuli tunnettu vasta 1980-luvulla, jolloin aiheen ympärille perustettiin tieteellisiä yhteisöjä ja järjestettiin kansainvälisiä konferensseja. Myös tieteellisiä tutkielmia sekä laajemmalle yleisölle suunnattuja artikkeleita alkoi ilmestyä tuolloin enemmän. (Antrozoologia.)

Eläinavusteinen työskentely

Ennen kuin eläinavusteista työskentelyä, sen sisältöä ja merkitystä sosiaali- ja terveysalalla tarkemmin opinnäytetyössäni käsitellään, on hyvä ottaa huomioon termien kirjo, joka voi hankaloittaa asioiden sisäistämistä. Tärkeintä on oppia ymmärtämään eläinavusteisen terapian ja eläinavusteisen toiminnan ero.

Eläinten suosion kasvaessa terveydenhuollon palveluissa 1980-luvulla heräsi ammattilaisten keskuudessa tarve määritellä eläinten avustuksella tapahtuva työskentely tarkemmin, ja lopulta uskottavuuden ja ammatillisuuden tarve johti ensimmäisten kokonaisvaltaisten käytännön normien kehittämiseen sekä tarkentamiseen. Siitä lähtien ovat olleet yleisessä käytössä yhdysvaltalaisen Delta Society:n määrittelemät termit eläinavusteinen terapia, Animal-Assisted Therapy, ja eläinavusteinen toiminta, Animal-Assisted Activities. (Eläinavusteinen terapia ja toiminta 2006.) Lyhenteet näistä ovat AAT ja AAA, jotka ovat ammattilaisten ja alalla toimivien ihmisten keskuudessa yleisesti tunnistettuja.

Tarkoituksena on tarkastella eläinavusteista toimintaa osana sosiaali- ja terveysalaa, en siis tarkastele työssäni eläinavusteista terapiaa. Esille nousee jatkuvasti käsite eläinavusteinen toiminta, jolla työssäni tarkoitan sellaista eläinavusteista toimintaa, jota toteutetaan koirien kanssa. On olemassa myös eläinavusteista työskentelyä, jota toteutetaan hevosten avulla. Määritelmänä koira-avusteinen työskentely voisi olla helpoiten ymmärrettävissä, mutta koska se ei ole yleisessä käytössä, en aio sitä työssäni käyttää.

3.1 Eläinavusteinen terapia

Eläinavusteisesta terapiasta (AAT) puhutaan silloin, kun ammattihenkilö käyttää eläimiä apuna työssään. Asiakkaalle on ammattihenkilön toimesta määritelty erityiset tavoitteet, joiden edistymistä seurataan ja joiden täyttymistä tavoitellaan. Eläinavusteinen terapia on korjaavaa toimintaa. (Eläinavusteinen terapia ja toiminta 2006.) Eläinavusteista terapiaa osana työtään käyttävät yleisesti sosiaali- ja terveystalouden ammattilaiset, terapeutit ja psykologit (Animal-Assisted Therapy).

Eläinavusteisen terapian tarkoituksena on saada aikaan muutoksia ihmisten fyysisessä, sosiaalisessa, henkisessä ja kognitiivisessa toiminnassa. Eläinavusteista terapiaa voidaan käytännön tasolla toteuttaa monella eri tavalla, lisäksi sitä voidaan käyttää yksilötyössä ja ryhmätyössä. Yksi eläinavusteisen terapian erityispiirteitä on se, että se on prosessiluontoista ja että sitä on tarkoitus työn aikana ja sen jälkeen tarkemmin tarkastella ja arvioida. (Animal-Assisted Therapy.)

Terapiakoira on koira, joka on saanut asianmukaisen koulutuksen, jotta toiminta terapiakoirana mahdollistuu. Usein kuulee arkikielessä puhuttavan seurakoiran terapeuttisesta vaikutuksesta perheenjäseniin ja siitä kuinka koiran hankkiminen on parasta mahdollista terapiaa huonosta itsetunnosta kärsiville ihmisille. Seurakoirat, toiselta nimeltään kotikoirat, eivät kuitenkaan ole terapiakoiria elleivät ne ole saaneet asianmukaista koulutusta.

Eläinavusteinen terapia vaatii ammattihenkilöltä kouluttautumista sekä koiralta terapiakoiran pätevyyden hankkimista. Suomessa esimerkiksi lastensuojelun saralla toimiva sosiaalityöntekijä voi jatkokouluttaa itseään, jotta voi käyttää työssään apuna eläinavusteista terapiaa. Myös omaa praktiikkaa ylläpitävä toimintaterapeutti voi hankkia itselleen ja koiralleen asianmukaisen koulutuksen, jonka jälkeen toimintaterapeutti voi muun työnsä ohella mainostaa ja käyttää työssään eläinavusteista terapiaa.

Suomessa eläinavusteisesta terapiasta kiinnostunut henkilö voi hankkia vaaditun koulutuksen esimerkiksi AASEL-mallin mukaisesti. AASEL tarjoaa koulutusmallin, jossa ohjaajan, asiakkaan ja työhön koulutetun koiran välinen suhde on keskeinen. Ohjelma on strukturoitu ja siinä tapahtuva työskentely on tavoitteellista ja jatkuvan arvioinnin kohteena. Ohjelma rakentuu asteittain etenevistä ohjatuista

vuorovaikutustilanteista työhön koulutettu koira parina. Harjoituksissa ja niiden purkamisessa opitaan itsestä ja omista toimintatavoista, asenteista ja ongelmanratkaisuvälineistä. Tämän lisäksi on tarkoituksena kehittää tunnetaitoja sekä sosiaalisia taitoja ja oppia siirtämään kaikki uusi tieto osaksi muuta työtä. AASEL-mallin mukaista koulutusta Suomessa tarjoaa Oy Cavesson Ltd. (Oy Cavesson Ltd.)

3.2 Eläinavusteinen toiminta

Eläinavusteinen toiminta (AAA) on eläinavusteista terapiaa vapaamuotoisempaa toimintaa, jossa eläimet vierailevat ihmisten luona vapaaehtoisten toimesta (Eläinavusteinen terapia ja toiminta 2006). Eläinavusteinen toiminta luo moninaisia motivoivia, opettavaisia ja uutta luovia mahdollisuuksia parantaa ihmisten elämänlaatua. Eläinavusteinen toiminta tapahtuu asianmukaisen koulutuksen saaneiden ihmisten ja vapaaehtoistoiminnan kautta. Myös eläinavusteisessa toiminnassa mukana olevien eläinten on täytettävä tietyt kriteerit voidakseen toimia osana eläinavusteista toimintaa. (Animal-Assisted Activities.)

Käytännön tasolla eläinavusteinen toiminta on vapaamuotoista toimintaa, jonka tarkoituksena on viedä eläimiä tapaamaan ihmisiä ja tuottaa iloa ja hyvää mieltä tätä kautta. Eläinavusteinen toiminta tapahtuu usein ryhmissä ja se voi olla toistuvaa tai kertaluontoista. Oleellinen ero eläinavusteiseen terapiaan on se, että tapaamiskertoja ei erikseen suunnitella eikä niillä ole erikseen määriteltyä tarkoitusta tai tavoitteita. Tämän lisäksi eroavaisuuksia eläinavusteiseen terapiaan on se, että eläinavusteisessa toiminnassa mukana olevien henkilöiden ei tarvitse raportoida tai tehdä muistiinpanoja tapaamisista eikä tapaamisille ole erikseen määritelty aikarajaa. Eläinavusteisessa toiminnassa tapaamiset ihmisten kanssa voivat olla lyhyitä tai tarpeen mukaan myös pitkäkestoisia, riippuen täysin tilanteesta. Eläinavusteinen toiminta on spontaania eikä sillä ole erikseen määriteltyjä rajoitteita tai säännönmukaisuuksia.

Opinnäytetyöni tiimoilta haastattelin neljää Pirkanmaan Hali-Berni-toiminnassa toimivaa koiraohjaajaa, jotka kuvailivat eläinavusteista toimintaa monin eri sanoin. Koiraohjaajat kuvailivat eläinavusteista toimintaa muun muassa toiminnaksi, jonka tarkoituksena on tuottaa iloa ihmisille sekä luoda lämmin ja hyvä kontakti ihmisen ja koiran välille. Haastatteluissa kävi ilmi, että koirilla on yleisellä tasolla paljon annettavaa ihmisille ja sitä kautta mahdollisuus tuoda iloa ihmisten elämään. Tämä on tärkeää erityisesti sosiaalialalla, jonka keskiössä on halu ja tarve vaikuttaa asiakkaiden

elämään sekä mahdollisuuksien mukaan tuottaa hyvää oloa. Haastatteluissa myös nostettiin esille, että eläinavusteisen toiminnan kautta on mahdollisuus tuottaa erilaisia kokemuksia ihmisille eläinten kautta. Koska eläin on vilpittönnä, on positiivisten kokemusten tuottaminen ihmisille helppoa. Ihmisille on melko vaivatonta tuottaa suuria kokemuksia pienten asioiden kautta, esimerkiksi suurikokoisen koiran taluttaminen voi jollekulle olla hieno kokemus ja suuri erävoitto koirapelosta. Haastateltavat nostivat yhtenä tärkeänä seikkana nimenomaan onnistumisen tunteet osana eläinavusteista toimintaa ja sen sisältöä. Myös eläinavusteisen toiminnan käyttäminen virkistymistoimintana mainittiin ja sen tärkeyttä korostettiin toimittaessa erityisesti vanhusten sekä kehitysvammaisten parissa.

3.3 Eläinavusteinen toiminta sosiaali- ja terveysalalla

Eläinavusteinen toiminta on omiaan toimimaan osana sosiaali- ja terveysalaa. Suomessa eläinavusteisella toiminnalla ei ole pitkäaikaisia perinteitä sosiaali- ja terveysalalla, mutta sen suosio ja tunnettavuus ovat hiljalleen nousussa (Sarso 2010). Sosiaali- ja terveysalalla Hali-Bernit voivat tuoda perusrakenteisiin jotakin uutta sekä tuoda mukanaan uusia toimintamalleja jo olemassa olevien tueksi tai osaksi niitä. Ei myöskään pidä unohtaa sitä tosiseikkaa, että eläinavusteinen toiminta lisää osaltaan vuorovaikutusta ihmisten ja eläinten välille, eikä vuorovaikutuksen tärkeyttä sosiaali- ja terveysalalla voi liikaa painottaa.

Pirkanmaan Hali-Bernien koiraohjaajat olivat sitä mieltä, että eläinavusteinen toiminta on erittäin tärkeä osa sosiaali- ja terveysalaa ja että eläinavusteinen toiminta voi tuottaa ihmisille mielihyvää, iloa, terveyttä ja hyvinvointia. Tätä vasten katsottuna eläinavusteinen toiminta on mitä mainioin lisä sosiaali- ja terveysalalle. Lisäksi haastatteluissa nousi ilmi, että tänä päivänä sosiaali- ja terveysalalla painotetaan liikaa sairauspuolta, vaikka rahaa ja voimavaroja tulisi sijoittaa ennen kaikkea ennaltaehkäisevään työhön, jota myös eläinavusteinen toiminta voi olla. Fyysinen terveys sekä mielenterveys nousivat myös haastatteluissa esille ja varsinkin se, että eläinavusteinen toiminta voi näitä molempia omalla panoksellaan edistää. Usein eläinavusteisen toiminnan ja muun ennaltaehkäisevän sekä toisaalta myös kuntouttavan toiminnan käyttäminen sosiaali- ja terveysalalla jää vähemmälle huomiolle verrattaessa esimerkiksi erikoissairaanhoidon.

Pirkanmaan Hali-Bernien koordinaattori Jaana Sarso (2010) nostaa haastattelussaan esille erilaisten alun alkaen harrastuksiksi tarkoitettujen toimintojen käyttämistä terapiatoimintana. Monia harrastustoiminnoiksi luokiteltuja toimintoja käytetään tätä nykyä terapiamerkityksessä, oli sitten kyse tanssista, kirjoittamisesta, liikunnasta tai käsitöistä. Sarson (2010) mielestä myös eläinavusteinen toiminta voidaan luokitella harrastukseksi, mutta se toimii hyvin myös osana sosiaali- ja terveysalalla tapahtuvaa terapiatyypistä toimintaa. Eläinavusteinen toiminta voi toimia tietynlaisena terapiatoimintana joillekin ihmisille ilman, että sen täytyisi olla sananmukaisesti terapiaa.

Pirkanmaan Hali-Bernien koiraohjaajat nostivat esille myös mietteitä siitä, miten eläinavusteista toimintaa voisi käyttää ja kehittää sosiaali- ja terveysalalla. Esille nousi mietteitä siitä, miten eläinavusteisen toiminnan uniikkia ajatusta voisi käyttää hyväksi, sillä kyseessä on erilainen hoitomuoto verrattuna moniin muihin toiminta- ja hoitomuotoihin, koska sen keskiössä toimii elävä olento.

Lisäksi koiraohjaajat totesivat, että koirien kautta on heidän kokemuksensa mukaan mahdollista vaikuttaa ihmisen psyykeeseen ja mielentilaan, joten eläinavusteisen toiminnan lisääminen sosiaali- ja terveysalalla voisi tuoda paljonkin toivottua tulosta, jos siihen paneuduttaisiin kunnolla. Sarso (2010) nosti esille lisäksi eläinavusteisen toiminnan osuuden erityisesti kuntouttavassa työssä, mutta myös erilaisten sairauksien ennaltaehkäisyssä ja terveyden edistämisessä.

Yleisellä tasolla koiraohjaajat olivat sitä mieltä, että koirilla on erityinen vaikutus ihmisiin verrattuna siihen, mikä vaikutus ihmisellä voi olla toiseen ihmiseen. Haastateltavien mielestä ihminen voi ottaa monesti tilanteen kuin tilanteen herkemmin vastaan, jos paikalla on eläin. Monille vieraan ihmisen tapaaminen ja tämän kanssa keskusteleminen voi olla helpompaa jos paikalla on eläin, jolle voi halutessaan puheensa kohdistaa, jos puhuminen toisen ihmisen kanssa ei luonnistu. Haastateltavilla koiraohjaajilla oli hyvin selkeä käsitys siitä miten eläin vapauttaa monia tilanteita ja ikään kuin purkaa muurit ihmisten ympäriltä.

Historia

Millään muulla eläinlajilla maailmassa ei ole niin suurta rotujen kirjoa kuin koirilla. Tänä päivänä tunnetaan yli 400 erikokoista ja -näköistä koirarotua, tämän lisäksi

huomioon on otettava myös kaikki monirotuiset koirat. Huolimatta näistä kaikista erilaisuuksista, kaikki koirat kuuluvat samaan heimoon, *Canis Familiarisiin*, jonka esi-isä on latinaksi *Canis Lupus*, yleisesti tunnettu sutena. Sudella on erityinen kyky sopeutua erilaisiin ympäristöihin ja sen taito työskennellä yhdessä lajitovereidensa kanssa johti sen menestykseen luonnossa. Samasta syystä se sopeutui hyvin myös ihmisen kotieläimeksi. Nykyään maailmassa on yli 400 miljoonaa koira. (Koirien historia.)

Koirilla ja ihmisillä on ollut erityinen suhde yli 12 000 vuotta, joidenkin arvioiden mukaan jopa 40 000 vuotta. Koira ja ihminen ystävästyivät kun sudet alkoivat nälissään etsiä ruokaa ihmisasumusten läheltä. Esi-isämme huomasivat pian, että sudet voivat auttaa heitä muun muassa saaliiden jäljittämässä ja metsästämisessä. Tilanne hyödytti molempia osapuolia, ja niin aikojen saatossa ihmiset tekivät kuin huomaamattaan susista lemmikkieläimiään, lopulta koiria. (Koirien historia). Tästä on alkanut ihmisen ja koiran yhteinen tarina, jolle ei loppua näy. Ennen koirilla oli rooli ennen kaikkea ihmisen auttajana, työntekijänä ja hyödyllisenä työkaluna, mutta tänä päivänä kyse on paljon muusta. Nykyään ihmisen ja koiran välillä vallitsee molemminpuolinen ystävyys ja luottamus.

Lasten parissa tehtävässä työssä eläinavusteista toimintaa ja terapiaa on käytetty jo melko pitkän aikaa. Yhdysvaltalainen lastenpsykiatri Boris Levinson lanseerasi ensimmäisenä termin lemmikkiterapia vuonna 1964. Levinson havaitsi työnsä ohessa vaikeista kommunikaatio-ongelmista kärsiviä lapsia hoitaessaan, että hänen lemmikkikoiraansa toimi eräänlaisena siltana, jäänmurtajana, hänen ja hoidettavien lasten välillä. Hoidettavat lapset, jotka eivät juuri reagoineet muihin ihmisiin ja heidän kommunikaatioyrityksiinsä, leikkivät ja kommunikoivat moitteettomasti koiran kanssa. (Kennel Evona's.) Oli siis täysin sattuman kauppaa, että koirien positiivinen vaikutus asiakkaisiin, tässä tapauksessa lapsiin, huomattiin ja sitä alettiin kehittää.

Boris Levinson ei ollut ensimmäinen kiinnostunut henkilö eläinten ja ihmisten välisestä vuorovaikutuksellisesta suhteesta, mutta hän oli ensimmäinen, joka kirjoitti tieteellistä tekstiä aiheesta laajalti ja kattavasti. Kiinnostusta aiheetta kohtaan oli havaittavissa jo 1900-luvun alkupuolella, mutta vasta lastenpsykiatri Boris Levinson teki eläinavusteisen työskentelyn tunnetuksi. (Pet therapy.) Levinson huomasi työssään, että käyttäessään omaa koiraansa ikään kuin terapiavälineenä, hän saattoi tehdä lasten

käyttäytymisestä paljon tulkintoja ja päätelmiä. Koira osoittautui tehokkaaksi apulaiseksi lasten kanssa pidettävissä terapiaistunnoissa, sillä elävänä olentona se kykeni luomaan lapsen vastavuoroisen suhteen. Tyypillisessä leikkiterapiassa lapsi voi luoda vastaavanlaista vastavuoroista kontaktia esimerkiksi leluun, minkä avulla terapiaistunto käytännössä toteutetaan. (Kennel Evona's.) Levinsonin huomiot, päätelmät ja havainnot ovat suuresti edesauttaneet eläinavusteisen toiminnan ja terapian nykypäivän asemaa osana sosiaali- ja terveysalalla tapahtuvaa työtä.

Psykiatrit Sam ja Elizabeth Corson ottivat ensimmäisinä käyttöönsä Levinsonin näkemykset eläinten vaikutuksista ihmisten käyttäytymiseen käytännön työn kautta. Corsonit toteuttivat ensimmäisen eläinavusteista toimintaa sisältävän terapiaohjelman psykiatrisessa yksikössä Ohion osavaltion yliopistossa vuonna 1977. Tutkimuksessa 47 potilasta sai valita lähiseudun kenneleistä itselleen mieleisen koiran ja viettää aikaa koiriensa kanssa päivittäin ennakkoon sovittuina ajankohtina. Tutkimuksen tuloksista selvisi, että koirat toimivat potilaille ikään kuin sosiaalisina katalyytteina luoden muun muassa positiivisen yhteyden potilaiden ja henkilökunnan välille. Tämän lisäksi potilaat kertoivat tutkimuksen jälkeen, että heidän itsekunnioituksensa ja itseluottamuksensa olivat selvästi kehittyneet parempaan suuntaan. (Pet therapy.)

Tutkijat ja terveysalan ammattilaiset ovat Levinsonin havaintojen perusteella pyrkineet toteuttamaan miehen näkemyksiä työssään käytännön tasolla. Aikojen saatossa tutkijoiden teettämät tutkimukset ja niiden tulokset ovat osoittaneet selvästi, että eläimet voivat kehittää sekä ihmisten moraalialia että kommunikointikykyä, vahvistaa itsetuntoa ja lisätä kokonaisvaltaista hyvinvointia ja elämänlaatua. (Pet therapy.)

Toinen hieman nimekkäämpi henkilö kiinnostui myös muun työnsä ohella eläinten vaikutuksista ihmisten käyttäytymiseen. Salla Kallio ja Johanna Rintamaa kirjoittavat opinnäytetyössään Koira mukana lastensuojelussa (2008, 17) miten psykoanalyysin kehittänyt lääkäri ja tutkija Sigmund Freud toi esille oman hämmästyksen tunteensa siitä, miten lumoutuneita lapset saattoivat olla eläimistä. Freud huomasi työssään eläinten ilmestyvän lasten uniin edustaen heijastuksia voimakkaista aikuisista lasten elämässä. Freud päätteli, että nämä aikuiset olivat liian uhkaavia ja pelottavia tulemaan esille ilman valepukuja. Freudin ajanjakson jälkeen monet psykologit kehittivät menetelmiä työskentelyvälineiksi lasten kanssa käyttäen hyväksi eläinhahmoja. Tällaisesta työskentelystä on esimerkkinä eläinten ominaisuuksiin perustuva

tarinankerrontatekniikka, jossa jokaiselle perheenjäsenelle valitaan jokin häntä parhaiten kuvaava eläinhahmo ja aloitetaan työskentely siltä pohjalta.

3.4 Hali-Bernit

Hali-Bernit ovat koiria, jotka rakastavat halatuksi tulemista, silittelyä ja rapsutuksia. Yleisesti ottaen Hali-Bernit ovat rodultaan berninpaimenkoiria, mutta myös muun rotuisia koiria toiminnassa tavataan. Tällä hetkellä Suomessa on noin 150 Hali-Berniä, joista Pirkanmaalla toimii noin 15. Hali-Berni-nimi on rekisteröity. Haliberniys ei ole ainoastaan rotukysymys, sillä kyse on ennen kaikkea koiran luonteesta.

Vuonna 1991 alkanut Hali-Berni –toiminta pyörii vapaaehtoistyön voimin, joten vierailuista ei yleisesti ottaen peritä korvausta. Joskus kuitenkin maksetaan kulukorvauksia tai vastaavia korvauksia, jotka lahjoitetaan kaikki hyväntekeväisyyteen tai esimerkiksi avustajakoira-toimintaa. Järjestämistään tilaisuuksista Hali-Bernit kuitenkin toivovat joko tavara- tai rahalahjoituksia muun muassa Helsingin ja Turun eläinsuojeluyhdistyksille. Hali-Berni –toiminta on Suomen Sveitsinpaimenkoirat ry:n alaista, ja sen käytännön organisoinnista vastaavat nimetyt koordinaattorit ja alajaostot. (Hali-Bernit.)

Hali-Berni –toiminta toimii siten, että erilaiset sosiaali- ja terveysalalla toimivat ammattilaiset ottavat yhteyttä kunkin alueen Hali-Berni –koordinaattoriin, joka järjestää Hali-Bernit vierailulle haluttuun laitokseen tai esimerkiksi päiväkotiin. Kyseessä voi olla myös ulkoilmatapahtuma. Paikan päällä Hali-Bernejä saa rapsutella ja halailia ja koiraohjaajille voi esittää kysymyksiä. Vierailuista ei koskaan peritä suoranaista rahallista korvausta. (Hiltunen 2009, 74.)

Hali-Bernit voivat vierailla erilaisissa laitoksissa tai keskuksissa kertaluontoisesti tai tietyin väliajoin. Useilla yhteyttä ottaneilla työpaikoilla Hali-Bernit vierailevat säännöllisesti, sillä koirien vierailujen ja läsnäolon on todettu vaikuttavan positiivisesti asiakkaisiin, monissa tapauksissa myös työntekijöihin. Hali-Berni –toiminta edellyttää, että tietyt koiranomistajat ja koirat ovat valmiita sitoutumaan vierailemaan sovituissa paikoissa säännöllisesti. (Hiltunen 2009, 74.)

Ennen kuin koirat pääsevät mukaan ensimmäisille vierailuilleen, on niiden läpäistävä Hali-Berni-testi. Mitään erikoista ja ihmeellistä ei vaadita, ennen kaikkea peräänkuulutetaan koirien perustottelevaisuutta. Hali-Bernien on muun muassa tultava

toimeen muiden koirien kanssa, suhtauduttava hyvin kaikenikäisiin ihmisiin, tultava luokse kutsusta ja otettava palkkioksi tarjottava herkkupala näitesti kädestä. Varsinaista ikärajaa Hali-Berneille ei aseteta. Hali-Bernien lisäksi myös koiranomistajilta vaaditaan sosiaalista luonnetta ja kykyä ottaa kontaktia vieraisiin ihmisiin. (Hiltunen 2009, 73.)

Työssä olevan Hali-Bernin tunnistaa parhaiten sen työasusta, punaisesta fleeceliivistä, jossa lukee Hali-Berni (Hali-Bernit). Tällä tavoin ihmisten on helppo tunnistaa koirat Hali-Berneiksi, jotka ovat valmiita ottamaan taputuksia ja rapsutuksia vastaan.

Pirkanmaan Hali-Bernit

Hali-Bernien toiminta sai alkunsa Suomen Sveitsinpaimenkoirien pääkaupunkiseudun alajaostosta, jossa keksittiin ajatus vanhusten ilahduttamisesta ja päivän piristämisestä koirien avulla. Melko nopeasti toimintaan tuli mukaan muidenkin koirarotujen edustajia. Nykyään toimintaa on pääkaupunkiseudun lisäksi Turun, Rauman ja Uudenkaupungin seutujen lisäksi Pirkanmaalla ja Kymenlaaksossa. (Hiltunen 2009, 73.)

Hali-Bernit aloittivat toimintansa Pirkanmaalla vuonna 2003. Toiminta aloitettiin nimellä Sylibernit, koska tuolloin ei vielä ollut yhteisesti päätetty Hali-Berni –nimikkeestä ja sen käytöstä. Toiminta ja sen markkinoiminen aloitettiin mainosten jakamisella muun muassa vanhusten hoitolaitoksiin sekä päiväkoteihin. Ensimmäisen virallisen Hali-Berni –käynnin Pirkanmaan Hali-Bernit saivat Tampereella Hervannassa sijaitsevaan Invalidiliiton päivätoimintakeskukseen. Alkuvuosina koiratapaamisia oli muun muassa vanhainkodeissa, päiväkodeissa, palvelutaloissa ja erilaisissa lasten ja nuorten talvitapahtumissa, joissa osa koirista veti lapsia mukanaan pulkassa. Vuosien saatossa toiminnassa mukana olleet ihmiset ovat osaksi vaihtuneet, mutta toiminta on silti jatkunut. (Hali-Bernien historiaa.)

Vuonna 2009 Pirkanmaan Hali-Bernit aloittivat säännölliset vierailut Pitkaniemen psykiatrisen sairaalan erittäin vaikeahoitoisten nuorten osastolla. Pirkanmaan Hali-Bernit ulkoilevat säännöllisesti asukkaiden ja hoitajien kanssa. (Hali-Bernien historiaa.) Pitkaniemen psykiatrisen sairaala on tällä hetkellä Pirkanmaan Hali-Bernien ainoa säännöllinen asiakas, ja he pyrkivät vierailemaan paikan päällä noin kahden viikon välein. Tämän lisäksi Pirkanmaalla ollaan aloittamassa säännölliset vierailukäynnit Ylöjärven kuntoutus- ja muistikeskuksella, jonka asiakaskuntana ovat usein

muistihäiriöistä kärsivät vanhukset. Pirkanmaan Hali-Bernit vierailevat myös silloin tällöin muun muassa päiväkotien talvi- ja syysriehoissa. (Sarso 2010.)

Muut eläinavusteisen työskentelyn tahot

Vaikka tarkoitukseni onkin tarkastella eläinavusteista toimintaa Pirkanmaan Hali-Bernien kautta, on mielestäni oleellista tietää myös millaista muuta toimintaa Suomessa on, joka voidaan luokitella eläinavusteiseksi työskentelyksi.

Koirayhdistyksistä ehkä järjestäytyneimmin terapiakoiratoimintaa toteuttaa SATHY ry, joka aloitti ensimmäisenä Suomessa virallisen terapiakoiratoiminnan. SATHY on lyhenne sanoista Suomen amerikkalaisperäisten työkoirarotujen harrastajayhdistys. (Terapiakoiratoiminta.) Tässä kohtaa on hyvä muistuttaa, että SATHYn kohdalla kyse on juuri eläinavusteisesta terapiasta, joka poikkeaa eläinavusteisesta toiminnasta siten, että siinä toiminnalle on asetettu selkeä tavoite. Myös asiakaskunta saattaa olla vaativampaa kuin eläinavusteisessa toiminnassa.

Erilaisten yhteisöjen ja laitosten on mahdollista sopia SATHYn kanssa terapiakoirien vierailusta. SATHYn terapiakoira matkaa työssään hyvin moninaisten ihmisten ja asiakkaiden luokse, jotka todella tarvitsevat positiivisia kokemuksia ja tukea. SATHYn toiminnassa mukana olevilla terapiakoirilla ei pyritä viihdyttämään suuria osastoja tai järjestämään taukoviihdettä, vaan tarkoituksena on antaa ihmisille ystävyyttä, läheisyyttä ja sanatonta lämpöä. (Terapiakoiratoiminta.)

SATHY järjestää ohjaajakokelailleen räätälöidyn terapiakoiraohjaajan kurssin ja samalla ohjaajan koira testataan. Näin varmistetaan, että sekä koira että ohjaaja sopivat terapiakoiratoimintaan. Terapiakoira vaatii jo pelkän koulutuksen takia ohjaajalta sitoutumista ja pitkäjänteisyyttä. (Terapiakoiratoiminta.)

Kaverikoiratoiminta on Suomen Kennelliiton järjestämää vapaaehtoistoimintaa, jolla pyritään koirien avulla tuomaan iloa ja elämyksiä ihmisille, joilla ei ole mahdollisuutta oman koiran omistamiseen. Kaverikoiratoiminta perustuu vapaaehtoisuuteen ja siinä toimivat koirat ovat tavallisia seurakoiria. Kaverikoiratoiminnassa koiranomistajat vierailevat koiriensa kanssa eri kohderyhmien, kuten lasten, kehitysvammaisten ja vanhusten luona esimerkiksi laitoksissa, kouluissa, päiväkodeissa ja päiväkeskuksissa. (Suomen Kennelliitto.) Kaverikoiratoiminta on eläinavusteista toimintaa.

Kaverikoirat koulutetaan Kennelliiton kurssilla, jossa muodostetaan myös alueellisia toimintaryhmiä. Koirat ja koiranomistajat osallistuvat oman ryhmänsä järjestämiin tapaamisiin ja vierailukäynteihin. Kokemusta haalineet kaverikoirat ja heidän omistajansa saattavat tämän lisäksi käydä tapaamassa yksittäistä asiakasta esimerkiksi yhteisen kävelylenkin merkeissä. Kaverikoiratoiminta on vapaaehtoista ja palkatonta. Kurssi materiaaleineen ja ruokailuineen ovat osallistuneille ilmaista ja kaverikoirien käynnit ovat maksuttomia. Kaverikoiratoiminnassa toimivia koiria on Suomessa yli 500. (Suomen Kennelliitto.)

4 IHMISEN HYVINVOINTI

Hyvinvoinnin käsite on mitä moninaisin. Hyvinvointi koostuu hyvin erilaisista tekijöistä, näyttää erilaiselta eri näkökulmista katsottuna ja muuttuu aikojen saatossa. Tarkasteltiin hyvinvointia mistä näkökulmasta katsottuna tahansa, hyvinvointia käsiteltäessä mukana täytyy olla niin objektiiviset kuin subjektiivisetkin painotukset, sillä kaikilla osilla on oma vaikutuksensa siihen millaiseksi kokonaiskuva hyvinvoinnista koostuu. (Taipale 2008, 3.)

Hyvinvointia ei voi tiivistää yhteen määritelmään. Hyvinvointi koostuu monista eri tekijöistä, joihin kuuluu sekä objektiivisesti mitattavia tekijöitä että subjektiivisia tekijöitä. Objektiivisiksi hyvinvoinnin osatekijöiksi voidaan luetella esimerkiksi terveys, elinolot ja toimeentulo. Subjektiivisen hyvinvoinnin osatekijöiksi voidaan taas lukea muun muassa ihmisten väliset sosiaaliset suhteet, itsensä toteuttaminen ja onnellisuus.

Kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin objektiiviset ja subjektiiviset osatekijät vahvistavat yleensä toisiaan. Monesti objektiivisen hyvinvoinnin osatekijät, kuten terveys ja toimeentulo, heijastuvat subjektiivisena hyvinvointina. Lisäksi voidaan todeta, että tiettyjen perustarpeiden täyttyminen on välttämätön ehto subjektiiviselle hyvinvoinnille. Tosin pitää myös todeta, että hyväkään terveys ja taloudellinen tilanne tai korkea elintaso eivät takaa sellaisenaan ihmisen subjektiivista hyvinvointia. Vastaavasti ihminen voi elää hyvinkin onnellisena niukoissakin olosuhteissa, mikäli saa elämäänsä sisältöä muista kuin materiaalisista tekijöistä. (Moisio, Karvonen, Simpura & Heikkilä 2008, 14.)

Pääsääntöisesti ihmisen hyvinvoinnin katsotaan koostuvan kolmesta erillisestä, toisiaan täydentävistä osa-alueista, eli fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta hyvinvoinnista. Nämä osa-alueet ovat tiiviissä yhteydessä toisiinsa ja vaikuttavat kokonaisvaltaisesti kokemaamme hyvinvointiin. Fyysinen hyvinvointi koostuu muun muassa riittävästä levosta, monipuolisesta ravinnosta ja liikunnasta. Tärkeänä osa-alueena fyysisessä hyvinvoinnissa voidaan mainita myös yleinen terveydentila. Psykkinen hyvinvointi viittaa muun muassa tasapainoon itsensä kanssa ja oman itsensä ja luonteensa arvostamiseen. Sosiaalinen hyvinvointi puolestaan pitää sisällään muun muassa sosiaalisen verkoston, johon kuuluvat ainakin perhe, ystävät ja työtoverit. (Terveys, hyvinvointi ja jaksaminen 2010.)

4.1 Erik Allardtin hyvinvointiteoria

Viime vuosina suomalaisessa hyvinvointitutkimuksessa ja -keskustelussa ovat painottuneet objektiiviset, asiantuntijoiden päättämät ja määrittelemät resurssi-indikaattorit. Ennen kaikkea ovat korostuneet tulotasoon ja -eroihin, köyhyyteen, sosiaaliturvaan, työttömyyteen, asumiseen ja terveyteen liittyvät hyvinvointimittarit. Tätä resurssipohjaista ja inhimillisiin perustarpeisiin keskittyvä lähestymistapa hyvinvointiin ei ole paljoakaan muuttunut, vaikka kansalaisten resurssit ja toimintamahdollisuudet ovat parantuneet huomattavasti parin viimeisen vuosikymmenen aikana. (Hämäläinen 2006, 13.)

Sosiologi Erik Allardt kirjoittaa kirjassaan Hyvinvoinnin ulottuvuuksia (1976, 68-69) näkemyksistään ihmisten kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista. Allardt kirjoittaa, että aikojen saatossa yksilöiden hyvinvointia on pidetty yhteiskunnan tärkeimpänä ja tavoitelluimpana päämääränä. Tarkastelutapoja voidaan arvioida kahdesta toisiaan täydentävästä näkökulmasta. Toisaalta yhteiskunnalla ja yhteiskunnallisilla prosesseilla on myös muita tuotoksia yksilöiden hyvinvointiin liittyvien lisäksi ja toisaalta voidaan todeta, että hyvinvointia ei voi määrittellä yksilöiden tyydytyksestä lähtien, vaan yhteiskunnan ja sen tiettyjen ominaisuuksien perusteella.

Allardt (1976, 69) piti tärkeänä sitä, että yksilölliseen hyvinvointiin liittyvät yhteiskunnalliset ja yhteiskunnan toimintaan liittyvät tuotokset erotellaan toisistaan. Yhteiskunnan tuotoksina voidaan pitää esimerkiksi taloudellista kasvua ja tasapainoa, legitiimisyttä sekä yhteiskunnan kykyä uudistua. Nämä yhteiskunnalliset tuotokset ovat tärkeitä kaikissa yhteiskunnissa, mutta Allardtin mukaan niitä on pidettävä yksilöiden hyvinvoinnin edellytyksinä.

Tänä päivänä monien ihmisten uskomukset ja käsitykset hyvästä yhteiskunnasta ja siinä vallitsevasta yleisestä hyvinvoinnista liittyvät monesti johonkin tiettyyn taloudellis-poliittiseen järjestelmään (Allardt 1976, 16). Erik Allardt kirjoittaa teoksessaan Hyvinvoinnin ulottuvuuksia (1976, 9), että häntä kirjansa kirjoitusprosessin aikana innoitti henkilökohtainen tyytymättömyys siihen, että hyvinvointi usein käsitetään vain aineellisista resursseista koostuvaksi. Allardt nosti Suomessa 1970-luvun alussa subjektiivisen eli itse koetun hyvinvoinnin tutkimuskohteeksi. Hänen tutkimuksensa viitekehyksenä toimi teoria ihmisten keskeisistä tarpeista ja niiden tyydyttämisestä. Allardtin mielestä vaikutti perustellulta

käsittää hyvinvointi huomattavasti monisäikeisemmäksi ilmiöksi kuin vain ihmisen fysiologisten tarpeiden täyttymiseksi.

Allardtin hyvinvointiteoriassa hyvinvointi määritellään tarvekäsitteen kautta. Toisin sanoen hyvinvointi on tila, jossa ihmisellä on mahdollisuus saada keskeiset tarpeensa tyydytetyksi. Tarve on kuitenkin paljon monimutkaisempi käsite kuin toivomus. Käsitettä tarve käytetään monissa eri yhteyksissä, mutta erityisesti kaksi tämän käsitteen käyttötapaa nousee esille. Tarpeisiin viitataan toisaalta sosiaali- ja yhteiskuntapoliittisten ohjelmien vaikuttimina ja toisaalta inhimillisen käyttäytymisen selittäjänä. (Allardt 1976, 21-22.)

Hyvinvointikäsitteen huomattava laajennus sai iskusanamaisen ja jämään muodon arvoluokissa Having (elintaso), Loving (yhteisyyssuhteet) ja Being (itsensä toteuttamisen muodot). Tämän lisäksi Allardt vakuuttui siitä, että olisi välttämätöntä tutkia objektiivisen hyvinvoinnin lisäksi subjektiivista hyvinvointia esimerkiksi onnellisuuden kokemusten ja tyytymättömyyden ilmaisujen avulla. Objektiivinen elintaso ja subjektiiviset kokemukset voivat olla yllättävän irrallaan toisistaan ja ikään kuin toisistaan riippumattomia osia ihmisen elämässä. (Allardt 1976, 9-10).

Vuonna 1976 Allardt jakoi tutkimuksiansa perusteella hyvinvoinnin kolmeen erinäiseen osaan, Having, Loving ja Being. Näistä kaksi viimeistä kuvaavat elämänlaatua. Allardt tuli tutkimuksissaan siihen johtopäätökseen, että ensin on saavutettava tietty elintaso, jotta pyrkimys elämänlaadun parantamiseen mahdollistuu. (Eirtola 2007, 9.) Keskeistä on kuitenkin se, että hyvinvointi edellyttää kokonaisvaltaista tyydytystä kaikissa kolmessa ulottuvuudessa, sillä kohonnut elintaso ei yksin riitä (Bardy 2008).

Having eli elintaso on Allardtin hyvinvointiteorian mukaan sidottu ensisijaisesti ihmisen fysiologisiin tarpeisiin. Jokainen ihmisen tarvitsee ravintoa, vettä, lämpöä, hengitettävää ilmaa ja perusmäärän turvallisuutta. Elintason osatekijät ilmaisevat sen, mitä kaikki ihmiset tarvitsevat. Aikojen saatossa psykologiset tarveteoriat ovat painottaneet perustavanlaatuisen fysiologisten tarpeiden ensisijaisuutta, esimerkkinä Abraham Maslow'n kuuluisa tarvehierarkia. (Allardt 1976, 39-41.) Erik Allardt on omassa hyvinvointiteoriassaan luetellut elintason koostuvan viidestä eri osatekijästä: tuloista, asumistasosta, työllisyydestä, koulutuksesta ja terveydestä (Allardt 1976, 50).

Loving eli yhteisyyssuhteissa lähdetään siitä perusolettamuksesta, että ihmisellä on solidaarisuuden ja toveruuden tarve kuulua jäsenenä erilaisiin sosiaalisten suhteiden verkostoihin, joissa toisista ihmisistä pitäminen ja välittäminen ilmaistaan. Toisin sanoen voidaan todeta, että ihmisellä on rakkauden ja hellien suhteiden tarve. Allardt muistuttaa kirjassaan, että täydellisessä muodossaan rakkaussuhteet ovat symmetrisiä, mikä tarkoittaa sitä, että ihminen sekä saa että antaa rakkautta. (Allardt 1976, 43.)

Yhteisyyden puute voi pahimmillaan johtaa siihen, että yksilö kokee itsensä syrjityksi ja ulkopuoliseksi, mikä taas voi johtaa jopa neuroosien ja psykoosien puhkeamiseen. Yhteisyyden tarve ei ole täysin ongelmaton, sillä monet yhteisyydet edellyttävät joidenkin ihmisten jättämistä ulkopuolelle. (Allardt 1976, 44.) Monien ihmisten perhe- ja ystävyysuhteissa ei ole tilaa kaikille ihmisille, sillä silloinhan ne eivät muodostaisi mitään tiettyä ryhmää, joka saattaa kokea vahvaakin yhteisyydentunnetta. Erik Allardt jakaa yhteisyyssuhteet koostuvaksi kolmesta eri osasta: paikallisyhteisyys, perheyhteisyys ja ystävyysuhteet (Allardt 1976, 50).

Being eli itsensä toteuttamisen muodot ovat erittäin tärkeä osa ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia. Kokonaisuutena itsensä toteuttamisen muodot ovat melko vaikeasti selitettävissä ja mitattavissa. Kärjistettynä itsensä toteuttamisen muotoja voidaan kuvailla vieraantumisen vastakohtaksi. Vieraantumista esiintyy silloin, kun inhimillisiä suhteita aletaan arvioida vain hyödyn kannalta. (Allardt 1976, 46). Allardt luettelee itsensä toteuttamisen muotoihin kuuluviksi osatekijöiksi arvonannon (statuksen), korvaamattomuuden, poliittiset resurssit sekä mielenkiintoisen vapaa-ajan toiminnan (tekemisen) (Allardt 1976, 50).

Erik Allardtin hyvinvointiteoria sopii opinnäytetyöni aiheen käsittelyyn hyvin siksi, että vaikka hyvinvointiteoria on syntynyt jo paljon ennen eläinavusteisen toiminnan kehittymistä, on helppoa ymmärtää Allardtin hyvinvointiteoria sisältö ja se, miten se on yhdistettävissä eläinavusteiseen toimintaan ja sen sisältöön. Seuraavien kappaleiden aikana tulen selvittämään miten eläinavusteinen toiminta voi vaikuttaa ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin.

4.2 Eläinavusteinen toiminta ja ihmisen hyvinvointi

Siellä täällä koiran terapeutin, koulutuksellinen ja hyvinvointia tuottava merkitys Suomessa sosiaali- ja terveysalalla on oivallettu, kun joku on rohjennut uhmata

vallitsevia ennakkoluuloja (Heikkinen-Lehkonen 2008, 16). Eläinavusteisen toiminnan tapaisen työskentelymuodon hyödyistä ja haitoista on melko mahdotonta saada tietoa ilman, että sitä käytännön tasolla ensin kokeillaan. Suomessa kuitenkin erityisesti sairaalamaailmassa eläinavusteinen toiminta koetaan melko mahdottomaksi kokeiltavaksi ja käyttöön otettavaksi työvälineeksi, sillä sairaaloiden oletetaan olevan ennen kaikkea steriilejä, bakteerittomia ja puhtaita (Heikkinen-Lehtonen 2008, 16).

Toimintaterapeutti Minna Toivola (2008, 16) kertoo toimintaterapeutin opiskeluihinsa liittyvässä tutkimuksessaan Ruotsissa EU-tuella tehdystä mielenkiintoisesta kokeilusta valtion koirakoulussa. Projektin lähtökohtana oli hankkia koiria masentuneiden opiskelijoiden kuntoutukseen. Tarkoituksena oli ohjata fyysisessä, psyykkisessä ja sosiaalisessa kuntoutuksessa olevia opiskelijoita työskentelemään koirien parissa. Projektin tarkoitus oli tutkia, mitä koira saa aikaan vain olemalla läsnä ja kuinka koiria voidaan käyttää apuna kuntoutuksessa. Opiskelu kesti vuoden, jonka ajan opiskelijat asuivat ennalta määrättyssä asuntolassa. Tänä aikana he kouluttivat itselleen koiran, jonka he tutkimuksen jälkeen saivat omakseen. Koiran kouluttaminen takasi sen, että henkilö oppi ymmärtämään koiran merkityksen elämässään ja osasi käytännön tasolla käsitellä sitä. Tutkimuksen tulokset olivat loistavia. Opiskelijat olivat tutkimusjakson jälkeen henkisesti huomattavasti pirteämpiä kuin aloittaessaan, fyysisesti hoikempia ja kaikin puolin onnellisemman oloisia. Masennus ei enää näytellyt pääroolia opiskelijoiden elämässä eivätkä he olleet enää niin eristäytyneitä muista ihmisistä kuin ennen. Tutkimus osoittaa, että eläinten avulla voidaan vaikuttaa ihmisen fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin.

Eläinavusteinen toiminta ja ihmisen fyysinen hyvinvointi

Kokemamme fyysinen hyvinvointi sekä terveydentila vaikuttavat vahvasti kokonaisvaltaiseen hyvinvointiimme. Puutteet terveydentilassa voivat vaikuttaa osaltaan myös psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin.

Aikojen saatossa yhä useampi sosiaali- ja terveydenhoitoalalla teetetty tutkimus on osoittanut, että vastaus terveyden värittämään, pitkään elämään, saattaa hyvinkin piillä lemmikkieläimen omistamisessa. Tutkijat ympäri maailmaa ovat pystyneet tieteellisesti osoittamaan suoran yhteyden lemmikkieläimen omistajuuden ja lisääntyneen fyysisen hyvinvoinnin välille. Tutkijat ovat tulleet siihen johtopäätökseen, että lemmikkieläinten omistaminen ei ainoastaan kohenna henkistä ja psyykkistä hyvinvointia, vaan saattaa

itse asiassa pidentää elinikää. (Grimshaw 2008.) Yksinkertaisimmillaan kyse on siitä, että koiran kanssa on pakko liikkua, ja säännöllinen liikunta taas vaikuttaa fyysiseen hyvinvointiin.

”Aivan kuten auringonpaiste ja vitamiinit, lemmikkieläimet ovat puhdasta elinvoimaa ikääntyneille ihmisille.” Näin totesi yhdysvaltalainen tohtori Ed Kane, joka osallistuu oman työnsä kautta Pet Partners –ohjelmaan. Ohjelman toiminta-ajatuksena on vieraila sairaaloissa, vanhainkodeissa ja kuntoutuslaitoksissa ympäri Yhdysvaltoja tuottamassa asiakkaille hyvää mieltä. (Grimshaw 2008.) Tämä seikka ei toki koske vain ja ainoastaan ikääntyneitä ihmisiä, sillä lemmikkieläimistä ja varsinkin koirista saatavat fyysisen tason hyödyt koskettavat kaikenikäisiä ihmisiä.

On tieteellisesti todistettu, että lemmikkieläinten omistajilla on alempi verenpaine kuin ihmisillä, jotka eivät omista lemmikkieläintä. Erään ulkomailla teetetyt tutkimuksen mukaan ikääntyneet koiranomistajat käyvät lääkärillä harvemmin kuin ikääntyneet ihmiset, joilla ei lemmikkieläintä ole. Lisäksi on huomattu, että lemmikkieläinten omistajilla on alempi kolesterolitaso kuin niillä henkilöillä, jotka eivät ole lemmikinomistajia. (Healthy reasons to have a pet 2009.)

Näiden seikkojen lisäksi voidaan todeta, että koira pikemminkin ”rokottaa” ihmisen yleistä allergisuutta vastaan kuin aiheuttaa allergiaa. Tänä päivänä sekin asia on tieteellisesti todistettu. (Heikkinen-Lehkonen 2008, 14.) Tieto voi olla monille koiranomistajille selviö, sillä koiran omistamisen vaikuttaminen esimerkiksi jälkikasvun allergisuuteen on helposti maallikon silmissä havaittavissa. Tässä on mainittuna vain murto-osa niistä hyödyistä, jotka on pystytty tieteellisten tutkimusten kautta todistamaan lemmikkieläinten omistamisesta johtuviksi.

Esille täytyy toki nostaa se, että edellä mainituissa tutkimustuloksissa otetaan kantaa ennen kaikkea koiran omistamiseen, ei niinkään eläinavusteiseen toimintaan. On kuitenkin helppo uskoa, että näillä ihmisen terveyteen liittyvillä seikoilla on merkitystä ja vaikutusta myös silloin, kun kyse ei ole suoranaisesta koiran omistamisesta.

Eläinavusteisen toiminnan on tutkimuksellisesti todistettu vaikuttavan lasten mielialaan lääkärintarkastusten yhteydessä. Koiralla voi olla rauhoittava vaikutus lapseen, jolloin käytännössä lapsen verenpaine pysyy normaalilla tasolla ja muihinkin pelkoon ja ahdistukseen viittaavia oireita voidaan koiran läsnäolon kautta hallita. On myös tutkittu

koiran vaikutusta lapsiin, jotka pelkäävät hammaslääkärikäyntejä. Koiran läsnäolo hammaslääkärin vastaanotolla voi vähentää lasten tuntemaa pelkoa ja stressiä. (Healthy reasons to have a pet 2009.) Edellä on mainittuna vain osa sellaisista tutkimuksista, joissa on tarkasteltu koiran vaikutusta ihmisen fyysiseen hyvinvointiin ilman, että kyseessä olisi koiranomistaja. Koirilla voi olla positiivinen vaikutus ihmisen fyysiseen olotilaan, vaikka koira olisikin entuudestaan henkilölle vieras.

Koirien vaikutus ihmisen fyysiseen hyvinvointiin on hyvä nostaa esille, vaikkakin sosionomin (AMK) työkuvaan kuuluu ennen kaikkea ihmisen psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tarkkaileminen ja siihen vaikuttaminen. Ei tule kuitenkaan unohtaa sitä, että tänä päivänä monien työpaikkojen toimenkuvaan kuuluu sekä sosiaali- että terveystalvelujen tarjoaminen. Sosionomien (AMK) on hyvä tietää eläinavusteisen toiminnan mahdollisista vaikutuksista ihmisen fyysiseen hyvinvointiin siinä missä psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin.

Eläinavusteinen toiminta ja ihmisen psyykkinen hyvinvointi

Ulkomailla on toteutettu tieteellinen tutkimus, jonka tarkoituksena oli tutkia seurakoirien vaikutusta pitkäaikaissairaiden hoitolaitosten potilaiden masennukseen ja ahdistuneisuuteen. Tutkimuksen kohteena olivat 16 hoitolaitoksen asukasta, 8 miestä ja 8 naista. Puolet potilaista määrättiin sattumanvaraisesti lääkärin tarkastuskäynneille ja puolet ryhmään, jossa apuna käytettiin eläinavusteista toimintaa. Kuuden viikon ajan potilaat osallistuivat ryhmiin. Kun tieteellisen tutkimuksen tuloksia lopuksi selvitettiin, selvisi, että sen ryhmän potilaat, joiden hoitamisessa käytettiin apuna eläinavusteista toimintaa, voivat psyykkisesti paremmin kuuden viikon jälkeen kuin ennen ryhmän alkamista. Sen ryhmän jäsenet, jotka kävivät säännöllisesti ainoastaan lääkärintarkastuksissa, eivät olleet saaneet mainittavaa helpotusta masennukseensa tai ahdistuneisuuteensa. Eläinavusteinen toiminta koettiin tässä tapauksessa hyödylliseksi ja psyykkistä hyvinvointia edistäväksi. (Le Roux & Kemp 2009.)

Erik Allardt (1976, 46) kuvailee hyvinvointiteoriassaan arvoluokkaa Being kuvailemalla ihmistä olennoksi, jolla on tarve tulla huomioiduksi omana yksilönään sekä tulla kunnioitetuksi. Näitä asioita vie eteenpäin Allardtin mukaan muun muassa mielekäs vapaa-ajan toiminta. Psyykkisestä hyvinvoinnista puhuttaessa esille nousee tasapaino oman itsensä kanssa sekä itsensä että oman elämänsä arvostaminen. Ihmisen

psykkistä hyvinvointia voi myös edistää silloin tällöin puhuminen omista asioista ja tuntemuksista jonkun kanssa.

Jos ihmisen psyykinen hyvinvointi on ennen kaikkea edellä mainittuja asioita, eli itsensä kunnioittamista, oman yksilöllisyyden tunnistamista ja tasapainoa itsensä kanssa, niin miten eläinavusteisen toiminnan kautta voidaan vaikuttaa näihin asioihin? Eläinavusteisen toiminnan vaikuttaminen ihmisen psyykkiseen hyvinvointiin nousi esille Pirkanmaan Hali-Bernien koiraohjaajien teemahaastatteluissa. Koiraohjaajat kertoivat, että toiminnan kautta he ovat omin silmin huomanneet kuinka koirien läsnäolo voi tuottaa ihmisille hyvää mieltä ja positiivista asennetta. Pelkästään koiran silittäminen ja koiran lähellä oleminen voi tuottaa hyvää mieltä asiakkaille ja leveän hymyn kasvoille.

Koiraohjaajien mukaan asiakkaat vaikuttavat vilpittömästi onnellisilta ja koiraohjaajille on myös kerrottu, että tapaamiset ovat odotettuja arjen kohokohtia asiakkaiden keskuudessa. Teemahaastatteluissa myös selvisi, että koiraohjaajat uskovat, että koiran seurassa oleminen ja esimerkiksi sen taluttaminen voivat tuoda ihmiselle lisää itseluottamusta ja itsevarmuutta. Esille nousi esimerkki tilanteesta, jossa asiakas saa luvan taluttaa Hali-Berniä ja samalla huomaa kuinka pystyy hallitsemaan isoa ja voimakasta koiraa. Tilanne voi tehdä hyvää esimerkiksi koirapeloista kärsiville asiakkaille.

Eläinavusteinen toiminta ja ihmisen sosiaalinen hyvinvointi

Koiraihmiset ovat aina tiedneet ilman tieteellisiä tutkimuksiakin, että ihmisen paras ystävä on tärkeä etenkin sellaisille ihmisille, jolla ei paljon muita tuttavuuksia ole (Heikkinen-Lehkonen 2008, 14).

Koirat ovat tapa lisätä omia sosiaalisia suhteita, kuten Pirkanmaan Hali-Bernien koiraohjaajien teemahaastatteluista selviää. Koirien kautta on monesti mahdollista luoda uusia ihmissuhteita ja muutenkin vuorovaikutus ihmisten välillä lisääntyy. Eläinavusteisessa toiminnassa koirilla on mahdollisuus vaikuttaa ihmisen kokemaan sosiaaliseen hyvinvointiin. Koiraohjaajien teemahaastatteluissa nousi useaan otteeseen esille se, että koiratapaamisissa asiakkaat monesti kyselevät asioita, juttelevat keskenään tai kertovat mahdollisesti aikaisemmin omistamistaan koirista.

Koiratapaamisten aikana on siis mahdollista lisätä omaa sosiaalisuuttaan ja luoda kontakteja myös entuudestaan vieraisiin ihmisiin.

Koiraohjaajien mukaan Hali-Berni –tapaamisissa asiakkaat eivät puhu vain koirista ja niihin liittyvistä asioista, vaan myös omista asioistaan, menneisyydestään ja tuntemuksistaan. Koiraohjaajat uskovat, että koirien kautta on ajoittain helpompi luoda kontakti toiseen ihmiseen verrattuna tilanteisiin, joissa on vain kaksi toisilleen vierasta ihmistä. Joskus keskustelu on helpompi avata puhumalla koirasta ja kyselemällä asioita siitä, ja lopulta keskustelu voikin siirtyä uusille urille. Teemahaastatteluuissa ilmeni myös se, että monet ihmiset puhuvat suoraan koiralle, ja vasta sen jälkeen mahdollisesti koiraohjaajalle tai muulle henkilölle. Koira siis toimii ikään kuin siltana keskustelun alkamiselle toisen ihmisen kanssa.

Toimintaterapeutti Minna Toivola (2008, 17) teki opiskeluihinsa liittyvän tutkimuksen haastatteleamalla psykiatrisessa kuntoutuksessa olevia ihmisiä, joilla kaikilla oli joskus ollut oma koira. Toivola kertoo, että kaikki haastateltavat totesivat sosiaalisten kontaktien parantuneen koiran omistamisen myötä. Toivola huomauttaa, että monilla masentuneilla ihmisillä on monesti komplekseja omasta ulkonäöstään, mutta kun toinen ihminen ottaa puhekontaktin koiraa ulkoilutettaessa, alkaa henkilö itsekin tuntea itsensä normaaliksi.

Toivola myös nostaa esille sen, että koiran kanssa on pakko lähteä ulos liikkumaan. Siksi koiranomistajat ovat ylipäättään keskimääräistä terveempiä. Myös kontaktin luominen muihin koiranulkoiluttajiin voi aluksi olla helpompaa kuin kontaktin luominen ei-koiranulkoiluttajiin. Vaikka ei pitäisikään koiran kanssa ulkoilua välttämättä kuntoiluna, on ulkoilu kuitenkin mahdollisuus sosiaaliseen käyttäytymiseen ja ihmissuhteiden luomiseen. Toiminnan ei tarvitse välttämättä olla sen kummempaa kuin yhteinen kävelylenkki, jonka aikana on mahdollisuus jutella niitä näitä.

Tampereella toimiva mielenterveysyhdistys Taimi ry aloitti oman tukikoira-toimintansa jo vuonna 2006, ja sen tarkoituksena on ulkoilla säännöllisesti koirien kanssa. Lenkeillä mukana olevat koirat on nimetty Miku-koiriksi, lyhenne sanoista mielenterveyskuntoutujan apukoira. Lyhykäisyydessään ideana on tehdä pitkä kävelylenkki koirien kanssa siten, että kukin asiakas saa halutessaan taluttaa ja silittää koiria. Kuka tahansa voi lähteä mukaan ulkoilemaan. (Mielenterveysyhdistys Taimi

ry.) Tässä on oiva esimerkki eläinavusteisesta toiminnasta ja sen potentiaalista vaikuttaa ihmisen sosiaaliseen hyvinvointiin.

Toimintaterapeutti Minna Toivola (2008) muistuttaa, että jos ihminen ei saa mielekkäitä sosiaalisia kontakteja, voi se pahimmillaan johtaa apaattisuuteen sekä itsetunnon alenemiseen, ja se puolestaan voi kiihdyttää passivoitumista, sosiaalisten suhteiden heikkenemistä ja masennusta.

5 ELÄINAVUSTEINEN TOIMINTA LASTEN JA IKÄÄNTYNEIDEN PARISSA

Alkaessani hahmotella työtäni sekä kokonaisuutena että erilaisina osa-alueina, nousi esille ajatus tutkia sitä, miten eläinavusteista toimintaa voidaan hyödyntää toimittaessa eri-ikäisten ihmisten parissa. Päätin valita kaksi sosiaali- ja terveysalalla merkittävästi esiin nousevaa asiakasryhmää ja eläinavusteisen toiminnan eroja näiden asiakasryhmien välillä. Päädyin valitsemaan asiakasryhmiksi lapset ja ikääntyneet ihmiset. Lapsiksi tässä opinnäytetyössä määrittelen alle 18-vuotiaat, vaikkakin joissakin yhteyksissä nuorista puhuminen on ehkä luonnollisempaa. Ikääntyneiksi ihmisiksi määrittelen yli 65-vuotiaat. Valitsin iästä puhuttaessa ääriryhmät, sillä toivoin tuovani mahdollisimman paljon kontrastia tätä kautta.

Tässä luvussa tarkoitukseni on tarkastella lasten sekä ikääntyneiden ihmisten parissa tapahtuvaa eläinavusteista toimintaa ja sitä, millä tavoin eläinavusteinen toiminta mahdollisesti eroaa puhuttaessa lapsista ja ikääntyneistä ihmisistä. Jo olemassa olevan materiaalin lisäksi käytin apunani kaikkia kolmea tiedonkeruumenetelmäni, sillä niiden avulla sain hyödyllistä tietoa eläinavusteisen toiminnan mahdollisuuksista lasten ja ikääntyneiden parissa. Teoriapohjana aihealueen käsittelyssä käytän Tony Dunderfeltin elämänkaaripsykologiaa.

5.1 Ikääntyneet ihmiset ja eläinavusteinen toiminta

Eläinavusteinen toiminta ikääntyneiden ihmisten parissa on ehkä yleisin ja tunnetuin eläinavusteisen toiminnan toimintamuoto. Aiheesta on tehty useita artikkeleita lehtiin ja joskus aiheesta on näytetty jotakin myös televisiossa. Ihmisille tulee kysyttäessä mieleen eläinavusteisesta toiminnasta koirat vanhainkodeissa ja muissa ikääntyneiden ihmisten hoitolaitoksissa vierailmassa. Millaista eläinavusteinen toiminta ikääntyneiden ihmisten parissa todellisuudessa on?

Osallistuessani Pirkanmaan Hali-Bernien koiratapaamiseen Ylöjärven kuntoutus- ja muistikeskuksella tarkoitukseni oli oppia mahdollisimman paljon uutta eläinavusteisesta toiminnasta yleisellä tasolla sekä millä lailla eläinavusteinen toiminta toimii ikääntyneiden ihmisten parissa. Ylöjärven kuntoutus- ja muistikeskuksen toimintaterapeutti otti meidän lämpimästi vastaan ja ohjasi meidät oikeaan paikkaan. Kyseisellä toimintaterapeutilla on itsellään myös paljon kokemusta eläinavusteisesta

toiminnasta ja terapiasta, sillä hän käyttää työssään aika ajoin eläinavusteista työskentelyä hyväkseen.

Hali-Berni –tapaaminen alkoi rauhallisissa merkeissä ja huomasin, että paikalle oli tullut mukava määrä kuntoutus- ja muistikeskuksen asiakkaita. Koiratapaamiseen osallistuminen oli luonnollisesti ollut asiakkaille vapaaehtoista. Paikalle oli saapunut noin kymmenkunta ikääntynyttä asiakasta. Koirat otettiin sekä henkilökunnan että asiakkaiden puolelta vastaan hymyin ja kiinnostunein katsein. Henkilökunnan jäsenet juttelivat asiakkailleen koiratapaamisen ajan ja innostivat ikääntyneitä asiakkaitaan tutustumaan koiriin. Osa asiakkaista silitteli koiria useaan otteeseen ja jutteli niille niitä näitä. Useat asiakkaat myös ottivat katsekontaktin koiraan ja taputtelivat koiria samalla. Koiraohjaajat kiersivät tilaa ympäri koirien kanssa ja kävivät jokaisen asiakkaan luona. Joidenkin asiakkaiden kohdalla oli helppo huomata, että heitä jännitti koiran läsnäolo ja mitä todennäköisimmin he viihtyivät paremmin tarkkailijoiden roolissa katsellen koirien toimintaa etäämmältä. Kyseiset ikääntyneet ihmiset kuitenkin katselivat koiria ja niiden menoa herkeämättä, joten tilanne tuskin oli heille epämiellyttävä, ainoastaan koirien vierelle tuleminen jännitti.

”Vanhemmat ihmiset tosiaan silittelee ja sit muistelee omia asioitaan ja juttelee sen omistajan kanssa.” (Katri)

Osa asiakkaista aloitti heti keskustelun koiraohjaajien kanssa kysellen yleisiä asioita Hali-Berneistä, niiden nimistä ja sukupuolesta. Näissä tapauksissa oli helppo huomata, että asiakkaiden kohdalla kontaktin luominen ihmiseen oli tärkeämmässä osassa kuin kontaktin luominen koiraan. Koira toimi väylänä keskustelun aloittamiselle. Asiakkaat juttelivat paljon koiraohjaajien kanssa ja silittelivät samalla koiria, joten koirat eivät kuitenkaan jääneet tilanteen ulkopuolelle, vaan ne toimivat siinä aktiivisesti mukana. Muutamaan otteeseen kuulin myös asiakkaan kertovan omista koirakokemuksistaan ja muistoistaan. Suurin osa asiakkaista hymyili paljon ja puhetta kuului, koiratapaaminen oli selvästi miellyttävä tapahtuma asiakkaiden ja henkilökunnan keskuudessa. Myös koiraohjaajat näyttivät pitävän tapaamista onnistuneena ja olevan tyytyväisiä koiriensa käyttäytymiseen ja niiden aikaansaamiin reaktioihin ikääntyneissä ihmisissä.

Kaiken kaikkiaan Hali-Berni –tapaaminen oli myös minun mielestäni onnistunut. Näin eläinavusteisen toiminnan vaikutukset suoraan asiakkaiden kasvoilla ja käyttäytymisessä. Havainnoijan asemassa sain tietoa yleisesti eläinavusteisesta

toiminnasta, Hali-Bernien toiminnasta sekä ihmisten suhtautumisesta eläinavusteiseen toimintaan. Havainnoinnin kautta huomasin, että eläinavusteisen toiminnan kautta on mahdollista vaikuttaa ikääntyneiden ihmisten yleiseen mielialaan, sillä ikääntyneiden asiakkaiden ilmeet ja eleet kertoivat mielestäni hyvästä mielestä ja tyytyväisyydestä.

Keskusteltuani myöhemmin koiratapaamisesta Hali-Bernien koiraohjaajien kanssa puhuimme muun muassa siitä, miten ikääntyneiden asiakkaiden muistiongelmien voivat osaltaan vaikuttaa eläinavusteisen toiminnan mahdollisiin vaikutuksiin. Koiraohjaajat olivat sitä mieltä, että vaikka muistiongelmien joidenkin asiakkaiden kohdalla varmasti johtavat siihen, että he eivät kyseistä koiratapaamista myöhemmin muista, se ei vaikuta siihen, etteikö tunteet olisi olleet todellisia koiratapaamisen aikana. Ei ole siis syytä aliarvioida eläinavusteisen toiminnan vaikutusta, vaikka muisti ei toimisikaan moitteettomasti, sillä hyvä olo ja hyvä mieli ovat todellisuutta juuri sillä hetkellä, kun asiakas niin tuntee, eikä niinkään ole oleellista se muistuvatko nämä tunteet mieleen vielä myöhemmin.

5.2 Moninainen ikääntyminen ja eläinavusteinen toiminta

Psykologi Tony Dunderfelt on kehittänyt käsitteen elämänkaaripsykologia, jossa ihmisen elämänkaarta tarkastellaan yksilöitymisen eli individuaation näkökulmasta. Dunderfeltin elämänkaaripsykologian perusta on miehen samanniminen teos. Elämänkaaripsykologiassa otetaan huomioon ihmisen eri ikävaiheet ja niissä tapahtuvat muutokset ja seikat, joita on kuitenkin tarkasteltava yksilöllisyyden näkökulmasta. Teoksen pääajatuksena on se, että ihminen kehittyy kaiken aikaa, ei siis ainoastaan lapsuudessaan ja nuoruudessaan. Lisäksi teoksessa käsitellään ihmisen eri kehitysvaiheita ja pohditaan mitä ihmisen henkinen kehitys tarkoittaa. (Elämänkaaripsykologia.)

Tarkoituksena on tarkastella vanhuutta osana ihmisen elämää sekä niitä asioita, jotka vahvasti liittyvät tähän ikävaiheeseen. Eläinavusteisen toiminnan yhteensovittaminen kyseisten ikävaiheiden kanssa on oleellinen osa tutkimustani, ja tarkoituksena onkin tehdä sellaisia havaintoja aiheesta, jotka selittäisivät voiko eläinavusteisesta toiminnasta olla hyötyä vanhuuden ajan kehitysvaiheisiin.

Dunderfelt kutsuu kirjassaan ikääntymistä kypsyiden ikävaiheeksi, jonka hän määrittelee koskemaan 60/65-vuotiaita ja sitä vanhempia ihmisiä (Dunderfelt 1997,

205). Kypsyyden ja vanhuuden ikävaiheista on nykyään runsaasti tietoa. Gerontologia on ikääntymistä tutkiva tiede ja siinä on pitkään vallinnut pääasiassa luonnontieteellinen näkökulma. Nykyaikaisella gerontologialla on peruslähtökohtana olettamus, että ihminen kehittyy, muodostuu ja muuttuu läpi koko elämänsä. Kehitys nähdään olevan elämän eri vaiheissa biologisten, psyykkisten ja sosiaalisten tekijöiden vuorovaikutuksen tulos. Nämä peruslähtökohdat ovat vääjäämättä johtaneet siihen, että yksilön katsotaan olevan kokeva ja tunteva kokonaisuus. (Dunderfelt 1997, 205.)

Ympäristöllä on usein vanheneviin ihmisiin kohdistuvia odotuksia ja ennakoasetuksia. Joskus ne voivat olla jyrkässäkin ristiriidassa ikääntyneiden ihmisten omien odotuksien kanssa. Ikääntyvän ihmisen sortaminen, hänen yksilöllisyytensä ja oikeuksiensa unohtaminen tai vähättely on ikäsyryntää. Ikäsyryntä on todellinen vaara myös meidän yhteiskunnassamme, jota ylläpitää monien muiden asioiden lisäksi taloudellisuus ja materialismi. Ne eivät useinkaan suosi ikääntyvän ihmisen elämäntapaa. (Dunderfelt 1997, 214.)

Yhteiskunnassamme ikääntyneistä ihmisistä pidetään yleisellä tasolla hyvää huolta ainakin fyysisesti, mutta ikääntyneen ihmisen arvostaminen omana ainutlaatuisena yksilönä voi olla nyky maailmassa vieras käsite. Ihminen tarvitsee läpi elämänsä jonkun tai joitakuita ympärilleen, jotka pystyvät läsnäolollaan, kiinnostuksellaan ja rakkaudellaan koskettamaan ikääntyneen ihmisen sisäisyyttä sekä tarpeita. (Dunderfelt 1997, 214.)

Eläinavusteinen toiminta voi omalta osaltaan vaikuttaa ikääntyneiden ihmisten kokemaan oman itsensä arvostamiseen ja sen muotoihin. Eläimiltä on mahdollista saada huomiota ja läsnäoloa siinä missä ihmisiltäkin. Lisäksi eläimille voi jutella sellaisia asioita, joista voi olla vaikea puhua. Koirat toimivat kuuntelijoina ja nauttivat seurasta. Usein kuuleekin sanottavan, että koirilta saa vain ehdotonta rakkautta. Eläinavusteinen toiminta voi olla sitä, että esimerkiksi järjestetään koiratapaamisia laitoksissa olevien yksinäisten ikääntyneiden ihmisten luo, jotka pitävät eläimistä ja arvostavat seuraa. Tällaisen koiratapaamisen järjestäminen ei vaadi paljoakaan, mutta voi kuitenkin antaa ikääntyneille ihmisille paljon.

Kypsyyden ikävaiheessa olevalla on vielä edessään monia erilaisia kokemuksia ja kehitystehtäviä sekä mahdollisuuksia kasvuun ja kehitykseen. Kypsyyden iässä siirrytään monesti tärkeimmiksi koetuista talouden ja työelämän arvoista sisäisempiin

arvoihin. Tämän lisäksi suhteita luodaan uudelleen moneen eri asiaan, kuten omaan ruumiiseen ja perheenjäseniin. (Dunderfelt 1997, 210.)

Ikääntyminen voi muuttua ajan saatossa yhä raskaammaksi. Ajatukset voivat kietoutua arkipäiväisten pikkuseikkojen ympärille ja huolet voivat täyttää ajatukset. Ikääntyneen ihmisen tuttava tai hoitaja voi tällöin auttaa ikääntynyttä muistelemaan myös muuta kuin menneisyyden epäonnistumisia ja murheita. Tarkoituksena on auttaa ikääntynyttä ihmistä tiedostamaan oman elämänsä onnistumisia ja muita hyviä kokemuksia ja muistoja.

Muistelemista osana ikääntyvän ihmisen elämää on tutkittu melko yksityiskohtaisesti. Oman elämänsä tarkasteleminen auttaa elämän hahmottamisessa sekä auttaa henkilöä hyväksymään elämässään tapahtuneet hyvät ja huonot asiat. Muisteleminen voi myös toimia kuntouttavana keinona omien muistitoimintojen ylläpitämisessä. Muisteleminen on merkitystä luovaa ja parantavaa toimintaa, ei ainoastaan matka menneisyyteen. Muisteleminen luo jatkuvuutta ja auttaa ikääntyvää ihmistä ylläpitämään itsearvostustaan. (Dunderfelt 1997, 211.)

Suorittaessani havainnointia Ylöjärven kuntoutus- ja muistikeskuksella kuulin, kuinka ikääntyneet asiakkaat muistelivat aikoja kun heillä itsellään oli ollut koira. Asiakkaat myös muistelivat omaan lapsuuteensa kuuluneita eläimiä sekä niiden nimiä, joista osa muistui mieleen, osa ei. Myös yleistä keskustelua vanhoista ajoista kuulin koiratapaamisen aikana.

Eläinavusteisen toiminnan kautta on mahdollista yrittää vaikuttaa asiakkaan muistiin ja sen toimintaan, sillä itse huomasin havainnointilanteessa ikääntyneiden asiakkaiden muistelevan omaa elämäänsä tavattuun Hali-Bernit ja siliteltyään niitä. Ikääntymiseen vahvasti liittyvää muistelemista on täysin mahdollista toteuttaa myös eläinavusteisen toiminnan kautta siinä missä muidenkin toimintojen ja metodien kautta. Joillekin ikääntyneille ihmisille voi myös olla luonnollisempaa toteuttaa muistelemista elävän olennon kautta ja sen läsnä ollessa kuin esimerkiksi musiikin kautta. On tärkeää huomioida se, että jokainen ikääntyvä ihminen on yksilö omine tapoineen ja mieltymyksineen. Eläinrakkaiden ikääntyneiden ihmisten kohdalla eläinavusteinen toiminta voi olla mitä mainion tapa toteuttaa muistelemista. Toisaalta on hyvä ottaa huomioon, että kaikki eivät pidä eläimistä tai jopa pelkäävät niitä, joten oman elämän

muistelemisen eläimen läsnä ollessa voi osoittautua joillekin ihmisille haastavaksi tai täysin mahdottomaksi.

Sosiaalinen ympäristö, jossa ikääntyvät ihmiset elävät, muokkaa olennaisella tavalla ikääntymiseen liittyviä kokemuksia. Yksinäisyys on yksi tunnetuimmista ikääntymiseen liitetystä kielteisistä puolista, joka on noussut esille myös yhteiskunnallisella tasolla. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 258.) Ikääntyminen tarkoittaa toki monia muitakin asioita kuin vain mahdollista yksinäisyyden tunnetta. Sosiaalinen verkosto on ikääntyville ihmisille merkittävä toimintakykyä sekä yleistä aktiivisuutta ylläpitävä tekijä. Ikääntymisen aikana ihminen saattaa joutua luopumaan aiemmin tärkeistä sosiaalisista kontakteistaan, kuten esimerkiksi työtovereistaan tai sukulaisistaan. Ikääntyvä ihminen saattaa myös joutua luopumaan harrastuksistaan, joihin on kiinteästi liittynyt muiden ihmisten kanssa oleminen. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 258.)

Toisaalta ikääntyminen saattaa myös merkitä uusia sosiaalisia verkostoja uusissa ympäristöissä. Sosiaalinen elämä ja muiden ihmisten kanssa toimiminen ovat edelleen ihmisen toimintaa ohjaava perusmotiivi. Perhe, ystävät ja esimerkiksi asuinympäristön yhteisö tarjoavat turvallisuuden tunnetta, seuraa ja vertaistukea. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 258.) Monesti ikääntyvä ihminen joutuu kuitenkin syystä tai toisesta luopumaan osasta sosiaalisista kontakteistaan, mikä omalta osaltaan vaikuttaa ihmisen sosiaaliseen hyvinvointiin. Tärkeän osan ikääntyneiden sosiaalista arkea voi muodostaa erilaiset vapaaehtoistyön muodot (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 258).

Teemahaastattelussa kävi ilmi, että kaikki neljä koiraohjaajaa olivat yksimielisesti sitä mieltä, että eläinavusteisen toiminnan kautta voidaan vaikuttaa ikääntyneiden ihmisten hyvinvointiin. Koiraohjaajat kertoivat kuinka he ovat Hali-Berni –toiminnan kautta huomanneet miten vanhemmilla ihmisillä on tarve jutella ihmisten kanssa, vaikka ympärillä olisikin paljon koiria. Koiraohjaajat kuvailivat tilanteiden monesti menevän niin, että ikääntyneet ihmiset keskittyvät ympärillä oleviin ihmisiin koirien kautta. Hali-Bernien koiraohjaajat toimivat siis usein seuranpitäjinä ja keskusteluseurana siinä missä koiraohjaajinakin. Teemahaastattelussa ilmeni, että ikääntyneille ihmisille juuri ihmiskontakti on tärkeä.

”Sitten tietysti vanhusten kanssa on se keskustelu, heille on tärkeitä enemmän se, että se koiran kanssa oleva puhuu heidän kanssaan myös.” (Hanna)

Psyykkinen vanhuus, myös kutsuttu kokemukselliseksi vanhuudeksi, on ennen kaikkea omakohtainen kokemus itsestä ikääntyvänä ihmisenä. Vanhuusikää on usein pidetty epätoivottavana elämänvaiheena, johon yksilö joutuu ikään kuin alistumaan. On täysin luonnollista, että eletyn elämän mukana ihmisen tietoisuus omasta itsestään ja elämästä kokonaisuutena lisääntyy. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 239.)

Teemahaastatteluissa koiraohjaajat kertoivat esimerkkitapauksia siitä, miten Hali-Berni-toiminnan kautta on onnistuttu vaikuttamaan ikääntyneen ihmisen senhetkiseen elämäntilanteeseen. Teemahaastatteluissa esille nousi muutama otteeseen tapaus, jossa koiratapaamisen aikana koiran ja ihmisen välille oli syntynyt niin vahva yhteys, että ennen täysin puhumaton vanhus oli alkanut juttella koiralle, vaikka puhuminen oli ennenkuulumatonta kyseisen ikääntyneen ihmisen kohdalla. Mitä todennäköisimmin puhuminen eläimelle oli syystä tai toisesta luonnollisempaa asiakkaalle kuin puhuminen toiselle ihmiselle.

Myös muita ihmeellisiä tapauksia liittyen ikääntyneisiin ihmisiin ja eläinavusteiseen toimintaan nousi teemahaastatteluissa esille. Teemahaastatteluissa nousi esille tapaus eräästä ikääntyneestä asiakkaasta, joka oli Hali-Bernit nähdessään hymyillyt leveästi. Tähän ei olisi luultavasti kiinnitetty sen enempää huomioita, ellei vanhuksen hoitolaitoksen henkilökunta olisi jälkikäteen kertonut koiraohjaajille, että kyseisen asiakkaan ei ollut kertaakaan nähty hymyilevän ennen koiratapaamista.

Koiraohjaajat kertoivat myös, että monesti hoitolaitoksissa on koiratapaamisten alussa henkilökunnan toimesta ilmoitettu, että eräät ikääntyneet asiakkaat eivät osallistu Hali-Berni -tapaamiseen, sillä he eivät pidä koirista tai pelkäävät niitä. Koiraohjaajat kertoivat, että ovat monet kerrat ilokseen huomanneet, että koiratapaamisen aikana kyseiset asiakkaat ovat kuitenkin pikkuhiljaa tulleet lähemmäs tapaamispaikkaa ja lopulta uskaltaneet lähelle koiria. Näissä tapauksissa uteliaisuus tai mahdollisesti jopa sosiaalisen kanssakäymisen tarve on voittanut pelon.

5.3 Lapset ja eläinavusteinen toiminta

Eläinavusteinen toiminta ja lasten kanssa työskenteleminen ei ole niin ennenkuulumaton yhdistelmä kuin ehkä oletetaan. Yleisellä tasolla lasten kanssa työskentelyssä ja lastensuojelussa eläinavusteista toimintaa sekä eläinavusteista terapiaa on käytetty mahdollisuuksien mukaan jo jonkin aikaa. Aiheesta on tehty jonkin

verran tutkimuksia myös Suomessa. Tutkimukset ovat käsitelleet muun muassa eläimen roolia lapsen elämässä sekä sitä miten eläinavusteista toimintaa on mahdollista käyttää lastensuojelutyössä.

Sosionomi (AMK) Laura Ojatalo (2008, 3) kertoo Pirkanmaan ammattikorkeakoulussa tekemänsä opinnäytetyön sisällön perustuvan Pirkanmaan ammattikorkeakoulun ja Tampereen yliopiston yhteistyöhön, joka toimi nimellä SosUnipol. Yhteistyöhön osallistuneet opiskelijat haastattelivat työharjoittelunsa aikana asiakkaita, tarkoituksena selvittää asiakkaiden näkemyksiä hyvinvointinsa resursseista. Asiakkaille jaettiin haastattelukaavakkeet, joiden perusteella haluttiin tutkia asiakkaiden hyvinvoinnin resursseja. Ojatalon opinnäytetyön keskittyi alle 18-vuotiaisiin asiakkaisiin.

Tutkimuksessa selvisi, että useassa haastattelukaavakkeessa perheeseen liittyen hyvinvointia lisääväksi resurssiksi oli lisätty jokin lemmikki. Ikään katsomatta lemmikkieläimiä löytyi alle 18-vuotiaiden lasten ja nuorten, sekä tyttöjen että poikien, resurssikartoista. Resurssikarttojen mukaan ne lapset ja nuoret, joiden elämään lemmikki tai eläimiin liittyvä harrastus kuului, tuntuivat todella välittävän eläimestä. Tutkimuksessa kerätyssä aineistossa on nähtävissä, että lapsi tai nuori piti lemmikkiään lähes tai kokonaan perheenjäsenenä. (Ojatalo 2008, 21.)

Millä eri tavoin eläinavusteinen toiminta ja lasten parissa tehtävä työ sitten voi toimia? Eläinavusteista toimintaa on monenlaista. Suomessa on esimerkiksi lastenkoteja ja perhekoteja, joissa eläin, monesti koira, on luonnollinen osa arkea ja laitoksen toimintaa. Toisin sanoen eläin voi asua samassa rakennuksessa muiden kanssa ja kaikilla on siitä yhtä suuri vastuu. Eläintä tuskin määritellään ensisijaisesti hoitomuodoksi, vaan arjen luonnolliseksi osaksi, josta tulee pitää huolta, mutta joka toimii myös tukena ja turvana.

Esimerkkinä toimii nastolalainen perhekoti, jossa asuu yhteensä kuusi pientä rotua edustavaa koiraa, jotka tarjoavat huostaan otetuille lapsille iloa, lohtua, tukea ja turvaa. Lapset saavat oman mieltymyksensä mukaisesti joko toimia paljon koirien kanssa, tai elää ilman niiden suomaa seuraa. Se, etteivät kaikki ole eläinrakkaita, on yhtä luonnollista kuin sekin, etteivät kaikki rakasta liikuntaa. Perhekodin lapset ovat kuitenkin ihastuneet koiriin ja jokaisella lapsella on oma nimikkokoiransa, jonka kanssa voi halutessaan vaikka nukkua. Lapset opettelevat vastuuta huolehtimalla nimikkokoiriensa ruokinnasta, turkinhoidosta ja muista hoitotoimenpiteistä. Lapselle

on myös tärkeä oivallus huomata, että niin koirilla kuin ihmisilläkin on omanlaisensa persoonallisuus. Erilaisuuden ymmärtäminen helpottuu näin myös koirien kautta. Tärkeää on myös se, että esimerkiksi arka lapsi voi löytää arasta koirasta tarpeellisen samastumiskohteen itselleen. Näin lapsi voi pohtia arkuuttaan myös seuraamalla koiran käytöstä. Koirat opettavat lapsille paitsi tunteiden ilmaisemista, myös itsehillintää; jos lapsi on koiralle julma, hänen on rakennettava luottamus koiraan uudelleen hitaasti. Omien tekojen seuraamukset tulevat näin selkeästi lasten tietoisuuteen. Tämä puolestaan auttaa lapsia oppimaan käyttäytymisensä säätelyä ja muiden huomioonottamista. (Kennel Evona's.)

5.4 Moninainen lapsuus ja eläinavusteinen toiminta

Tony Dunderfelt (1997, 66) nimeää teoksessaan Elämänkaaripsykologia ihmisen ikävuodet 0-20 ihmisen kehityksen perusvaiheeksi. Tarkoituksena ei kuitenkaan ole tarkastella kaikkia näitä ikävuosia ja eläinavusteisen toiminnan mahdollisuuksia, vaan rajaan työssäni lapset 10-18-vuotiaiksi.

10-12 vuoden iässä jatkuu jo varhaisemmassa esikouluikässä alkunsa saanut identifioituminen sekä samaistuminen omiin vanhempiin arkipäiväisten toimintojen ja vapaa-ajan toimintojen kautta. Ikä on mitä tärkein kasvulle ja kehitykselle, sillä tässä vaiheessa muodostuvat työnteon ja osaamisen perusvoimat. Lapsi oppii kokemaan yhteistyön ja aikaansaamisen iloa. (Dunderfelt 1997, 88.)

Lapsi tarvitsee kehittyäkseen aikuisen ihmisen läheisyyttä. Lapsella on tarve seurata ja katsella aikuisten ihmisten tekemisiä ja touhuja, oli kyse sitten ruoanlaitosta ja puutarhatöistä. Lapselle olisi tärkeää tuntea tekevänsä ”oikeita” asioita. (Dunderfelt 1997, 89.) On kuitenkin hyvä muistaa se, että kaikilla lapsilla ei ole mahdollisuutta kasvaa ja kehittyä kotiooloissa. Lapset voivat viettää lapsuutensa ja nuoruutensa myös laitosoloissa, jotka eivät monesti kodinomaisesta tunnelmastaan huolimatta ole oikeita koteja lapsille. Tällaisissa tilanteissa on hyvä tiedostaa, että monien muiden asioiden lisäksi myös eläimellä voi olla jotakin tarjottavaa lapselle.

Lapsi tarvitsee kehittyäkseen aikuisten ihmisten läsnäoloa ja läheisyyttä, mutta myös eläin voi omalta osaltaan tarjota läsnäoloa ja läheisyyttä silloin, kun aikuiset eivät sitä ehdi tai pysty tarjoamaan. Eläin ei voi koskaan toimia ihmisen korvikkeena, mutta apua siitä voi silti olla. Esimerkiksi laitosolosuhteissa koirat voivat toimia kuuntelijan ja

vieressä olijan roolissa, ja joissakin tapauksissa koiralle voi olla jopa helpompi kertoa sellaisista asioista, jotka vaivaavat mieltä kuin kertoa niistä toiselle ihmiselle, joka saattaa tuomita tai olla ymmärtämättä lasta. On myös hyvä tiedostaa se, että kaikissa kodeissa vanhemmat eivät käytä aikaansa ja energiaansa lapsiinsa niin paljon kuin lapsi tarvitsisi ja vaatisi kehittyäkseen tasapainoiseksi aikuiseksi. Kuten jo todettu, eläin ei koskaan voi olla ihmisen korvike, mutta se voi silti olla mitä parhainta seuraa ja tukea lapselle.

Kun ihminen ylittää nuoruuden rajan noin 12-14-vuotiaana, on edessä paljon uutta. Nuoruus on aikaa, jolloin täytyy ikään kuin oppia uudestaan elämään. Oppiminen kestää läpi elämän, mutta nuoruudessa se on erityisessä asemassa. Yksilöllisyyden valmistelu- ja kokeiluvaihe käynnistyy nuoruudessa, sillä nuoruus on voimakasta yksilöllisyyden heräämistä maailmassa jo olemassa olevien vastakkaisuuksien kohtaamisen ja niihin törmäämisen kautta. (Dunderfelt 1997, 93.) Nuoruudessa myös tietoisuus laajenee, ja sen myötä mahdollistuu ihanteiden eli ideaalien syntyminen. Nuoruuden aikana ajatukset sekä tavoitteet suuntautuvat kohti totuuden ja oikeamielisyyden täydellisiä ihanteita. (Dunderfelt 1997, 96.) Nuoruudessa koetaan yksinäisyyden katkerat tunnelmat ja synkät sävyt yksin. Yksilöllisten tarpeiden herääminen ja kokemus omasta ainutlaatuisuudesta, jota muut ihmiset eivät ymmärrä, vievät suoraan nuoren sisimpään. Monien nuorten mielessä on joskus ollut esimerkiksi pako kotoa, pois pääseminen arkipäiväisistä rutiineista. Täydellisen yksinäisyyden sekä oman vähäpätöisyyden kokemukset voivat viedä nuoren pahimmillaan koteloitumiseen tai jopa itsemurhan partaalle. (Dunderfelt 1997, 98-99.)

Mitä tarjottavaa eläinavusteisella toiminnalla voi olla niille nuorille ja lapsille, jotka ovat nuoruuden ja sen sisältämien asioiden äärellä? Puhuttaessa erityisesti sosiaali- ja terveysalasta on hyvä lähteä siitä lähtökohdasta, että monesti nämä nuoret ovat tavalla tai toisella erityisen tuen tarpeessa. Koska nuoruus on Dunderfeltin mukaan ennen kaikkea uuden elämän oppimista, tarvitsee lapsi kaiken mahdollisen tuen ja avun. Onneksi tukea omaan itsenäistymiseen voi saada monesta eri lähteestä. Vuorovaikutus on täysin mahdollista myös eläimen kanssa. Erityisesti koirat ovat todella sosiaalisia. Erilaisten ongelmien parissa paiskivan lapsen tueksi voidaan muiden tukitoimenpiteiden lisäksi sisällyttää eläinavusteista toimintaa, joka voi parhaassa mahdollisessa tapauksessa tuottaa todella hyviä tuloksia.

Pitkäniemen sairaalasta saamieni kyselylomakkeiden täyttäjät olivat hyvin yksimielisiä siitä, että Pirkanmaan Hali-Bernien vierailut sairaalassa ovat tärkeitä. Lisäksi jokainen vastannut uskoi, että Hali-Bernien vierailuilla on merkitystä sairaalan potilaiden hyvinvointiin. Pitkäniemen sairaalan EVA-yksikön potilaat ovat haastavia potilaita, ja kyselylomakkeissa käykin useaan otteeseen ilmi, että nämä nuoret potilaat ovat vilpittömän ja välittömän huomion tarpeessa. Käy myös ilmi, että lähestulkoon jokaisella potilaalla on hyvin heikko itsetunto, joka ei tietenkään omalta osaltaan helpota nuoruuden läpikäymistä ja edessä häämöttävää aikuistumista. Yhdessä kyselylomakkeessa jopa todettiin, että psyykkisesti hyvin huonovointiset potilaat kykenevät tapaamaan Hali-Bernejä, ja psykoottinenkin potilas tuntuu kykenevän toimimaan koirien tapaamisissa. Eläinavusteista toimintaa on siis mahdollista toteuttaa todella moninaisissa ympäristöissä ja olosuhteissa, myös vaativissa. Vaikka Pitkäniemen sairaalasta puhuttaessa kyse onkin pohjimmiltaan ”vain” siitä, että ulkoillaan yhdessä potilaiden kanssa siten, että potilailla on mahdollisuus tutustua, taluttaa ja muutenkin toimia koirien kanssa, voi sillä on todellinen vaikutus nuoreen ja hänen hyvinvointiinsa.

Eläinavusteinen toiminta Pitkäniemen sairaalassa on kyselylomakkeiden vastausten perusteella toiminut hyvin. Hali-Bernit ovat potilaiden keskuudessa odotettu ja toivottu vieras, joka tuo sopivasti muutosta arkeen. Jos Hali-Berni-tapaamisissa on syystä tai toisesta tauko, potilaat alkavat udella seuraavan tapaamisen ajankohtaa. Syy siihen, miksi tapaamiset ovat niin odotettuja potilaiden parissa voi vastausten mukaan johtua muun muassa siitä, että osa potilaista on todella eläinrakkaita, mutta eläinkontaktit rajoittuvat Hali-Berni-tapaamisiin. Monissa vastauksissa painotetaan sitä, että eläinkontaktien luominen tai ylläpitäminen on potilaista puhuttaessa tärkeää, sillä siinä on mahdollista luoda vuorovaikutussuhde toiseen olentoon.

Erilaisten positiivisten kokemusten saaminen on keskeisessä asemassa kyselylomakkeiden vastauksissa. Pitkäniemen potilaille, niin kuin kaikille lapsille ja nuorille, positiivisten kokemusten saaminen on todella tärkeää. Tällä tavoin nuori potilas tuntee itsensä tärkeäksi ja se kohentaa mielialaa. Varsinkin kun kyseessä on nuoret ihmiset, jotka muutenkin kärsivät usein huonosta itsetunnosta ja painivat elämässään vaikeiden asioiden kanssa, on hyvä luoda nuoren elämään sellaisia suhteita, jotka tuovat positiivisia asioita nuoren elämään.

”On mielestäni tärkeää, että nuoret saavat vilpitöntä ja välitöntä huomioita koirilta.”
(Hanna)

Kouluiässä lapsen eteen tulee paljon uusia minän kehitykseen liittyviä haasteita. Kouluikäisen lapsen persoonallisuuden kehityksessä tärkeimpiä teemoja ovat lapsen laajeneva peilisuhte ympäriin maailmaan, aktiivisuus, toimeliaisuus ja tuotteliaisuus sekä kehittyvä kyky kertoa itsestään ja maailmasta kertomusten kautta. Lapsi alkaa asteittain hiljalleen hahmottaa omia persoonallisuuden piirteitään ja sitä, miten jokainen on erilainen ja oma erillinen yksilönsä. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 146.) Lapsen ja nuoren elämässä on todella tärkeää hahmottaa kuka itse on ja miten kaikki ihmiset eroavat toinen toisistaan. Lapsen kyky ilmaista itseään ja tunteitaan kehittyy iän myötä ja lapsi oppii nimeämään tunteitaan varmemmin. Hän myös opettelee sietämään pettymyksiä paremmin, sillä kyky oppia tunnistamaan ja nimeämään tunteitaan auttaa sietämään vastoinkäymisiä. (Kronqvist & Pulkkinen 2009, 148.)

”Monilla on myös Hali-Bernien kuvia seinillään.” (Karoliina)

Vastausten perusteella EVA-yksikön potilaiden tapaamiset Hali-Bernien kanssa ovat tärkeitä myös siksi, sillä ne opettavat nuorille erilaisten vuorovaikutustaitojen lisäksi eläinten luonteesta paljon. Täten potilailla on mahdollisuus nähdä miten koirat eroavat toisistaan ja muodostavat oman persoonansa, aivan kuten ihmisetkin. Joskus tällaisten asioiden kertominen ja selittäminen lapselle voi olla vaikeaa, mutta kun ilmiön näkee itse omin silmin, lapselle tulee mahdollisuus oppia asia itse. Eräässä kyselylomakkeessa luki, että potilaista suurimmalla osalla on ongelmia tunteiden tunnistamisessa ja positiivisten tunteiden näyttämässä. Jossakin tapauksissa tunteidensa näyttäminen eläimelle on helpompaa kuin tunteidensa näyttäminen toiselle ihmiselle. Olisi hyvä, jos lapsilla ja nuorilla olisi mahdollisuus vaikeissa tilanteissa oman halunsa mukaan näyttää tai kertoa tunteistaan eläimelle, jos asioista puhuminen toiselle ihmiselle on liian vaikeaa. Eläinavusteinen toiminta voi toimia yhtenä ratkaisuvaihtoehtoina vastaavanlaisissa tilanteissa.

”Nuorillamme on paljon hyväilyn ja läheisyyden tarvetta, jonka voi turvallisesti kohdistaa Hali-Berneihin.” (Mikael)

Lapsi ja nuori etsii koko kehitysvaiheensa ajan sekä minäkuvaansa että maailmankuvaansa. Nuoruudessa usein yleiset uhmakkuus, tunnevyöryt sekä muut itsenäisyyden merkit on nähtävä sisäisyyden kehitysvaiheita vasten. Lapsen ja nuoren koko sisäinen psyykkinen maailma käy läpi todella suuren rakenteellisen muutoksen. (Dunderfelt 1997, 97.) Ei siis ihme, jos useimmilla lapsilla ja nuorilla on ajoittain tarve keskustella ja kertoa omista kokemuksistaan ja ajatuksistaan jonkun toisen kanssa. On kuitenkin paljon lapsia ja nuoria, jotka kokevat, että heillä ei ole elämässään sellaista ihmistä, jolle voisi kaikesta puhua ja johon voisi luottaa.

EVA-yksikön potilaista osa pystyy uskoutumaan Hali-Berni-tapaamisissa koiralle. Tapaamisissa on mahdollisuus jutella niitä näitä koiralle, mutta on mahdollista myös jutella koiralle omista asioistaan tai huolenaiheistaan. Tämän lisäksi monilla nuorilla, puhuttaessa niin EVA-yksikön nuorista kuin muistakin nuorista, on tarve läheisyyteen ja hellyyteen ja sen osoitukseen. EVA-yksikössä on saamieni tietojen mukaan useita sellaisia nuoria, jotka kaipaavat fyysistä läheisyyttä. Kyselylomakkeista käy ilmi, että useilla nuorilla potilailla on tarve silittää, halata ja pitää hyvänä Hali-Bernejä, sillä osastoilla ollessaan nuorilla on yleisenä sääntönä fyysinen koskemattomuus. On selvää, että Hali-Bernien tarjoama mahdollisuus halata ja koskea toiseen elävään olentoon turvallisesti voi tulla osalle nuorista potilaista tarpeeseen.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimustehtäväkseni asetin selvittää, mitä eläinavusteinen toiminta yleisellä tasolla on ja mitä se on sosiaali- ja terveysalalla. Kolmannessa kappaleessa keskityn tämän asian käsittelemiseen. Eläinavusteisen toiminnan ydinajatus ja toiminta käytännön tasolla eivät olleet vaikeasti selvitettävissä, sillä tutkimustehtävän toteuttaminen oli ennen kaikkea kiinni kirjallisen materiaalin läpikäymisestä ja sisäistämisestä. Selvisi, että eläinavusteinen toiminta on toimintamuoto, jota voi käyttää monissa eri tilanteissa ja se sopii erittäin hyvin sosiaali- ja terveysalalle sen yleisen luonteen takia. Selvisi myös, että toteuttaakseen eläinavusteista toimintaa esimerkiksi omalla työpaikallaan ei tarvitse hankkia ylimääräistä koulutusta, vaan yhteydenotto eläinavusteista toimintaa tarjoaviin tahoihin riittää. Toki myös sosionomeilla (AMK) on mahdollisuus vapaaajallaan tutustua tarkemmin eläinavusteiseen toimintaan, saada asianmukainen perehdytys ja tätä kautta työelämässä toteuttaa eläinavusteista toimintaa esimerkiksi oman koiran kanssa.

Eläinavusteisen toiminnan yleisluonteesta selvisi, että sen perusajatuksena on tuottaa hyvää mieltä ja oloa asiakkaille koirien läsnäolon kautta. Työni edetessä selkeytyi, että asiakasryhmästä riippuen myös koiraohjaajien läsnäolon tärkeys korostui, vaikka koirat toimivatkin keskiössä. Käytännön tasolla eläinavusteinen toiminta on monesti sellaista, että koiraohjaajat saapuvat toivotulle paikalle koirien kanssa ja antavat asiakkaiden toimia koirien kanssa. Koirien kautta asiakkailla on mahdollisuus saada itselleen hyvän olon tunne tai vaikkapa lisää itsevarmuutta, sillä toimiminen isokokoisten koirien kanssa voi olla joillekin ihmisille merkittävä kokemus.

Sosiaali- ja terveysalalle eläinavusteinen toiminta sopii mainiosti, sillä tutkimuksessani selvisi, että koirien uskotaan voivan vaikuttaa sekä ihmisen fyysiseen että psyykkiseen hyvinvointiin. Sosiaalialasta puhuttaessa ei tule myöskään unohtaa sosiaalisen hyvinvoinnin asemaa. Suomessa eläinavusteisella toiminnalla ei ole vielä pitkäaikaisia perinteitä sosiaali- ja terveysalalla, mutta sen suosio ja tunnettavuus ovat hiljalleen nousussa. Johtopäätöksenä eläinavusteisen toiminnan mahdollisuuksista sosiaali- ja terveysalalla voidaan todeta, että se pitää sisällään paljon potentiaalia. Uusia toimintamuuotoja tarvitaan aina toimittaessa vaativien asiakkaiden ja potilaiden kanssa, eikä eläinavusteista toimintaa ole käytännön tasolla mahdotonta tai erityisen vaativaa toteuttaa Suomen kaltaisessa maassa.

Eläinavusteisen toiminnan vaikutukset ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin on tutkimustehtäväni toinen ydin, jota käsittelen neljännessä kappaleessa. Käytin teoriapohjana Erik Allardtin hyvinvointiteoriaa. Erik Allardtin klassikoksi muodostuneen hyvinvointiteorian pääkäsitteet Loving, Having ja Being muuttuivat työssäni nykyaikaisemmiksi käsitteiksi fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen hyvinvointi.

Ihmisen hyvinvointi koostuu monista eri tekijöistä, saattaa näyttää erilaiselta eri näkökulmista katsottuna ja se muuttuu aikojen saatossa. Tästä syystä ihmisen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin ja eläinavusteisen toiminnan tutkiminen voi olla haasteellista. Tutkimuksessani kuitenkin selvisi, että eläinavusteisen toiminnan kautta on mahdollista vaikuttaa ihmisten hyvinvointiin.

Erik Allardt kuvaili Having eli elintasoja ensisijaisesti ihmisen fysiologiseksi tarpeiksi. Nykyään puhutaan kuitenkin yleisesti fyysisestä hyvinvoinnista, joka koostuu muun muassa ravinnosta, lämmöstä ja terveydestä. Tutkimuksessani selvisi, että eläinavusteisen toiminnan kautta on mahdollista vaikuttaa muun muassa verenpaineeseen, kolesterolitason ja yleiskuntoon. Myös koirien rauhoittavasta vaikutuksesta ihmisiin on teetetty tutkimuksia. Koirien läsnäolo voi esimerkiksi rauhoittaa pieniä lapsia hammaslääkärikäyntien yhteydessä pitämällä lasten verenpaineen alhaisena. Eläinavusteinen toiminta sisältää monesti liikkumista, kuten ulkoilua, joka osaltaan edistää fyysistä hyvää oloa. Koirien kanssa ulkona liikkuminen voi olla ihmisille luonnollisempaa kuin kävelylenkki yksin.

Allardtin hyvinvointiteorian osa Being tarkoittaa itsensä toteuttamisen muotoja. Arkikielessä puhutaan psyykkisestä hyvinvoinnista. Psyykkistä hyvinvointia voidaan kuvailla vieraantumisen vastakohtaksi. Vieraantua voi sekä itsestään että muista ihmisistä. Eläinavusteinen toiminta voi tutkimukseni mukaan vaikuttaa positiivisella tavalla ihmisen psyykkiseen hyvinvointiin. Koirilla, kuten monilla muillakin eläimillä, on ihmeellinen tapa saada ihmiset tuntemaan itsensä arvokkaiksi ja ainutkertaisiksi. Ihmisillä on tarve tulla huomioiduksi, ja juuri siitä eläinavusteisessa toiminnassa on kyse. Koirien kanssa saavutaan erilaisiin laitoksiin ja tapahtumiin, jotta ihmiset saavat toimia koirien kanssa ja tätä kautta tuntea itsensä pidetyiksi ja mielekkääksi seuraksi. On tärkeää tiedostaa, että eläinavusteisessa toiminnassa on mukana vain sellaisia koiria, jotka ovat sosiaalisia eivätkä aristele ihmisiä, joten ne tulevat toimeen kaikkien

kanssa ja antavat kaikenlaisten ihmisen silittää ja rapsutella. Näin välttyään tilanteilta, joissa joku henkilö voi tuntea itsensä huonommaksi kuin muut, jos koira ei halua lähelle.

Ihmisen sosiaalinen hyvinvointi on hyvin tärkeää. Siinä on kyse ennen kaikkea vuorovaikutuksesta. Allardt kuvailee hyvinvointiteoriassaan Loving eli yhteisyyssuhteita tärkeiksi siksi, että kaikilla ihmisillä on tarve rakastaa ja tulla rakastetuksi. Kaikilla ihmisillä on tarve olla vuorovaikutuksessa muiden kanssa ja tuntea itsensä tuntemisen arvoiseksi.

Yleinen sanonta kuuluu, että koira on ihmisen paras ystävä. Eläinavusteisen toiminnan kautta on kuitenkin mahdollista toteuttaa sosiaalista käyttäytymistä myös muiden ihmisten kanssa, ei ainoastaan koirien kanssa. Eläinavusteinen toiminta voi tuoda ihmisten yhteen, ja esimerkiksi kävelylenkille lähteminen ryhmässä voi luoda uusia tuttavuuksia ihmisten kesken. Tutkimuksessani selvisi, että koirien kautta on helppoa aloittaa keskustelu, sillä aina voi aloittaa kyselemällä koiran nimeä ja ikää. Tämän jälkeen keskustelu voikin viedä muille teille. Eläinavusteinen toiminta luo osaltaan mahdollisuudet keskusteluihin muiden ihmisten kanssa, mukaan lukien koiraohjaajat. Tutkimuksessani selvisi, että koiratapaamisten aikana ihmisillä on tapana olla puheliaita, kysellä erilaisia asioita ja kertoa asioita sekä ihmisille että koirille.

Tony Dunderfeltin elämäntieteiden psykologian kautta aloin selvittää eläinavusteisen toiminnan hyödyntämismahdollisuuksia toimittaessa eri ikäryhmien kanssa. Lasten ja ikääntyneiden ihmisten kohdalla tutkimuksessani selvisi erilaisia painopisteitä. Ikääntyneiden ihmisen kohdalla eläinavusteisen toiminnan rooliksi nousee helposti sosiaalinen käyttäytyminen muiden ihmisten kanssa ja muistelemineen. Eläinavusteinen toiminta voi osaltaan auttaa ikääntyneitä ihmisiä muistelemaan omaa menneisyyttään. Koirat voivat stimuloida muistia siten, että ikääntynyt henkilö alkaa muistella esimerkiksi perheensä koiria ja sitä kautta elettyä elämää. Myös vuorovaikutus muiden ihmisten kanssa, erityisesti koiraohjaajien kanssa, nousi esille. Ikääntyneillä ihmisillä on monesti tarve jutella ja tulla kuulluksi. Eläinavusteinen toiminta luo mahdollisuudet jutella muiden ihmisten ja koirien kanssa. Eläinavusteista toimintaa on siis mahdollista hyödyntää toimittaessa ikääntyneiden ihmisten kanssa luomalla mahdollisuuksia sosiaaliseen kanssakäymiseen ja muistelemiseen, joihin molempiin koirat toimivat porttina.

Tutkimukseni mukaan lapset hyötyvät eläinavusteisesta toiminnasta eniten psyykkisellä tasolla. Lapsi tarvitsee varttuessaan monia eri asioita, joita kaikilla perheillä ei ole lapselle tarjota. Lapsi tarvitsee läheisyyttä ja seuraa. Seuran tarjoajana ei aina tarvitse olla toinen ihminen, vaan myös koira voi toimia tässä roolissa. Koiralle voi jutella ja kertoa sellaisia asioita, joita ei muille ihmisille halua tai voi kertoa.

Sosiaali- ja terveysalalle ajautuu usein sellaisia lapsia ja nuoria, jotka ovat erityisen tuen tarpeessa. Lapsi tai nuori voi tarvita tukea seuran ja juttelukaverin lisäksi myös itsetuntemuksen ja itsevarmuuden kasvattamisessa. Tutkimuksessani käy ilmi, että sosiaali- ja terveysalan nuorilla asiakkailta on monesti heikko itsetunto. Koiran kanssa toiminen valvotuissa olosuhteissa voi osaltaan kohottaa lapsen itsetuntoa, sillä vilpittömän huomion saaminen on aina hyvä tunne. Lisäksi isokokoisen koiran hallitseminen voi kohottaa lapsen itsevarmuutta.

Lapselle ja nuorelle on myös erityisen tärkeää oman persoonansa hahmottaminen. Eläinavusteisen toiminnan kautta lapsilla ja nuorilla on mahdollista oppia ymmärtämään, että jokaisella meillä on oma persoonamme ja omat tapamme, myös koirilla. Joillekin tämän asian ymmärtäminen voi käydä helpommin tarkkailemalla koiria kuin muita ihmisiä. Tutkimuksessani nousi esille, että vuorovaikutustaitojen lisäksi lapsille ja nuorille on tärkeää oppia erilaisia asioita eläinten luonteesta. Koiran luottamuksen pettäminen esimerkiksi lyömällä sitä voi olla lapselle erittäin opettavaista, sillä niin koiran kuin ihmisenkin luottamuksen voittaminen puolelleen uudestaan on ison työn alla.

Eläinavusteisen toiminnan toteuttaminen omalla työpaikalla voi luoda hyviä mahdollisuuksia keskustella koiratapaamisten jälkeen nuorten asiakkaiden kanssa mitä erilaisimmista asioista. Esille voi nostaa muun muassa toisen elävän olennon persoonallisuuden kunnioittamisen, oman hellyyden tarpeen tai omien tunteiden nimeämisen. Asioista ei tarvitse puhua vielä koiratapaamisen aikana, vaan sen jälkeen, kun lapsilla ja nuorilla on ollut mahdollisuus prosessoida omia ajatuksiaan tavalla tai toisella. Eläinavusteista toimintaa on mahdollista hyödyntää monin eri tavoin lasten ja nuorten kanssa, sillä usein lapsilla ja nuorilla on moninaisia tarpeita, joita ei aina voida täyttää muilla tavoin.

7 POHDINTA

Opinnäytetyön aiheena eläinavusteinen toiminta ei ole se käytetyin tai tunnetuin, eikä myöskään helpoiten lähestyttävä. Syynä tähän on ennen kaikkea kirjallisen aineiston vähyys ja aihealueen tunnettavuus. En kuitenkaan prosessia aloittaessani jäänyt harkitsemaan sellaisen työn tekemistä, jossa pääsisi niin sanotusti mahdollisimman helpolla. Mielestäni opinnäytetyötä tehtäessä on hyvä pysähtyä pohtimaan mitä sen avulla haluaa sanoa ja miten se kytkeytyy omaan alaan.

Vaikka ajoittain oli melko vaikeaa ja työlästä etsiä ja löytää materiaalia, ei työprosessi silti tuntunut mahdottomalta. Päätin heti työnteon alkaessa, että keskityn ensisijaisesti tiedon hankkimiseen niiltä tahoilta, joilla sitä todellisuudessa on. Myös oma tietämys eläimistä ja niiden vaikutuksista ihmisten elämään helpotti materiaalin sisäistämistä. Omalla tavallaan materiaalin niukkuus vain lisäsi mielenkiintoani ja toi työprosessiin lisää haastetta, sillä ymmärsin, että juuri suomenkielisen materiaalin vähyys aiheesta kielii siitä, että aihetta ei ole liiemmin Suomessa tutkittu.

Miksi siis valitsin opinnäytetyöni aihealueeksi eläinavusteisen toiminnan? Siksi, että itse uskon, että sosiaali- ja terveysalalla on jatkuvasti tarvetta kehittää ja keksiä uusia tapoja auttaa asiakkaita ja potilaita. Elämme aikaa, jolloin ihmisten auttaminen, tukeminen ja hoitaminen ovat haasteellisia tehtäviä, sillä myös asiakkaiden ja potilaiden tilanteet ovat usein haasteellisia. Uskon, että uusien toimintatapojen luominen, kokeileminen ja sen kautta myös tutkiminen tuottaa lopulta tulosta, sillä uskoakseni uudet toimintatavat auttaa ihmisiä ovat aina tervetulleita. Itseäni aihealueessa kiinnosti erityisesti se, että sosiaali- ja terveysalalla kuulee monesti puhuttavan kirjallisuusterapiasta, musiikkiterapiasta ja tanssiterapiasta, jotka terapian lisäksi edustavat myös harrastukseksi luokiteltavaa toimintaa. Eläimet ovat myös helposti luokiteltavissa eräänlaiseksi harrastukseksi, mutta se, onko eläimet mahdollista luokitella jonkinlaiseksi hoitomuodoksi, askarrutti minua.

Huomasin prosessin aikana oivaltavani monia uusia asioita ja pystyväni hahmottamaan kokonaisuuksia. Tästä huolimatta prosessi oli melko raskas ja aikaa vievä. Silti olen tyytyväinen lopputulokseen. Erityisen tyytyväinen olen lopullisessa työssäni siihen, että käytin montaa eri tiedonkeruumenetelmää. Toisaalta tämä oli pakon sanelemaa, sillä kirjallista materiaalia aiheesta löysin melko vähän. Toisaalta moninaisten

tiedonkeruumenetelmien käyttäminen toi mielestäni työhöni paljon uutta ja teki siitä mielenkiintoisemman.

Olen tyytyväinen jokaiseen käyttämäni tiedonkeruumenetelmään, mutta erityisen paljon informaatiota tuottivat teemahaastattelut ja Pitkäniemen sairaalaan lähetetyt kyselylomakkeet. Suorittamani havainnointi ikään kuin aloitti koko opinnäytetyöprosessin, joten en myöskään vähättele sen osuutta. Toisaalta on todettava, että asettamieni tutkimuskysymysten täyttäminen oli suuri urakka, johon tietoa olisi pitänyt kerätä aikojen saatossa paljon enemmän ja pidemmältä aikaväliltä. Esimerkiksi eläinavusteisen toiminnan vaikutukset ihmisen hyvinvointiin on niin laaja kokonaisuus, että työlläni pystyn vain raapaisemaan vähän sen pintaa. Myös eläinavusteisen toiminnan mahdollisuudet lasten ja ikääntyneiden ihmisten parissa on sellainen kokonaisuus tutkimusalueena, että sitä olisi voinut lähestyä monesta eri näkökulmasta ja sitä olisi voinut tutkia monella eri tapaa. En silti kadu, että valitsin tutkimuskysymyksiksi näinkin laajoja kokonaisuuksia, sillä eläinavusteisesta toiminnasta puhuttaessa pienempien aihealueiden hahmottaminen ja varsinkin tiedon hankkiminen niitä varten olisi ollut todella haastavaa.

Muutaman kerran prosessin aikana huomasin, että olisin päässyt vähemmällä työllä, jos olisin suunnitellut opinnäytetyöni kokonaisuutena selkeämmin heti alussa. Omalta osaltaan tähän vaikuttaa se, että jouduin omaksumaan niin paljon uutta tietoa prosessin aikana, toisaalta kyse oli ymmärtämättömyydestäni ja ajattelemattomuudestani. Toinen asia, jonka näin jälkikäteen muuttaisin työskentelyssäni, on aikataulutuksen. Annoin aikataulujen lipsua, ja siitä syystä työni valmistuminen viivästyi.

Kaiken kaikkiaan olen kuitenkin tyytyväinen työhöni. Koen sen olevan yhtenäinen paketti, joka sisältää paljon tietoa monesta eri näkökulmasta katsottuna. Myös se, että opinnäytetyöni aihe ei ole loppuun kulutettu tekee sen, ainakin minun silmissäni, mielenkiintoiseksi. Koen, että käytin tarpeeksi aikaa ja resurssejani jokaiseen työvaiheeseen, vaikka aikataulutuksen ei aina pitänytkaan. Myös kirjoittamiseen käytin mielestäni tarpeeksi aikaa, enkä jättänyt kirjoittamista viime tippaan, vaan kirjoitin ahkerasti läpi koko prosessin. Opin tutkimuksien tekemisestä paljon uutta ja hyödyllistä tietoa, jota toivon mukaan tulen vielä elämässäni tarvitsemaan.

Tämän työn tekemisessä esille nousi myös eettisyys osana prosessia. Opinnäytetyön tekijän tulee soveltaa eettisesti kestäviä tiedonhankinta- ja tutkimustapoja koko

prosessin ajan. Otin eettisyyden huomioon eri tiedonkeruumenetelmiä käyttäessäni. Havainnointia suorittaessani pidin mielessäni asiakaskunnan ja heidän tämän hetkisen tilanteensa muisti- ja kuntoutuskeskuksen asiakkaana. En havainnointia suorittaessani haastatellut asiakkaita laisinkaan, sillä usein muistihäiriöistä kärsivinä henkilöinä he eivät välttämättä olisi ymmärtäneet tilannetta tai edes muistaneet sitä jälkikäteen. Teemahaastatteluja tehdessäni pidin mielessäni luottamuksellisuuden, eli en käyttänyt haastateltujen henkilöiden nimiä työssäni. Pitkäniemen sairaalan EVA-yksikön kohdalla en edes harkinnut potilaiden haastattelemista kyselylomakkeiden avulla. Eläinavusteisen toiminnan tapaisesta toimintamuodosta puhuttaessa olisin halunnut tavata potilaita ja haastatella mielummin kasvokkain kuin kyselylomakkeen välityksellä, sillä kyseessä on lapsia ja nuoria. Tämä olisi käytännön tasolla ollut liian vaativaa, ehkä jopa mahdotonta ottaen huomioon, että kyseessä on psykiatrinen sairaala. Työni kannalta oli myös oleellisempaa saada tietoa Pirkanmaan Hali-Bernien vierailuista nimenomaan sairaalan ammattilaisilta.

LÄHTEET

Allardt, E. 1976. Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Juva: WSOY.

Anthrozoology. 2006. Anthrozoology is the study of the relationships between humans and animals. Luettu 13.9.2010. www.anthrozoology.org/

Bardy, M. 2008. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Lapset 2000-luvun politiikassa. Luettu 7.9.2010. groups.stakes.fi/LAPE/FI/lapset2000luvun.htm

Delta Society. Animal-Assisted Activities. Luettu 13.9.2010. www.deltasociety.org/Page.aspx?pid=319

Delta Society. Animal-Assisted Therapy. Luettu 13.9.2010. www.deltasociety.org/Page.aspx?pid=320

Delta Society. 2009. Healthy reasons to have a pet. Compiled List of Some Research Findings. Luettu 28.8.2010. www.deltasociety.org/Document.Doc?id=380

Dunderfelt, T. 1997. Elämänkaaripsykologia. WSOY: Porvoo.

Elämänkaaripsykologia. Tony Dunderfelt. Luettu 18.1.2011. www.tonydunderfelt.com/kirjat.htm

Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus.

Grimshaw, H. 2008. Life begins at sixty. A four-legged cure 2 (9).

Heikkinen-Lehkonen, P. 2008. Koira auttaa masentunutta saamaan taas elämästä kiinni. Koiramme. 2008/9, 14-16.

Hiltunen, S. 2009. Hali-Bernit ilahduttavat vaippaikäisistä vaareihin. Koiramme. 2009/11, 73-74.

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

Hirsjärvi S., Remes P. & Sajavaara P. 2007. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

Hirsjärvi, S., Remes P. & Sajavaara P. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

Hämäläinen, T. 2006. Kohti hyvinvoivaa ja kilpailukykyistä yhteiskuntaa. [Raportti]. Luettu 7.9.2010. http://www.sitra.fi/julkaisut/ennakointiverkostonraportti1_www.pdf

Jyväskylän ammattikorkeakoulu. 2010. Terveys, hyvinvointi ja jaksaminen. Päivitetty 2.7.2010. Luettu 28.8.2010. www.jamk.fi/opiskelijoille/opinto-opas/palvelut/terveysjahyvinvointipalvelut

Kallio, S. & Rintamaa, J. 2008. Koira mukana lastensuojelussa. Turun ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

Kennel Evona's. Terapeuttinen koira. Luettu 14.9.2010. www.evonas.net/terapeuttinenkoira.htm

Kronqvist, E. & Pulkkinen, M. 2007. Kehityopsykologia – Matkalla muutokseen. Helsinki: WSOY

Le Roux, M. & Kemp R. 2009. Effect of a companion dog on depression and anxiety levels of elderly residents in a long-term care facility. *Psychogeriatrics* Blackwell science publishers 9 (1).

Mielenterveysyhdistys Taimi ry. Ryhmäsittely. Luettu 6.1.2011.
www.mielenterveys-taimi.fi/sivut/ryhmat/miku.htm

Moisio, P., Karvonen, S., Simpura, J. & Heikkilä, M. (toim.). 2008. Suomalaisten hyvinvointi 2008. STAKES. Helsinki: Stakes, 14.

Ojatalo, L. 2008. Alle 18-vuotiaiden hyvinvoinnin resursseista: SosUnipol-yhteistyön resurssikartoituksen pohjalta. Pirkanmaan ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

Oy Cavesson Ltd. Kokemuksellisen tunnetaitovalmennuksen ohjaajakoulutus. Luettu 13.9.2010. www.cavesson.com/Suomi/EAL_ohjaajakoulutusEtusivu.htm#aasel

Pet therapy. A History of Pet Therapy and The Value of Animal Companionship. Luettu 14.9.2010. www.starlifeservices.com/resourcedevpettherapy.htm

Purina. Koirien historia. Luettu 14.9.2010.
www.purina.fi/Home/All+About+Dogs/Your+New+Pet+Dog/Choosing+a+Dog/A+Short+History+of+the+Dog.htm

Routio, P. 2007. Virtuaaliyliopisto. Toteava havainnointi ja koe. Luettu 7.9.2010.
www2.uiah.fi/projects/metodi/062.htm#syshav

Sarso, J. koordinaattori. 2010. Haastattelu 20.10.2010. Haastattelija Reini, S. Litteroitu.

Suomen amerikkalaisperäisten työkoirarotujen harrastajayhdistys ry. Terapiakoira toiminta. Luettu 13.9.2010. www.sathy.fi/terapiakoira.html

Suomen Kennelliitto. Mitä on kaverikoira toiminta? Luettu 13.9.2010.
www.kennelliitto.fi/FI/koira/kaverikoira/

Suomen sveitsinpaimenkoirat ry. Hali-Bernit. Luettu 25.8.2010.
<http://sennenkoirat.net/site/halibernit>

Suomen sveitsinpaimenkoirat ry. Hali-Bernien historiaa. Luettu 25.8.2010.
<http://sennenkoirat.net/site/hali-berni-historiaa>

Taipale, V. 2008. Suomalaisten hyvinvointi 2008. Moisio, P., Karvonen, S., Simpura, J. & Heikkilä, M. (toim.). STAKES. Helsinki: Stakes, 3.

Toivola, M. Toimintaterapeutti. 2008. Koira auttaa masentunutta saamaan taas elämästä kiinni. *Koiramme*. 2008/9, 15-17.

Vuorovaikutus.net. Antrozoologia. Luettu 14.9.2010. www.vuorovaikutus.net/

Vuorovaikutus.net. 2006. Eläinavusteinen terapia ja toiminta. Luettu 13.9.2010.
vuorovaikutus.net/#elainavusteinen

TEEMAHAASTATTELUN RUNKO

1. Eläinavusteinen toiminta kokonaisuutena
 - eläinavusteinen toiminta osana sosiaalialaa
 - eläinavusteisen toiminnan mahdollisuudet

2. Ihmisten hyvinvointi
 - eläinavusteisen toiminnan mahdollinen vaikutus ihmisen hyvinvointiin
 - miten eläinavusteinen toiminta vaikuttaa ihmisen hyvinvointiin
 - eläinavusteisen toiminnan rooli hyvinvoinnin lisääjänä

3. Lapset ja aikuiset eläinavusteisen toiminnan asiakkaina
 - miten Hali-Berni-toiminnassa otetaan huomioon lapset/aikuiset
 - miten lapset/aikuiset suhtautuvat Hali-Berneihin
 - miten asiakkaiden ikä otetaan huomioon
 - mitä eri tarpeita lapsilla/aikuisilla asiakkailla voi olla

4. Hali-Bernit
 - työskentelytavat
 - toiminnan tärkeys
 - Hali-Bernien vaikutus asiakkaiden hyvinvointiin
 - millaisia vaikutuksia toiminnalla on ollut

OPINNÄYTETYÖ!!!

Olen viimeisen vuoden sosionomiopiskelija ja teen opinnäytetyötä eläinavusteisesta toiminnasta. Yhteistyötahonani toimii Pirkanmaan Hali-Bernit, jotka käyvät säännöllisesti vierailuille Pitkäniemen sairaalassa EVA-yksikön potilaita tapaamassa.

Toivoisin kovasti, että täyttäisit kyselylomakkeeni, jotta saisin kallisarvoista informaatiota opinnäytetyöhöni. Kyselylomakkeen täyttämiseen ei mene kauaa ja siitä olisi suuri apu minulle. Kyselylomakkeen voi täyttää sellainen hoitohenkilökuntaan kuuluva henkilö, joka on useasti osallistunut Pirkanmaan Hali-Bernien vierailuihin Pitkäniemen sairaalassa ja joka on itse päässyt seuraamaan kyseistä toimintaa.

KIITÄN SUURESTI JO ETUKÄTEEN!



Ystävällisin terveisin:

Sini Reini/Tampereen ammattikorkeakoulu

KYSELYLOMAKE

1. Pidätkö Pirkanmaan Hali-Bernien vierailuja Pitkäniemen sairaalassa tärkeinä? Kyllä/Ei (alleviivatkaa vastauksenne). Voitteko perustella vastaustanne?

2. Millä tavoin Pitkäniemen sairaalan potilaat suhtautuvat Pirkanmaan Hali-Berneihin?

3. Uskotteko, että Pirkanmaan Hali-Bernien vierailuilla on merkitystä Pitkäniemen sairaalan potilaiden hyvinvointiin? Kyllä/Ei (alleviivatkaa vastauksenne). Voitteko perustella vastaustanne?

4. Mitä uskotte Pitkäniemen sairaalan potilaiden saavan Pirkanmaan Hali-Bernien vierailuista?
