

ELÄINAVUSTEINEN TERAPIA

Esite laaman ja alpakan avulla
toteutettavasta terapiasta

Anna Högfors

Opinnäytetyö
Elokuu 2011

Toimintaterapian koulutusohjelma
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala





Tekijä(t) HÖGFORS, Anna	Julkaisun laji Opinnäytetyö	Päivämäärä 15.08.2011
	Sivumäärä 58	Julkaisun kieli Suomi
	Luottamuksellisuus () saakka	Verkojulkaisulupa myönnetty (X)
Työn nimi ELÄINAVUSTEINEN TERAPIA -Esite laaman ja alpakan avulla toteutettavasta terapiasta		
Koulutusohjelma Toimintaterapian koulutusohjelma		
Työn ohjaaja(t) KANTANEN, Mari		
Toimeksiantaja(t) ALAT - Terapia-alkakat ja laamat ry		
Tiivistelmä <p>Opinnäytetyöni on kaksiosainen: Työ sisältää toiminnallisen osuuden, joka on esitteen muodossa julkaistava tuote, sekä opinnäytetyöraportin esitteen valmistamisprosessista.</p> <p>Eläinavusteinen työskentelymetodi kiinnostaa terapeuttista työtä tekeviä enenevässä määrin, sillä tähän mennessä saadut kokemukset ovat olleet kannustavia. Eläimen mukaan ottaminen terapiain-terventioon näyttäisi olevan asiakkaan kannalta motivoiva ja terapiaan sitoutumista edistävä tekijä. Suomessa toimii v. 2007 perustettu Terapia-alkakat ja –laamat ry, jonka tarkoituksena on edistää ja parantaa eläinten käytön mahdollisuuksia hoitotyössä sekä kehittää työtä ohjaavat suuntaviivat tukitoiminnasta ja terapiasta, jossa käytetään apuna alpakoita ja laamoja. Toiminnallinen opinnäyte-työ on toteutettu yhteistyössä tämän yhdistyksen kanssa.</p> <p>Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa suomenkielistä kirjallisuutta terapia-alojen ammattilaisille laamojen ja alpakoiden terapiakäytön mahdollisuuksista. Työ on kohdennettu toimeksiantajan tarpeisiin ja tarkoituksena on ollut pysyä käytännönläheisessä aiheen esittelyssä ja perehdytyksessä, joka johdattelee kiinnostuneet vielä melko tuntemattoman toimintamuodon pariin. Raportista käy ilmi esitteen toteutuksen eri vaiheet suunnittelusta viimeistelyyn. Opinnäytetyön aihevalintaa perustellaan eläinavusteiseen terapiaan ja -toimintaan liittyvällä teorialla, tutkimustuloksilla sekä tarkastelemalla eläinavusteisen terapian toteutusta toimintaterapian mallien avulla.</p> <p>Eläinavusteiseen toimintaterapiaan ei ole olemassa kaikilta osin soveltuvaa teoreettista viitekehystä, joten opinnäytetyöraportissa on peilattu aihetta kahden eri mallin pienempiin osa-alueisiin. Työssä käytetyt viitekehykset ovat Inhimillisen toiminnan malli (MOHO) sekä Kognitiivis-behavioraalinen viitekehys.</p>		
Avainsanat (asiasanat) Eläinavusteinen terapia, eläinavusteinen toiminta		
Muut tiedot Liitteenä esitteen tekstisisältö.		



Author(s) HÖGFORS, Anna	Type of publication Bachelor's / Master's Thesis	Date 15.08.2011
	Pages 58	Language Finnish
	Confidential () Until	Permission for web publication (X)
Title ANIMAL ASSISTED THERAPY – A brochure of llama and alpaca assisted therapy		
Degree Programme Degree Programme of Occupational therapy		
Tutor(s) KANTANEN, Mari		
Assigned by ALAT ry- therapy alpaca and llama registered association		
Abstract <p>The functional bachelor's thesis consists two parts: The functional part is a reading matter, a brochure about animal assisted therapy method. The other is a report which describes the process of implementation of the brochure.</p> <p>Nowadays animals are increasingly used as a therapy implement because of the encouraging experiences so far. In many cases, including an therapy animal in to the therapy intervention seems to increase the motivation and engagement of a client.</p> <p>The purpose of the functional thesis was to produce a brochure about animal assisted therapy with llamas and alpacas. The brochure is meant to be a practical guide which familiarizes the reader with its subject. This task was assigned by ALAT ry - Therapy Alpaca and Llama Registered Association. The association develops and promotes the utilization of animal assisted method in caring industries. It also provides education for therapists and animal handlers, and supervises the therapy llamas/alpacas with aptitude tests.</p> <p>The phases of implementing the brochure are presented in the report. Also the topic of the thesis is argued with a general theory, research findings and by adapting occupational therapy frameworks into the practice of animal assisted approach.</p> <p>As yet there is no occupational therapy framework designed for the purpose of animal-assisted therapy interventions. Therefore the thesis approaches two of occupational therapy frameworks enlarging upon just a few sectors in each one of them. The frameworks used in the thesis are Model of Human Occupation and Cognitive-Behavioral frameworks.</p>		
Keywords Animal assisted therapy, Animal assisted activity		
Miscellaneous The thesis includes the text content of the brochure.		

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO – TYÖN LÄHTÖKOHDAT	2
2	TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ	3
3	TOIMEKSIANTAJA - ALAT RY	4
4	ELÄIMEN JA IHMISEN VÄLINEN VUOROVAIKUTUS	5
5	ELÄINAVUSTEISET INTERVENTIOT	6
5.1	Eläinavusteinen terapia	6
5.2	Eläinavusteinen toiminta	6
6	ELÄINAVUSTEINEN TERAPIA JA TUTKIMUS	7
6.1	Esimerkkejä tutkimustuloksista	7
6.2	Toimintaterapian tutkimuksia	8
7	ELÄINAVUSTEINEN TERAPIA TOIMINTAERAPEUTIN MENETELMÄNÄ?	10
8	VIITEKEHYKSET JA ELÄINAVUSTEINEN TERAPIA	11
9	ELÄINAVUSTEINEN TOIMINTATERAPIA	13
10	INHIMILLISEN TOIMINNAN MALLI (MOHO)	14
11	KOGNITIIVIS-BEHAVIORAALINEN VIITEKEHYS	18
11.1	Eläinavusteinen menetelmä sovellettuna kognitiivis-behavioraalisen terapian strategioihin	18
12	ELÄINAVUSTEINEN MENETELMÄ JA ETIIKKA	19
13	OPINNÄYTETYÖN TAVOITE JA TARKOITUS	20
14	TOIMINNALLISEN OSUUDEN TOTEUTUS	21
14.1	Hankkeen aloitusvaihe	22
14.2	Kehittämistarpeen tunnistaminen ja ideointivaihe	23
14.3	Koonti ja työstövaihe	23
14.4	Viimeistelyvaihe	24
15	POHDINTA	25
16	LÄHTEET	28
17	LIITE	33
17.1	Liite 1. Esitteen tekstisisältö	33

KUVIOT

KUVIO 1: MOHO ja roolit AAT:ssa	17
---------------------------------------	----

1 JOHDANTO – TYÖN LÄHTÖKOHDAT

Eläinten terapeuttinen arvo ihmiselle on tunnettu jo pitkään ja alaa on ehditty kehittää muutama vuosikymmen. Ennen pohjoismaihin saapumistaan alpakat ja laamat on tunnettu Keski-Euroopassa ja U.S.A:ssa, jossa niiden seuralliset ja terapeuttiset ominaisuudet on ensimmäisenä pantu merkille. On siis melko luonnollista että Suomeen rantautunut eksoottinen pieni kamelieläinlaji on herättänyt eläinavusteisesta työskentelystä kiinnostuneiden ammattilaisten ja vapaaehtoistyöntekijöiden huomion. Suomeenkin on lajin ympärille harvinaisuudestaan huolimatta ehtinyt muodostua v. 2007 perustettu Terapia-alpakat ja –laamat ry, jonka tarkoituksena on edistää eläinten käytön mahdollisuuksia hoito- ja terapiatyössä. Toiminnallinen opinnäytetyöni on syntynyt yhteistyössä tämän yhdistyksen kanssa.

Kiinnostuin eläinavusteisesta terapiasta, sillä se sopii nähdäkseni hyvin toimintaterapian yhdeksi menetelmäksi juuri toiminnallisten ominaisuuksiensa vuoksi. Tyypillisimmät terapiaeläinlajit ovat Koira ja hevonen: Näiden lajien terapiakäytöstä löytyykin jo jonkin verran kotimaista pro gradu- ja opinnäytetyötasoisista tutkimusta ja kirjallisuutta. Suomessa tutkitaan myös alkuperäisrotujen suomenlampaan, sekä suomenlehmän eli kyytön terapiakäytön mahdollisuuksia. Kokemusteni mukaan laamaeläinten mainitseminen eläinavusteisen terapian yhteydessä yllättää lähes poikkeuksetta terapia-alojen opiskelijat ja ammattilaiset. Alpakka on herkkyytensä ja laumakäyttämisen vuoksi kuitenkin varteenotettava terapiaeläin vaikkapa sosiaalisen toimintakyvyn kuntoutuksessa. Laama- ja alpaka -avusteiseen terapiaan tutustuin aiheesta kertovan lehtiartikkelin kautta jo useita vuosia sitten. Päädyin sittemmin ottamaan yhteyttä artikkelissa mainittuun yhdistykseen ja näin alkoi tutustumisretkeni terapia-alpakoitten ja -laamojen pariin.

Opinnäytetyön tavoitteena on ollut tuottaa suomenkielistä kirjallisuutta terapia-alojen ammattilaisille laamojen ja alpakoiden terapiakäytön mahdollisuuksista. Aikaisemman informaation puutteesta johtuen tietoa on jouduttu soveltamaan muita

eläimiä koskevista terapiakäytänteistä laamojen ja alpakoiden osalle. Työ on kohdennettu toimeksiantajan tarpeisiin ja tarkoituksena on ollut pysyä käytännönläheisessä aiheen esittelyssä ja perehdytyksessä, joka johdattelee kiinnostuneet vielä melko tuntemattoman toimintamuodon pariin. Koska aihe on uusi, tahdon korostaa että tämän opinnäytetyön tarkoitus olla pioneeriversio alpakka- ja laama-aiheisesta terapiaesitteestä. (ks. Liite 1.) Kokemukset tulevat vuosien myötä karttumaan ja tutkimustieto lisääntymään, joten on luonnollista että tuotoksessa esitetty tieto aikanaan osittain vanhenee ja herää tarve uudistettuun materiaaliin. Yksi esitteen sisältöön kuuluva aihe on opastaa lukija myös lisätietolähteiden äärelle.

2 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ

Toiminnallisen opinnäytetyön toteuttamisessa on omat haasteensa. Opiskelija saattaa tehdä työtä hyvinkin itsenäisesti, sillä opinnäytetyön ohjaajan ja toimeksiantajan välillä ei välttämättä käydä työn ohjaamiseen liittyvää yhteistyötä ollenkaan. Työn määrä on myös yllättävän suuri, sillä toiminnallisen osuuden lisäksi raportointi, tiedonhaku ja teorian käsittely voi viedä hyvinkin yhtä paljon aikaa kuin varsinaisen opinnäytetyön valmistaminen. Tämän vuoksi on opiskelijan kannalta ollut aiheellista selkeyttää, mikä toiminnallinen opinnäytetyö on ja mitä siihen kuuluu sisällyttää.

Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena on ammatillisella kentällä käytännön toiminnan ohjeistaminen, opastaminen, toiminnan järjestäminen ja järjeistämisen. Toteutustapana voi olla alan ja kohderyhmän mukaan esimerkiksi kirjan, oppaan tai tapahtuman tuottaminen. Toiminnalliseen opinnäytetyöhön kuuluu käytännön toteutuksen lisäksi myös raportointiosuus. (Vilkkä & Airaksinen 2004, 9)

Toiminnallisen opinnäytetyön ensimmäinen työvaihe on aiheanalyysi, eli aiheen ideointi. Näin isossa prosessissa on tärkeää aiheeseen motivoituminen, joten aihe kannattaa valita omien kiinnostuksen kohteiden mukaan. Aihetta valitessaan monen opiskelijat ottavat itse yhteyttä alan ihmisiin ja työpaikkoihin. (Vilkkä & Airaksinen 2004, 23,24)

Toiminnallisen opinnäytetyön tuloksena on aina jokin konkreettinen tuote. Tavoitteena on, että tuote erottuu vastaavanlaisista tuotteista, joten sen tulisi olla yksilöllinen. Tuotteen tulisi olla myös käyttökelpoinen kohderyhmässä ja käyttöympäristössä. (Vilka & Airaksinen 2004, 53) Tuotoksen lisäksi tehdään opinnäytetyöraportti, jolla osoitetaan ammatillisen teorian yhdistämistä ammatilliseen käytäntöön, kykyä pohtia alan teorioita sekä perustella valintoja niiden pohjalta. (Vilka & Airaksinen 2004, 41-43) Ei ole välttämätöntä, eikä aina edes mahdollista kirjoittaa raportointiosuutta koko teorian näkökulmasta. Usein teoreettiseksi näkökulmaksi riittää jokin alan käsite ja sen määrittely. Teoria kannattaakin rajata joidenkin aiheen kannalta keskeisten käsitteiden määrittelyyn. (Vilka & Airaksinen 2004, 41-43)

3 TOIMEKSIANTAJA - ALAT RY

Suomessa toimii v. 2007 perustettu Terapia-alkakat ja -laamat ry, jonka tarkoituksena on edistää ja parantaa eläinten käytön mahdollisuuksia hoitotyössä sekä kehittää suuntaviivat erityisryhmille annettavasta hoitotyön tukitoiminnasta ja terapiasta, jossa käytetään apuna alpakoita ja laamoja.

Tarkoituksensa toteuttamiseksi yhdistys kerää tietoja ja pitää yhteyttä vastaaviin toimijoihin muissa maissa. Yhdistys on kehittänyt laamoille ja alpakoille soveltuvan koulutus- ja luokitusjärjestelmän, jotta eläimiä voitaisiin menestyksekkäästi käyttää tukitoimintaan ja terapiaan. Yhdistys kehittää ja ylläpitää myös terapeuteille ja eläinten ohjaajille normistoa, jonka avulla varmistetaan alpaka- ja laama-avusteisen terapian ja -toiminnan ammattimaisuus.

Alpaka- ja laama-avusteinen terapia on Suomessa vielä melko tuntematon aihe, jota yhdistys tahtoo esitteen myötä tuoda tutummaksi terapeuttista työtä tekeville. Esitteen kohderyhmänä on siis eri alojen ammattilaisia, kuten sosiaalityöntekijät, psykoterapeutit, toimintaterapeutit tai erityispedagogiikan ammattilaiset. ALAT-yhdistys on oikeutettu valmistamaan opinnäytetyön esite -osuudesta painotuotetta ja jakamaan sitä maksullisena tuotteena eteenpäin.

4 ELÄIMEN JA IHMISEN VÄLINEN VUOROVAIKUTUS

Eläimen ja ihmisen välistä vuorovaikutusta on alettu tutkia 1980-luvulla. Tätä tutkimuskenttää kutsutaan nimellä antrozologia. Jo varhaisissa tutkimuksissa ihmisten ja lemmikkieläinten välillä havaittiin vahva psykologinen ja emotionaalinen kiintymys, jota alettiin kutsua termillä ”human-animal bond”. Antrozologisen tutkimuskentän edistäjinä toimivat tuolloin lähinnä eläinlääketieteellisten alojen edustajat sekä Boris M. Levinson, jota pidetään eläinavusteisen terapian uranuurtajana. Levinson oli ensimmäinen lääkäri, joka virallisesti dokumentoi miten seuraeläimet voivat nopeuttaa terapeutin ja asiakkaan välisen suhteen kehittymistä sekä kasvattaa asiakkaan motivaatiota. (Mallon, Ross S, Klee, & Ross L 2006, 150)

Terapeutin ammattitaitoon liittyen Levinson alleviivasi, että terapiaa tarjoavan tulee olla menetelmästä hyvin perillä, ennen kuin sisällyttää eläimen terapiainterventioon. Turvallisuussyistä terapeutin on lisäksi kyettävä tulkitsemaan tarkasti eläimen elekieltä, sekä etenkin lasten kohdalla, myös asiakkaan sanatonta viestintää. (Pavlidis 2008, 72)

Termien laaja kirjo vaikeuttaa tiedonhakuja eläinavusteisen terapian käytöstä ja tutkimuksesta. Määritelmät ja standardit ovat vielä jonkin verran hajallaan; jopa arvostetuissa tieteellisissä julkaisuissa on artikkeleita, joissa käsitteet näyttäisivät olevan sekalaisesti määriteltyjä. Esimerkiksi termi ”lemmikkiterapia” nousee esiin tiedon etsimisen yhteydessä melko usein.

Eläinten suosion kasvettua terveydenhuollon palveluissa, ammattilaisten keskuudessa on herännyt tarve määrittää ja yhtenäistää eläinten avustuksella tarjottavaa terapeutista toimintaa. 1990-luvulla kehitettiin ensimmäiset kokonaisvaltaiset käytännön normit kyseiselle tutkimuskentälle. Eläinavusteisen terapian ja toiminnan ympärille muotoutuneet yhteisöt tekevät työtä selkeyttääkseen alan käsitteitä ja standardeja tehdäkseen AAT:sta ammattimaista ja tieteellisesti perusteltua työvälinettä. Yhdysvaltalainen Delta Society (perustettu 1977) on yksi suurimmista organisaatioista, joka on vastuussa alan määritelmistä. Lisäksi organisaatio tukee ja edistää termien ja standardien yhdenmukaistamista. Tutkimuskenttä suosii eläinavusteisten työsken-

telymuotojen pohjana Delta Societyn maailmanlaajuisesti käytössä olevia määritelmiä. (ks. Animal assisted therapy/activity 2011; Fine 2006, xv; Kruger & Serpell 2006, 22, 23)

5 ELÄINAVUSTEISET INTERVENTIOT

Englanninkielinen termi **Animal Assisted Interventions** jaetaan kahteen alakäsitteeseen: **AAT - Animal Assisted Therapy** sekä **AAA – Animal Assisted Activities**. Suomen kieleen vakiintuneet käännökset alakäsitteistä ovat eläinavusteinen terapia sekä eläinavusteinen toiminta. Lyhenteitä suomenkielisistä termeistä ei ole, mutta englanninkielisiin lyhenteisiin voi törmätä myös kotimaisissa yhteyksissä.

5.1 Eläinavusteinen terapia

Eläinavusteinen terapia eli Animal-assisted therapy (AAT) määritellään *tavoitteelliseksi toiminnaksi*, jossa eläin on osa hoitoprosessia. Toiminnassa keskeistä ovat selkeät päämäärät, yksilö/tilannekohtaiset tavoitteet, sekä edistymisen seuranta.

Eläinavusteista terapiaa ohjaa sosiaali- ja terveysalan asiantuntija, joka on lisensoitu tai sertifioitu ammattilainen. AAT:n tarkoitus on ihmisen fyysisen, sosiaalisen, emotionaalisen tai kognitiivisen hyvinvoinnin edistäminen. AAT voi olla luonteeltaan yksilö- tai ryhmäterapiaa. Terapiaprosessi tulee dokumentoida ja arvioida. (Animal assisted therapy/activity 2011; Kruger & Serpell 2006, 23.)

5.2 Eläinavusteinen toiminta

Eläinavusteinen toiminta eli Animal-assisted activity (AAA) voi olla motivoivaa, kasvatuksellista, terapeutista tai koulutuksellista, ihmisen hyvinvointia edistävää toimintaa. Toiminta ei ole tavoitteellista ja sen on tarkoitus pohjautua spontaanisuuteen. Eläinavusteisen toiminnan ohjaajana voi olla ammattilainen tai asiaan perehdytetty vapaaehtoistyöntekijä. AAA -eläimen tulee olla tehtävänsä soveltuva. (Animal assisted therapy/activity 2011; Kruger & Serpell 2006, 23.)

6 ELÄINAVUSTEINEN TERAPIA JA TUTKIMUS

Toistaiseksi eläinten terapeuttinen arvo saa vielä vähän tunnustusta ja tutkimusrahoitusta lääketieteen piirissä. Aiheesta on julkaistu Suomessa hyvin niukasti materiaalia; suuri osa tutkimuksista ja kirjallisuudesta on peräisin Yhdysvalloista.

Vaikka Eläimen ja ihmisen välistä suhdetta on tutkittu vuosikymmeniä, on vielä melko vähän tieteellisesti hyväksyttyä tutkimusfaktaa AAT:n vaikuttavuudesta. Tutkijat ovat kyllä kiinnostuneita tiedon keräämisestä, mutta sen julkaisu tieteen nimissä on hankalaa. Monet tutkimukset ovat positiivisista tuloksistaan huolimatta käytännössä epäluotettavia. Tutkimusryhmät ovat pieniä tai kontrolliryhmät puuttuvat. Yhtenäisissä tutkimuskäytännöissä ja tulosten yleistettävyydessä on parantamisen varaa, ja tuloksia on vaikea ilmaista kvantitatiivisesti. Tutkijat esittävät yleensä hyvin varovaisia positiivisia johtopäätöksiä ja peräänkuuluttavat lisätutkimuksen tarvetta. Tämän lisäksi AAT esiintyy usein jonkin toisen kuntoutusmuodon rinnalla (esim. lääkitys), joten on vaikeaa vetää johtopäätöksiä puhtaasti eläinterapian vaikutuksesta. (Pavlides 2008, 73; Serpell 2006, 17 ; Velde ym. 2005, 45)

Monessa tapauksessa AAT- intervention yhtenä erottamattomana tekijänä toimii myös terapiaympäristö, joten voi olla vaikea määritellä, missä määrin terapeuttiset vaikutukset johtuvat ympäristöstä ja missä määrin asiakkaan ja terapiaeläimen välisestä suhteesta. Toivottavaa olisikin, että voitaisiin keskittyä enemmän holistiseen ja ennakkoluulottomaan näkemykseen eläinten kyvyistä vaikuttaa ihmisten hyvinvointiin. Terapeutin näkökulmasta on silti tärkeää ymmärtää AAT:n olevan edelleen aluetta, joka perustuu enemmän olettamuksiin, kuin tieteellisesti todistettuihin tuloksiin. (Pavlides 2008, 73; Serpell 2006, 17 ; Velde ym. 2005, 48)

6.1 Esimerkkejä tutkimustuloksista

Tutkimukset viittaavat eläinavusteisen terapian ja toiminnan tarjoavan sekä fysiologiaa, että psykologisia hyötyjä potilaille ja asiakkaille: Esimerkiksi biokemiallisesta näytöstä on pitkälti aikaväliltä useita päällekkäisiä tuloksia: Eläinavusteisen intervention

on todettu aiheuttavan verenpaineen laskua hypertensiopotilailla. (Baun ym. 1991) Psykiatrisilla potilailla on voitu todeta ahdistusoireiden vähentymistä (Barker & Dawson 1998) ja laitoshoidossa asuvilla skitsofreniapotilailla on todettu positiivisia muutoksia itsetunnon ja itsemääräämisoikeuden kokemisessa. (Chu ym. 2009) Eläinavusteinen interventio vähentää myös lääkityksen tarvetta ja ahdistuneisuutta potilailla jotka odottavat lääketieteellisiin toimenpiteisiin pääsyä. (Miller & Ingram 2000)

Potilaiden ja henkilökunnan välisen vuorovaikutuksen on laitososuhteissa todettu lisääntyvän eläinten läsnäolon myötä. Se näyttäisi sujuvoittavan lisäksi potilaiden ja heidän vieraidensa, sekä potilaiden keskinäistä vuorovaikutusta. Eläinten on huomattu myös täyttävän inhimillisiä ystävyyden ja kumppanuuden kokemisen tarpeita. Niiden läsnäolo vähentää yksinäisyyden kokemista ja saa aikaan vuorovaikutusta ennalta tuntemattomien ihmisten välillä. (Kinnusen 2010 mukaan: Viialainen 2004 ja Velde ym. 2005)

Hevosavusteinen terapeuttinen tunnekasvatusohjelma tuotti merkittävästi paremmat tulokset kuin palkittu koulun tunnekasvatusohjelma. Vertailevassa tutkimuksessa oli mukana 167 koululaista, joilla oli todettu oppimis- ja käyttäytymisongelmia. (Trotter ym. 2008) Samantyyppistä tutkimusta edustaa eläinavusteisen terapeuttisen tunnekasvatusohjelman ja tunnetusti vaikuttavan Outward Bound-seikkailuohjelman vertaileva tutkimus. Tutkimus tuotti eläinavusteiselle työmuodolle niin merkittävästi paremmat tulokset, että kaikille osallistujille täytyi puolen vuoden kuluttua eettisistä syistä tarjota mahdollisuus osallistua eläinavusteiseen ohjelmaan. (Louhi-Lehtiön 2010 mukaan Schön 2000)

6.2 Toimintaterapian tutkimuksia

Autististen lasten kuntoutusta koskevan tutkimuksen yhteydessä on saatu selkeitä viitteitä siitä, että eläinavusteinen toimintaterapia lisäsi lasten sosiaalista vuorovaikutusta ja kielellistä aktiivisuutta huomattavasti enemmän kuin perinteisillä metodeilla toteutettu toimintaterapia. (Sams ym. 2006) Iäkkäillä laitosasukkailla on todettu sosiaalisuuden ja verbaalisen aktiivisuuden lisääntymistä AAT –intervention yhteydessä.

Tutkimuksessa vertailtiin sosiaalista aktiivisuutta tukevan ryhmän käyttäytymistä ”koira läsnä” ja ”koira poissa” -tilanteissa. (Fick 1993)

Laajahko, eläinavusteisen metodin psykososiaalisia hyötyjä kartoittanut tutkimus kohdistuu sekä psykiatriin että fyysiseltä toimintakyvyltään rajoittuneisiin eri-ikäisiin potilaisiin. Tutkimus summaa, että AAT:lla oli selvä positiivinen vaikutus sosiaalisesti eristyneiden lasten sosiaalisten kontaktien määrään. Terapia vähensi myös dementiapotilaiden negatiivista käyttäytymistä ja lievitti koettua yksinäisyyden tunnetta erilaisissa laitosympäristöissä elävillä pitkäaikaispotilailla. Tutkimuksen johtopäätösten perusteella artikkelissa päätellään AAT:n tarjoavan käyttökelpoisen, holistisen lähestymistavan toimintaterapeutille niin psyykkisen kuin fyysisenkin toimintakyvyn kuntoutukseen. (Dunham 2004)

Amerikkalainen haastattelututkimus tuo esiin kuuden toimintaterapeutin kokemuksia eläinavusteisen terapian käytöstä. Terapeutit työskentelivät psykiatristen potilaiden, kehitysvammaisten ja iäkkäiden laitosasukkaiden kanssa. Toimintaterapeutit kokivat motivaation lisääntymisen olevan yksi tärkeimmistä elementeistä AAT:ssa. Esimerkkinä kerrottiin mm. asiakkaista, jotka olivat yleensä kieltäytyneet terapiatapaamisista, mutta saapuivat tapaamiseen aina kun tiesivät eläinten olevan paikalla. Lisäksi koettiin, että asiakkaat suorittivat terapeuttisia harjoituksiaan pidemmän aikaa eläinavusteisesti, joten toimintaterapia oli tuloksekkaampaa. Terapeutit mainitsivat saavuttaneensa hyötyjä myös asiakkaiden fyysisen toimintakyvyn tukemisessa: Liikkeiden ja liikeratojen monipuolistumista, sensorisen tulkinnan paranemista sekä kivun kokemisen vähentymistä fyysisen aktiviteetin yhteydessä. (Witt 2002)

Psykiatrisilla potilailla toimintaterapeutit kertoivat AAT:n lisänneen kognitiivista aktiivisuutta, mm. eläimiin liittyvien muistojen esiin tulemisena, aiheeseen liittyvien symbolisten merkitysten pohdintana sekä keskittymiskyvyn pidentymisenä ajallisesti. Myös yleisen emotionaalisen hyvinvoinnin nähtiin lisääntyneen: Tämä on esiintynyt esim. kasvoniilmeinä ja verbaalisesti ilmaistuna. Hymyily on tuttu ilmiö eläinavusteisessa terapiassa - myös niillä potilailla, joiden kasvoilla hymy on harvinaista. Jatkuvaa hoitoa tarvitseville potilaille AAT tarjosi kokemuksen hoivan antamisesta, sillä eläimet tarvitsevat monenlaista huolenpitoa. Lisäksi pitkäaikaishoidossa olevat potilaat

kyselivät terapiatilanteiden jälkeen seuraavasta tapaamisesta eläinten kanssa. Yleensä kyseiselle asiakasryhmälle on epätyypillistä ilmaista tulevaisuuteen kohdistuvan odotuksen tunnetta. (Witt 2002)

7 ELÄINAVUSTEINEN TERAPIA TOIMINTATERAPEUTIN MENETELMÄNÄ?

Mikään toiminta ei välttämättä itsessään ole terapeutista, eikä eläinten käyttäminen osana toimintaterapiaa ole itsetarkoitus. Niinpä asiakaskohtainen, tavoitteiden mukainen suunnittelu on ensiarvoisen tärkeää myös eläinavusteisessa terapiassa. Asiakkaiden erilaisista lähtökohdista ja tavoitteista johtuen terapeutin on huolellisesti otettava huomioon oma roolinsa, sekä eläimen avulla esiin nostettavat teemat. Joissakin tapauksissa AAT voisi kuitenkin olla jopa yksi parhaista välineistä terapian toteuttamiseen.

Eläimen mukaan ottamista terapiainterventioon perustelen tutkimustulosten lisäksi mm. seuraavilla asioilla:

Sosiaalinen toimintakyky ja sosiaalinen kompetenssi on määritelty yksilön kyvyksi käyttää henkilökohtaisia ja ympäristönsä resursseja sosiaalisten ja henkilökohtaisten tavoitteiden saavuttamiseksi. Lapsuusiässä sen suhteen painottuu leikkitalanteiden onnistuminen ja ystävyysuhteiden solmiminen. (Poikkeus 1995, 122-123) Louhi-Lehtiö (2010) edelleen kertoo, että Becoffin (2007) mukaan kaikki nisäkäslajit opettelevat sosiaalisen koodiston leikeissä. Myös eläimen ja ihmisen välisessä vuorovaikutuksessa leikki ilmaisee keskinäistä ymmärrystä. Ennen leikin syntymistä sovitaan rajat ja rakennetaan luottamus. Niin eläimet, kuin ihmisetkin ratkaisevat itse kenen kanssa leikkivät ja kuinka pitkään yhtäjaksoisesti: Ketään ei voi pakottaa leikkimään. Niinpä kaksi eri lajin edustajaa voi leikin myötä luoda hetkeksi suhteen, joka sisältää sopimuksen reilusta pelistä, universaalista moraalista, vastavuoroisuudesta ja joustavasta roolien vaihdosta.

Eläinten rauhoittavat vaikutukset ovat erityisen arvokkaita yliaktiivisten sekä tarkkaavaisuus- ja käyttöhäiriöisten lasten kanssa. Eläimet vangitsevat lasten huomion ja pitävät otteen siitä. Eläinten elekieli ei ole niin monimutkaisia kuin ihmisten, jolloin vuorovaikutuksessa on vähemmän työstettäviä asioita. Näin jää enemmän aikaa ymmärtämiseen ja vuorovaikutukseen. (McNicholas & Collis 2006, 69).

Eläinten on koettu olevan ainutlaatuisen hyödyllisiä käytöksen palautteenantajia, johtuen niiden suorasta, vilpittömästä ja välittömästä reagoinnista miellyttäviin sekä epämiellyttäviin ärsykkeisiin. (Kruger & Serpell 2006, 31.) Lisäksi eläin vastaa ainoastaan aitoon kontaktin ottoon. Esimerkiksi masentunut saattaa terapeutin ”käskestä” ottaa kontaktia eläimeen, mutta on todellisuudessa haluton vuorovaikutukseen. Eläin vaistoa tämän, eikä toimi vastavuoroisesti. (Louhi-Lehtiö 2010)

Lapset pitävät eläimiä tietoisesti toimivina yksilöinä. Lasten on kuitenkin helpompi tulkita eläinten, kuin toisten ihmisten ajatuksia ja tunteita, sillä eläin välittää käytöksellään autenttista tietoa mentaalista tilastaan. Eläimen käyttäytyminen ei pidä sisällään vaikeasti tulkittavia metaforia, teeskentelyä tai ironiaa. Kontakti eläimiin saattaa siis auttaa lasta ymmärtämään paremmin niin itseään kuin toisia ihmisiä. (Melson 2001, 91-93)

Sekä ihmisille, että eläimille on tärkeää osata lukea ei-verbaalista viestintää eli ruumiinkieltä. Vuorovaikutuksessa eläimen kanssa ihminen oppii tulkitsemaan ruumiinkieltä ja signaaleja, joita voi hyödyntää ihmissuhteissa. (Sallander & Wrange 2005) Vuorovaikutus eläimen kanssa voi tuoda asiakkaalle lohtua, antaa tunteen turvallisuudesta ja vaikuttaa suotuisasti itsetunnon kehittymiseen tai parantumiseen. Myös oppimiskykyä edistävänä tekijänä eläimen ja ihmisen välisellä vuorovaikutuksella on havaittu olevan merkitystä. (Rosenkoetter 1991)

8 VIITEKEHYKSET JA ELÄINAVUSTEINEN TERAPIA

AAT on menetelmä, jota käyttävät eri alojen terapeutit. Terapiaeläimiä voidaan sisällyttää psykoterapiaan, fysioterapiaan, toimintaterapiaan tai puheterapiaan. Niinpä

sitä on käytetty eri ammattikuntien erilaisista viitekehyksistä käsin hyvin erilaisiin tarkoituksiin ja vaihtelevin tavoittein.

Tällä hetkellä on olemassa ainoastaan yksi viitekehys, joka on luotu nimenomaan eläinavusteisen toiminnan tai terapian malliksi. Se on Suomessa vuonna 1997 kehitetty AASEL[®], (Animal Assisted Social Emotional Learning) joka pohjautuu mm. social-emotional learning (SEL) –periaatteeseen. Lisäksi teoreettista pohjaa luovat vuorovaikutteinen kehityopsykoterapia (DDP), dialektinen käyttäytymisterapia (DKT), Montessoripedagogiikka ja seikkailukasvatus. Työmuoto yhdistää tunnekasvatuksen periaatteet eläinten avulla tapahtuvaan kokemukselliseen oppimiseen ja psykososiaaliseen kuntoutukseen. AASEL-koulutettu ammattilainen voi käyttää metodia niiden asiakkaiden avuksi, joiden kanssa on muun koulutuksensa puolesta pätevä ja laillistettu työskentelemään. (Louhi-Lehtiö 2010) Ohjaajakoulutusta tarjotaan Joensuun yliopiston, sekä Jyväskylän yliopiston täydennyskoulutuskeskuksissa. (Lisäksi jatko-moduulina Malmön yliopistossa) (Eläinavusteinen terapia ja työnohjaus 2011)

AASEL -työskentely etenee asteittain ohjatuissa vuorovaikutustilanteissa eläimen kanssa. Tarkoitus on oppia uusia asioita itsestä ja omista asenteista, ongelmanratkaisu- ja toimintatavoista, sekä kehittää sosiaalisia taitoja että tunnetaitoja. Työskentelymuoto voi tuoda korjaavia kokemuksia sekä työkaluja siirrettäväksi muuhun elämään. Eläin toimii työskentelyssä mm. yhdistävänä siltana ohjaajan ja ohjattavan välillä sekä apuna sanattoman viestinnän, käyttäytymisen ja vuorovaikutuksien lainalaisuuksien tutkimisessa ”tunnetaito- ja tunteiden valmennuksessa”. (Louhi-Lehtiö 2010)

9 ELÄINAVUSTEINEN TOIMINTATERAPIA

Eläinavusteisen terapian toteuttamiseen ei ole olemassa toimintaterapian viitekehystä, joka voidaan suoraan liittää kyseiseen menetelmään. Toimintaterapian käsitteenä toiminta voidaan kuitenkin tulkita hyvin laajasti ja joustavasti, joten eläintyöparia voidaan käyttää terapian välineenä siinä missä kahvinkeitintä, riippumattoa tai pelikonsolia.

Oleellista AAT:n suunnittelussa on tehdä toiminnasta analyysi ja tavoitteiden kautta valita sopiva eläinavusteinen toiminta terapiainterventioon. Toimintaterapian malleja voidaan lähestyä esimerkiksi ottamalla mallista tai useammasta eri mallista asiakasyksilöä koskevat osa-alueet ja sisällyttää eläinavusteiset menetelmät siihen. Koska AAT voi sisältää elementtejä ihmisen fyysisestä, psyykkisestä, sosiaalisesta ja kognitiivisesta toimintakyvystä, useimmat viitekehukset ovat sovellettavissa ainakin osin eläinavusteiseen muotoon. AAT:aan perehtynyt toimintaterapeutti voi sijoittaa eläimen terapeutin roolin haluamaansa osa-alueeseen viitekehysten sisällä. (ks. esim. Velde ym. 2005, 47)

Alla esimerkkejä toimintaterapian viitekehyksistä, joiden osa-alueita on tarkasteltu eläinavusteisen terapian näkökulmasta. Mallin peruseräpäätteen on esitelty lyhyesti, jonka jälkeen viitekehyksestä valittuja osa-alueita havainnollistetaan käytännön esimerkein.

10 INHIMILLISEN TOIMINNAN MALLI (MOHO)

Teoriaperustan yhtenä esimerkkinä käytän Gary Kielhofnerin (2002) Inhimillisen toiminnan mallia (Model of Human Occupation). Mallissa ihmisen katsotaan olevan kokonaisuus, joka muodostuu kolmesta toisiinsa vaikuttavasta osatekijästä: **tahto, tottumus ja suorituskkyky**. Inhimillisen toiminnan malli selittää ihmisen motivoitumista toimintaan, toiminnallisia malleja, toiminnallista suoriutumista sekä **ympäristön** vaikutusta näihin kaikkiin tekijöihin. Inhimillisen toiminnan mallissa korostetaan, että yksilön uskomukset, mieltymykset ja toiveet vaikuttavat toimintaa koskeviin valintoihin. Mallista on muodostunut lähestymistapa, jossa painotetaan jokaisen asiakkaan tilanteen yksilöllisyyttä ja otetaan huomioon asiakkaan motiivit ja elämäntyyli. Seuraavassa esittelen lyhyesti mallin peruseriaatteen ja nostan siitä yhden osa-alueen esimerkkinä eläinavusteisen terapian soveltamisesta toimintaterapian malliin.

Tahto ohjaa toimintaan motivoitumista. **Tottumus** ohjaa prosessia, jonka avulla toiminta järjestäytyy käyttäytymismalleihin ja rutiineihin. **Suorituskkyky** viittaa fyysisiin ja henkisiin kykyihin, jotka ovat perustana taitoja vaativaan toiminnalliseen suoriutumiseen. (Kielhofner 2008: 13–14.) Ihmisellä ymmärretään olevan sisäinen tarve toimia. Tämä tarve selittää sen, miksi ihmiset lakkaamatta järjestävät itselleen toimintaa. Se ei kuitenkaan selitä eroja siinä, mitä ihmiset motivoituvat tekemään. Jokainen haluaa tehdä niitä tehtäviä, joita arvostaa, joita pystyy tekemään ja joiden tekeminen tuottaa tyydytyksen tunteen. (Kielhofner 2008: 14–15.)

Tahto

Tahto ilmenee kun henkilö ennakoii, valitsee, kokee ja tulkitsee tekemistään. Se sisältää kaikki ajatukset ja tunteet itsestä toimijana. Tahto koostuu kolmesta alueesta: *henkilökohtainen vaikuttaminen, arvot ja mielenkiinnot*. Henkilökohtainen vaikuttaminen viittaa henkilön tietoisuuteen omista kyvyistä ja omista vaikutusmahdollisuuksista. Henkilön arvot kertovat mikä on tekemisen arvoista, miten kannattaa toimia sekä mitkä ovat tavoitteet. Arvoihin vaikuttavat kulttuurisidonnaisuus ja tunteet.

Mielenkiinnot syntyvät kokemusten kautta. Ne tarkoittavat sitä millaiset toiminnot henkilö kokee miellyttäväksi ja asettaa etusijalle. (Kielhofner 2008: 44 - 55.) Tekemisen nautinto vaihtelee pienistä päivittäistä askareista johtuvasta yksinkertaisesta tyytyväisyydestä voimakkaaseen mielihyvään, jota ihmiset tuntevat harrastaessaan intohimojaan. Toimintarajoitukset saattavat kuitenkin vaikuttaa yksilön kykyyn kokea tyydytystä ja mielihyvää tekemistään toiminnoista. (Kielhofner 2008: 54–55.) Henkilöt, jotka tuntevat itsensä pystyviksi ja tehokkaiksi etsivät mahdollisuuksia, käyttävät palautetta parantaakseen suoritustaan ja osoittavat sinnikkyyttä saavuttaakseen päämääränsä, päinvastoin kuin itsensä kykenemättömiksi tai tehottomiksi tuntevat ihmiset. (Kielhofner 2008: 45–46.)

Tottumus

Tottumus sisältää prosessit, jotka pitävät yllä jokapäiväisen elämän käyttäytymismalleja. Tottumus luo ympäristöön pysyvyyttä ja pysyviä taipumuksia toimia tietyillä tavoilla. Tottumus jaetaan kahteen osa-alueeseen: *tavat ja roolit*. Tavat syntyvät toistusta käyttäytymisestä tietyssä ympäristössä. Päivittäisenä toistuvat rutiinit ja tutujen asioiden tekeminen ovat esimerkkejä tavoista. Henkilön tavat toimia ovat usein automaattisia ja tuovat järjestystä, joustavuutta sekä turvaa arkipäivään. (Kielhofner 2008: 63 - 78.) Esittelen tässä erikseen alaotsikon *roolit*, sillä peilaan juuri sitä osa-alueetta eläinavusteiseen terapiaan.

Roolit tuovat säännöllisyyttä ja tarkoituksenmukaisuutta käyttäytymiseen sosiaalisessa ympäristössä. Roolit antavat raamit tilanteiden ymmärtämiselle. Sisäistetyt roolit luovat identiteetin ja odotuksia käyttäytymiselle. Roolit ja ihmisen identiteetti muokkautuvat ihmisen tekemien toimintojen kautta. Tekemällä jotakin ihmisestä tulee jotakin, tietyn asian tekijä. Vastaavasti tekemisen lopettaminen johtaa siihen, että kyseinen identiteetti katoaa. (Kielhofner 2008, 27; Cole & Tufano. 2008, 95-100) (Ks. KUVIO 1)

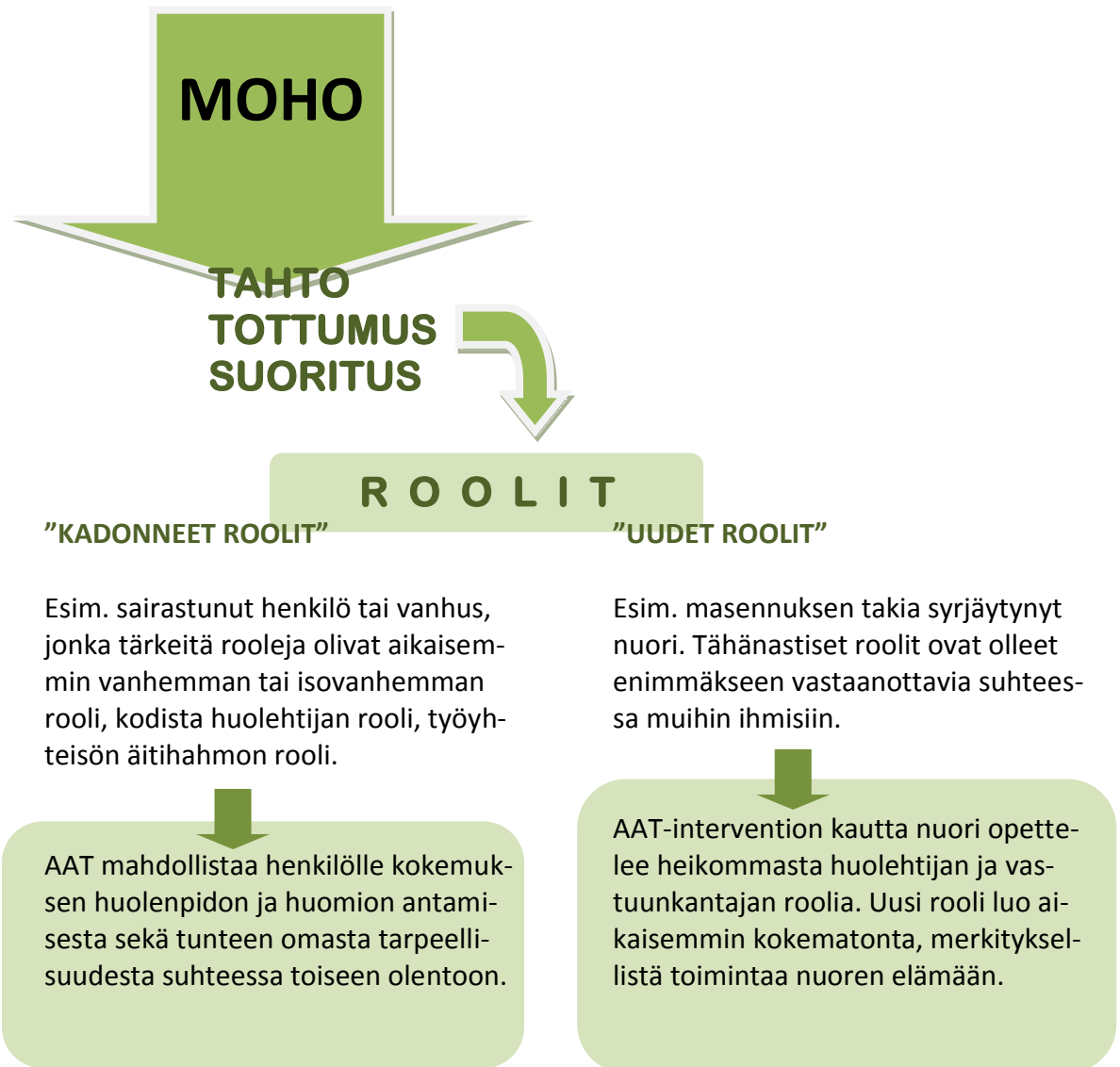
Suorituskyky

Suorituskyky viittaa henkilön sisäisiin kykyihin, jotka mahdollistavat suoriutumisen. Tähän vaikuttavat henkilön objektiiviset fyysiset (tuki- liikunta- hengitys- ja verenkiertoelimistö sekä neurologia) ja psyykkiset (kognitiiviset kyvyt) tekijät sekä henkilön subjektiiviset kokemukset näistä tekijöistä. Suorituskykyyn sisältyvien taitojen ja valmiuksien avulla on mahdollista käsittää ja käsitellä fyysistä maailmaa, erilaisia tapahtumia ja menettelytapoja sekä sosiokulttuurista ympäristöä. Edelleen subjektiivinen kokemus muovaa henkilön suoritusta. (Kielhofner 2008: 81 - 87.)

Ympäristö

Sosiaalinen ympäristö käsittää sosiaaliset ryhmät ja ne toiminnan muodot, joita henkilö tekee. Erilaiset sosiaaliset ryhmät tarjoavat sosiaalisen tilan, ilmapiirin, ja vaativat tietyn roolin kussakin ryhmässä. (Kielhofner 2008: 99) Fyysinen ympäristö käsittää luonnollisen ja rakennetun ympäristön, tilat ja esineet. Siihen kuuluvat myös valo ja valaistus, tuoksut ja äänet, jotka ympäristössä vallitsevat. Ympäristö mahdollistaa toiminnallisten valintojen tekemisen ja motivaation ylläpitämisen. Se vaikuttaa toimintaan edistäjänä tai rajoittajana. (Kielhofner 2008, 202.)

Toimintaterapian tavoitteena on muutos, johon päästään kun pyritään vaikuttamaan johonkin prosessin osaan. Muutos jossakin näistä neljästä – tahdossa, tottumuksessa, suorituskyvyssä tai ympäristössä – voi johtaa muutokseen ajatuksissa, tunteissa ja tekemisessä. Muutos terapiassa on dynaaminen, eli ihmisessä ja ympäristössä sekä niiden välisessä suhteessa tapahtuu yhtäaikaista ja vuorovaikutuksellisia vaihteluja. Terapian tarkoitus on kannustaa ja tukea asiakkaan muutosprosessia. (Kielhofner 2008: 302.)



KUVIO 1: MOHO ja roolit AAT:ssa

11 KOGNITIIVIS-BEHAVIORAALINEN VIITEKEHYS

Kognitiivis-behavioraalinen viitekehys tarkastelee tunteiden ja ajatusten vaikutusta toimintaan. Esimerkiksi tietyt kognitiiviset vääristymät liittyen omaan suorituskyykyyn tai tilanteen hallintaan voivat olla vahvempia joillain toiminnan alueilla tai toimintaympäristöissä ja näin rajoittaa yksilön käyttäytymistä ja hyvinvointia. (Antony ym. 2008, 22-25)

Yksilön menneisyyden analysoinnin sijaan kognitiivis-behavioraalisisessa terapiassa keskitytään pääasiallisesti nykytilanteessa vaikuttavien ongelmien ratkaisuun ja niitä ylläpitävien tekijöiden tarkasteluun: Kognitiivis-behavioraalinen terapia pohjautuu yleensä yksityiskohtaiseen käyttäytymisanalyysiin, joka tarkastelee yksilön tunteita ja ajatuksia vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa: Tätä kautta pyritään kartoittamaan asenteet, uskomukset ja automaattiset ajatukset, joita muuttamalla yksilö voisi parantaa elämänlaatuaan. Kognitiivis-behavioraalisisessa terapiassa on oleellista että yksilö itse hyväksyy oman vastuunsa vääristyneiden ajatusmallien luomisesta ja sitoutuu vahvasti tekemään töitä uskomustensa muuttamiseksi. Muutos vaatii toiminta- ja ajatusmallien tarkkaa hahmottamista sekä jatkuvaa kognitiivista valvontaa ja uudelleenjärjestelyä. (Antony ym. 2008, 22-25)

11.1 Eläinavusteinen menetelmä sovellettuna kognitiivis-behavioraalisen terapian strategioihin

ROOLIHARJOITUKSET, KOMMUNIKOINTIHARJOITUKSET

Sosiaalisten taitojen ja vuorovaikutustaitojen kehittyminen on yksi tyypillinen KBT:n tavoite. Terapeutti voi käyttää apuna eläinavusteista metodia rooliharjoitusten yhtenä osana. Joillekin henkilöille rooliharjoitukset ihmisen kanssa saattavat tuntua uhkaavilta, joten harjoitusten käynnistäminen eläimen kanssa voi helpottaa alkuun pääsyä. Vaikka eläin ei ymmärrä kuin lyhyitä ja opittuja verbaalisia viestejä, se on herkkä

kehonkielen tulkitsija. Eläin voi antaa palautetta asiakkaan käyttäytymisestä omilla viesteillään, esim. lähestymällä/välttämällä tai rentoutumalla/jännittymällä (Ks. Chandler ym. 2010, 354-374; Cole & Tufano, 2008, 149-158)

ITSEHALLINTAOHJEET - UUSIEN TAIDOJEN JA VALMIUKSIEN OPETTELU

Terapeutti voi mallintaa asiakkaalle tietynlaista käyttäytymistä terapiaeläimen avulla. Asiakas voi terapeutin tukemana opetella esimerkiksi eläimen lempeää koskettamista ja positiivista verbaalista ilmaisuja ja äänenkäyttöä. Jotta eläin suostuu vaikkapa tekemään osaamansa hauskan tempun, on asiakkaan tuotettava juuri tietynlaista ilmaisuja. (Ks. Chandler ym. 2010, 354-374; Cole & Tufano, 2008, 149-158)

VAHVISTAMISEEN PERUSTUVAT MENETELMÄT

Asiakkaan tavoitteiden mukaista käyttäytymistä voidaan vahvistaa eläimen antamalla positiivisella palautteella. Esimerkiksi asiakkaan ja terapiaeläimen väliseen vuorovaikutukseen ja luottamuksen rakentumiseen voidaan asettaa pieniä välietappeja, joiden toteutumisesta eläin viestittää ystävyyden osoituksilla tai oppimalla haluttuja taitoja. Toisaalta myös interaktio eläinten kanssa voi olla asiakkaalle vahvistava palkinto halutusta käyttäytymisestä. (Ks. Chandler ym. 2010, 354-374; Cole & Tufano, 2008, 149-158)

12 ELÄINAVUSTEINEN MENETelmä JA ETIIKKA

Eläin pyrkii olemaan ihmisen seurassa samoista syistä kuin ihminenkin niiden seurassa eli hyötyäkseen jollain tavalla. Perheessä tai laumassa eläminen tarjoaa jäsenelleen tiettyjä etuja, kuten turvaa tai ravintoa. Ihmisten saavuttama hyöty eläimen ja ihmisen välisestä suhteesta on ilmiselvää, mutta eläinten hyvinvointi ei ole itsestään selvyyttä. Eläinten oikeuksia puolustavat yhteisöt kritisoivat eläimen välineellistämistä ja hyötynäkökohtien korostamista. Eläinavusteisen terapiatoiminnan laadun ja kunniallisuuden takaamiseksi pidetään tärkeänä, että terapiaeläimiä kohdellaan kumppaneina vastavuoroisessa suhteessa. Eläinten tarpeet tulee aina mukauttaa ja huo-

mioida eläinavusteisen työskentelyn puitteissa. Eläin tulee hyväksyä sellaisenaan ja sitä tulee kunnioittaa yksilönä. Eläimiä ei saa inhimillistää, eikä niihin tule heijastaa ihmismäisiä mielikuvia. (Beck 2000, 36; Fine 2006, 199)

Vasta viime vuosina on tiedostettu, että eläimen mukanaolo eläinavusteisessa työskentelyssä voi aiheuttaa eläimelle stressiä, sillä se saattaa sisältää erityisen paljon stressaavaa sosiaalista vuorovaikutusta. Esimerkiksi hevosurheilu, koiranäyttelyt tms. toiminta eivät altista eläintä niin läheiseen kanssakäymiseen tuntemattomien ihmisten kanssa, jotka saattavat kosketella, halailla ja vaatia erilaisia suorituksia. Eläimen ohjaajan vastuulla on vapauttaa eläin terapiatilanteesta silloin kun se väsyy työskentelyyn. (Serpell, Coppinger & Fine 2006, 469; Fredrickson-MacNamara & Butler 2006, 126.)

13 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE JA TARKOITUS

Opinnäytetyössä opiskelijan oppimisen kannalta lähtökohtana on ollut hakea vastauksia seuraaviin kysymyksiin:

- Mitä on eläinavusteinen terapia ja miten toimintaterapeutti voi hyödyntää menetelmää?
- Mitä erityispiirteitä alpakat ja laamat tarjoavat tähän terapiamuotoon?
- Millaisia kokemuksia tällä hetkellä on olemassa koskien niin eläinavusteista terapiaa yleensä, kuin laamaeläinten avulla toteutettua terapiaa?
- Mitä on eläinavusteinen toiminta ja mitä se on alpakoiden ja laamojen kanssa toteutettuna?

14 TOIMINNALLISEN OSUUDEN TOTEUTUS

Esitettä koottaessa on ollut tarkoitus esitellä lyhyesti eläinavusteisen terapian ja -toiminnan periaatteet ja käsitteet yleisellä tasolla. Tarkemmin keskitytään alpakoihin ja laamoihin alkaen eläinten lajiominaisuuksista ja tyyppillisestä käyttäytymisestä, jota esitteessä pohditaan nimenomaan terapiaeläimeksi soveltumisen näkökulmasta. Terapiaeläimen ominaisuuksia kuvailtaessa lähteenä on käytetty kirjallisuuden lisäksi suomalaisten kasvattajien kokemuksia sekä terapiatyötä tekevien ammattilaisten havaintoja. Työssä esitellään myös ALAT-yhdistyksen kehittämä terapia-alkan ja laaman luokitusjärjestelmä ja eläimeen kohdistuvat vaatimukset. Lyhyesti on käsitelty myös eläinten hoitoon ja terveyteen liittyviä asioita.

Eläinavusteista terapiaa ja -toimintaa käsitellään esitteessä selkeyden vuoksi erillisinä aihealueina, joista varsinaisen terapian osuus korostuu. AAA:sta kerrotaan esimerkkejä käyttäen lähteinä kasvattajien, terapeutin ja asiakkaiden/potilaiden haastatteluja, joita ALAT-yhdistys on toimintansa puitteissa kerännyt. Esitteessä esitetyt asiakassiteeraukset ovat nimettömiä ja niiden julkaisuun on saatu asianomaisilta lupa.

Terapiaosuudessa käsitellään eläinavusteisten terapian toteuttamiseen liittyviä peruseriaatteita joita aiheeseen tutustuvan on hyvä tietää. Käytännön toimintaa esitellään asiaan perehtyneen toimintaterapeutin ja interventioihin osallistuneiden asiakkaiden kokemusten kautta. Esitteeseen ei ole liitetty teoreettisia viitekehyksiä toiminnan suunnittelun ohjeiksi, sillä tuotos on tarkoitettu eri alojen ammattilaisille, jotka toteuttavat terapeuttista toimintaa oman ammattitaitonsa lähtökohdista. Toimintaterapeutin näkökulma toki korostuu kirjoittajan ja yhdistyksessä toimivan toimintaterapeutin yhteistyön johdosta. Esite pyrkii kuvailemaan terapian mahdollisuuksia monenlaisten haasteiden kuntoutuksessa keskittymättä yhteen tiettyyn asiakasryhmään. Rajat laajudelle asettaa terapeuttien kokemuspohja.

Myös terapeutin ja terapiaeläimen välistä suhdetta käsitellään: Pohditaan terapeutilta vaadittavia ominaisuuksia suhteessa eläimeen, sekä kerrotaan käytännön kokemuksia tilanteista, joissa eläimen omistaja/ohjaaja on terapiatilanteessa mukana vastaamassa eläimen osuudesta toiminnassa.

Lisäksi pohditaan eläinavusteisen terapian etiikkaa eläimen hyvinvoinnin kannalta. Kerrotaan ohjaajien kokemuksia asiasta ja annetaan käytännön ohjeita terapian eettisen toteutumisen takaamiseksi. Asiakkaan kannalta etiikkaa ei ole tarkoitus käsitellä tässä yhteydessä, sillä sen voidaan katsoa sisältyvän kunkin ammattiryhmän kompetensseihin. Tätä sivuten kuitenkin myös kyseenalaistetaan eläinavusteisen metodin käyttö ilman tapauskohtaista harkintaa ja annetaan esimerkit varovaisuuden tarpeesta ja kontraindikaatioista.

Koska opinnäytetyö on toiminnallinen, siinä käytetyt haastattelut ovat henkilökohtaisia tiedonantoja, joita ei analysoida tutkimukselle ominaiseen tapaan. Haastattelujen on tarkoitus elävöittää tekstiä ja antaa lukijalle osviittaa käytännön kokemuksista, joita tähän mennessä aiheesta on hankittu.

14.1 Hankkeen aloitusvaihe

Hanke alkoi keväällä 2010, kun olin ensimmäistä kertaa yhteydessä ALAT -yhdistykseen. Kävin tutustumassa yhdistyksen alppakalleilla Hämeenlinnassa ja idea opinnäytetyöstä jätettiin hautumaan ALAT:n tulevassa kokouksessa esiin otettavaksi. Vastaanotto oli innostunut ja karkea ideointi päättyi lopulta yhdistyksen käytettäväksi valmistettavaan esitteeseen.

Opinnäytteeseen kuulunut työ voidaan jakaa karkeasti kolmeen osaan: 1. Aiheeseen tutustumiseen ja tietoperustan hankkimiseen. 2. Varsinaisen toiminnallisen osuuden, eli esitteen ideointiin ja valmistamiseen. 3. Opinnäytetyön raportointiosuuteen.

Opinnäytetyön tietoperusta koottiin syksyllä 2010 ja alkuvuodesta 2011 tutustumalla aiheita käsittelevään kirjallisuuteen, haastattelemalla ALAT -yhdistyksessä terapiaa

toteuttavaa toimintaterapeuttia, keräämällä kokemuksia laama/alpaka-avusteiseen terapiaan ja toimintaan tutustuneilta asiakkailta ja eläinten ohjaajilta. Lisäksi allekirjoittanut opiskelija osallistui Vihdissä Cavesson -yrityksen järjestämälle eläinavusteisen terapian johdantokurssille sekä laaman ja alpakan kasvatus- ja hoitokurssille, jossa käsiteltiin työn kirjoittamista hyödyttävää asiaa laamaeläinten käyttäytymisestä ja lajiominaisuuksista.

Suurin osa esitteen valmistelusta on tehty keväällä ja kesällä 2011. Samaan aikaan on aloitettu myös raportin kirjoittaminen, joka on saatettu loppuun elokuussa 2011.

14.2 Kehittämistarpeen tunnistaminen ja ideointivaihe

Opinnäytetyöni tapauksessa kehittämistarpeen tunnistaminen on ollut toimeksiantajan vastuulla, sillä Alat -yhdistyksellä on paras asiantuntemus alpaka-avusteisen terapiatoiminnan nykytilasta. Toimeksiantaja siis antoi aivan ensimmäiset suuntaviivat sille, mitä työltä odotetaan. Tämän jälkeen olen saanut melko vapaat kädet toteuttaa työtä. Tavoitteita ja toimeksiantajan tarpeita on vain tarkistettu työn edetessä.

Esitteelle pohdittiin kohderyhmä joka olisi mahdollinen käyttäjä lopulliselle tuotteelle. Suunnittelin toimeksiantajan kanssa suuntaa antavan rungon esitteelle, jolloin määriteltiin mm. työn laajuutta, teoriapitoisuutta, helppolukuisuutta ja ulkoasua. Tähän liittyen päätettiin esimerkiksi jättää pelkästään toimintaterapeuttien tuntema ammattisanasto pois tekstistä. Työskentelyn edetessä tein aina tarpeen mukaan lisäkysymyksiä toimeksiantajalle.

14.3 Koonti ja työstövaihe

Työtä kirjoittaessani pyrin karsimaan esitteessä esitettävät asiat pitäen mielessä kohderyhmän tarpeet. Tarkoitus on ollut kirjoittaa teksti ennen kaikkea sosiaali- ja terveysalan ammattilaiselle tai opiskelijalle, joka on kiinnostunut eläinavusteisesta metodista, mutta jolle aihe on vielä uusi. Tästä syystä esitteessä puhutaan eläinavusteisesta työskentelystä myös yleisellä tasolla. Erittäin kokeneelle eläinavusteista työskente-

lytapaa käyttävälle terapeutille tuotos tarjoaa lähinnä vain pintapuolisen tutustumisen uuden eläinlajin ominaisuuksiin ja terapeutteihin mahdollisuuksiin.

Käytännön terapiatyöskentelyn esittelyä rajasi laamoilla ja alpakoilla tähän mennessä toteutettujen terapiainterventioiden suppeus sekä kyseisen eläinlajin kanssa työskentelevien ammattilaisten määrä. Tuotoksessa esitelty terapiatyöskentely perustuu suurelta osin yhdistykseen kuuluvan toimintaterapeutin kokemuksiin ja ideointia on jatkettu em. terapeutin sekä opinnäytetyön tekijän yhteistyönä.

Työssä esiintyvät kuvat ovat ALAT ry:n käytössä jo aikaisemmin ollutta materiaalia. Tulevaisuudessa esitteen julkaisua varten tullaan järjestämään vielä kuvaukset Hämeenlinnan alpakkatalleilla, jossa voidaan lavastaa esitteen kannalta tarkoituksenmukaisia toiminnallisia tilanteita kuvia varten. Teksti on tehty Word-ohjelmalla, ja kuvat sommiteltu tekstin sekaan tämän ohjelman ominaisuuksien rajoissa. Yhdistyksellä on vapaat kädet esitteen ulkoasun muotoiluun julkaisua varten.

14.4 Viimeistelyvaihe

Tuotteen kehittelyn kaikissa eri vaiheissa tarvitaan ulkopuolista palautetta ja arviointia (Jämsä ja Manninen, 2000, 80-81). Olin siis etenkin valmistelun loppuvaiheessa tiiviisti yhteydessä toimeksiantajaan, jolta sain palautetta työstä. Viimeistelyvaiheessa kävin tekstiä useasti läpi ja pohdin samalla, onko esite rakenteeltaan tarpeeksi selkeä, onko teksti käyttäjäystävällistä ja kieliasu sopivan asiallinen. Etenkin rakenteen ja aiheesta toiseen siirtymisen sujuvuus huolestutti, sillä omalle työlleen saattaa sokeutua koska sitä on lukenut niin paljon. Tästä syystä käytin luotettavaksi katsomiani koelukijoita, jotka eivät olleet nähneet työtä aikaisemmin. Palautin myös yhden pitkälle viedyn version toimeksiantajan koelukua varten. Saamani palautteen pohjalta tein tekstiin muutoksia, kunnes valmis, julkaisukelpoiseksi katsottu esite oli valmis.

Toimeksiantaja päättää tulevaisuudessa julkaisemisesta ja sen ajankohdasta sekä vastaa esitteen painatukseen liittyvästä rahoituksesta. Opiskelija on itse vastannut opinnäytetyöhön liittyvistä toimisto-, puhelin- ja matkakuluistaan.

15 POHDINTA

Eläinavusteiset terapiamuodot kiinnittivät mielenkiintoni saman tien kun ensi kerran kuulin asiasta. Olen iloinen että valitsin aiheen myös opinnäytetyöhöni, sillä muutoin tuskin olisin koskaan tullut pohjustaneeksi omaa tietämystäni asiasta näin perusteellisesti kuin jo tähän mennessä olen. Toiminnallisen opinnäytetyön toteuttaminen on ollut työntäyteinen mutta juuri aihevalinnan vuoksi mielekäs projekti, jonka myötä olen saanut tutustua uuteen ja kiinnostavaan työkenttään, joka toivottavasti antaa myös suuntaa ammattiuralleni. Prosessin myötä syntyneet kontaktit ovat olleet tärkeitä ja opettaneet paljon. Tulevaisuutta varten minulle onkin syntynyt takataskuun mukava lista nimiä ja yhteystietoja alan asiantuntijoista, mikäli saan jatkaa työssäni syventymistä tämän aiheen sisällä.

Mitä tulee toiminnalliseen osuuteen, eli esitteeseen, tavoitteeni sen suhteen täyttyivät suunnilleen siten kuin olin toivonutkin. Teksti on mielestäni riittävän tiivis ja helppolukuinen, asiateksti on yhteyteen nähden sopivan kevyttä ja haastattelut antavat mukavasti väriä ja käytännön tuntumaa esitteelle. Teoriapitoisuus on pysynyt kohtuullisena, mikä tarkoittaa ainakin oman näkemykseni mukaan käyttäjäystävällisyyttä. Olisin kaivannut ehkä hieman lisää kokemusmateriaalia eläinten kanssa toimivilta eri alojen ammattilaisilta, mutta kesäaikaan tapahtunut koontivaihe hankaloitti ihmisten tavoitettavuutta ja ymmärrettävästi teki sähköpostin kulusta jähmeää. Työn ulkonäköön olisin ehkä voinut panostaa paljon enemmän. Tähän tulokseen ylsin määrääikaan mennessä, mutta saanen olla vielä jatkossakin muokkauksessa mukana, mikäli esite etenee julkaisuun asti.

Kaikkein hankalimpana koin aloittamisvaiheessa vaivanneen epä tietoisuuden. Miten liian puhtaalta pöydältä aletaan kasata toimintaterapeutin opinnäytetyötä? Miten

hyödynnetään pelkästään ulkomaista lähdekirjallisuutta niin että kulttuurillinen soveltuvuus on riittävää? Miten tehdään terapiaesite alpakoista, kun missään ei ole nähtävissä esimerkkiä johon pohjata? Näihin tunnelmiin nähden olo tuntuu nyt urakan lopussa helpottuneelta ja hiukan voittoisaltakin.

Opinnäytetyöhön liittyneen tiedonhaun aikana huomasin puutteita eläinavusteisen työskentelyyn liittyvässä tutkimusmateriaalissa. Jouduin jatkuvasti pohtimaan tutkimustulosten luotettavuutta tai yleistettävyyttä virallisessa mielessä. Eläinavusteinen tutkimuskenttä kaipaa kipeästi standardeja ja yhtenäisyyttä, jotta tuloksia olisi maallikonkin näkökulmasta helpompi tulkita. Perinteinen lääketieteellinen tutkintamalli ei liene kovin helposti sovellettavissa AAT:aan pienen otannan ja verrokkiryhmien saatavuuden vuoksi. Toisaalta rohkaisevia tuloksia on omasta näkökulmasta helppo uskoa, ja mietinkin tarvitseeko tätä aihetta yrittääkään asettaa samalle viivalle tiukka- raamisen lääketieteen kanssa. Miten yleensäkin tutkimusmielessä voitaisiin pilkkoa eläinavusteisesta terapiasta erilleen osa-alueita, jotka kuuluvat siihen erottamattomasti, kuten luontoympäristö tai jopa estetiikka? Voidaanko AAT edes määritellä niin tarkasti että tutkimuskysymykset saataisiin rajattua tieteen tekemisen käytännön mukaiseksi? Tämä kaikki tekee hankalaksi mieltää mikä edes on hyvä tutkimus eläinavusteisesta terapiasta.

Opinnäytetyön tekemisen myötä eettiset kysymykset ovat saaneet suuren roolin ajatuksissani. Alan standardointia tarvitaan myös, jotta negatiivisessa mielessä kirjavista toteutustavoista päästäisiin kaikkien osapuolten kannalta laadukkaaseen palveluntarjontaan. Henkilökohtaisena ehdotuksenani esittäisin tähän tarpeeseen ratkaisuksi yhtä yhteisöä/toimielintä, joka vastaisi kansallisella tasolla koko kentän valvonnasta ja kehittämisestä. Tällä hetkellä vastuu hajautuu sirpaleisesti eri eläinlajien ympärille muodostuneille yhdistyksille. Valvonta- ja kehittämistyö on lisäksi hyvin pitkälti vapaaehtoista. Pienten yhdistysten spesifiä asiantuntemusta tarvitaan ilman muuta, mutta kokoontuminen kansallisen kattojärjestön alle toisi mielestäni alalle vain lisää vakuuttavuutta ja helpottaisi palvelunhankkijan asemaa.

Prosessin aikana keräämäni tieto nostatti itselleni hankalia kysymyksiä, jotka aiheuttivat alkuun suorastaan katumusta sitoutumisesta tähän aiheeseen. Esimerkkinä

mainitsen perinteiset eläinten käsittelyssä tunnetut käytännöt, kuten vaikkapa paikoilleen kahlitseminen tai nuorassa taluttaminen. Täysin tavanomaisia toimintatapoja, jotka kuitenkin vaativat terapeuttia tiedostamaan mitä tällaisten asioiden mallintaminen merkitsee vaikkapa pienelle lapselle? Miten ihmisen kehittyvä ja muokkautuva psyyke tulkitsee ja tallentaa jokaisen toiminnon jonka se näkee ja kokee? Nämä pohdinnat ovat konkretisoineet toiminnan analyysin hallitsemisen tärkeyttä toimintaterapeutille. Huomaan nykyään että totutut toimintamallit voivat kuulua itsensänselvyyksinä vaikkapa nyt omaan, suomalaiseen kulttuuriini. Näin ollen tottumuksia ei välttämättä huomata kyseenalaistaa, vaikka toiminnan analyysin jälkeen voidaan todeta rutiinin itse asiassa vievän terapiaa väärille urille. Tämän myötä silmien aukeaminen ja tiedon lisääntyminen on lisännyt tuskaa samassa suhteessa. Olen ymmärtänyt miten valtava vastuu terapiaa tekevällä ammattilaisella on suhteessa potilaaseensa.

Eläinavusteisuus erityisesti tuo oman lisähaasteensa koska siitä puuttuvat rutiinit ja pomminvarmaksi todetut toimintatavat. Projektin edetessä olenkin ymmärtänyt miten valtavaa tiedontarpeen aluetta olen sohaissut ammatinvalinnallani ja siihen liittyvillä suuntautumisvalinnoilla. Hyväkin tarkoittava terapeutti voi tietämättömyyttään tehdä työssään valintoja jotka myöhemmin osoittautuvat virheellisiksi tai perusteettomiksi. Tämä koskee tietenkin kaikkia terapiametodeja eläinavusteisen työskentelyn lisäksi. Tässä vaiheessa voinkin vain summata, että onneksi nyt hahmotan vähän paremmin edes sen, miten vähän tiedän.

16 LÄHTEET

Animal assisted therapy/activity. 2011. Amerikkalaisen yhdistyksen infisivut. Viitattu 27.1.2011. <http://www.deltasociety.org>

Antony M.; Heimberg R.; Ledley D. 2008. Pysyvä muutos - Kognitiivinen käyttäytymisterapia käytännössä. WS Bookwell Oy. Porvoo. 22-25

Baun, M. M; Oetting, K; Bergstrom, N. 1991. Health benefits of companion animals in relation to the psychologic indices of relaxation. Holistic nursing practice, 5, 16-23.

Barker, S.; Dawson K. 1998. The effects of AAT with hospitalized adolescents. Journal of child and adolescent psychiatric nursing, 10 (1), 17-24

Chandler, C; Portrie-Bethke, T; Minton, A; Fernando, D; O'Callaghan, D. 2010: Matching animal-assisted therapy techniques and intentions with counselling guiding theories. Journal of mental health counselling. Vol 32, no 4, oct 2010, 354-374

Chu C, Liu CY, Sun CT, Lin JJ: The effect of animal-assisted activity on inpatients with schizophrenia. Psychosocial Nurs Ment Health Serv. 2009 Dec;47(12):42-8. Institute of Public Health, Tzu Chi University, Hualien, Taiwan

Cole, M.B; Tufano, R. 2008: Applied theories in occupational therapy – a practical approach. Thorofare, NJ: SLACK incorporated , MOHO 95-100, CBF 149-158

Dunham, A. 2004 The Psychosocial benefits of Animal-Assisted Therapy Saatavissa: <http://www.pdf-txt.com/rtf/physical-therapy.html>

Eläinavusteinen terapia ja työnohjaus.2011. Cavesson -yrityksen infisivut. Viitattu 17.2.2011. <http://www.cavesson.com/exsel/fi>

Fick, K M 1993; The influence of an animal on social interactions of nursing home residents in a group setting. *American Journal of Occupational Therapy (AM J OCCUP THER)*, 1993 Jun; 47(6): 529-34 (22 ref) Database: Academic Search Elite

Jämsä, K.& Manninen, E.:2000. Osaamisen tuotteistaminen sosiaali- ja terveysalalla. Tammi. Helsinki. s. 13-21, 28-30, 56-57, 80-81

Kielhofner, G. 2008 *Model of human occupation: theory and application*. 4th ed. Baltimore (MD): Lippincott Williams & Wilkins.

Kinnunen, A. 2010. Suomenkarjan käyttö terapiaeläimenä, Opinnäytetyö, Jyväskylän amk, Luonnonvara-ala, Maaseutuelinkeinojen koulutusohjelma.

Kruger, Katherine A. & Serpell, James A. 2006. *Animal-Assisted Interventions in Mental Health: Definitions and Theoretical Foundations*. Teoksessa Fine, Aubrey (toim.) *Handbook on Animal-Assisted therapy, theoretical foundations and guidelines for practice*. San Diego: Academic Press, 21-38.

Law, M; Polatajko, H; Baptiste, S; Townsend, E. 2002. *Core Concepts of Occupational therapy*. Teoksessa Townsend, Elizabeth (toim.) *Enabling Occupation: An Occupational Therapy Perspective*. Uudistettu painos. Ottawa: CAOT Publications ACE. 29-56.

Louhi-Lehtiö, M, (FM, AO, työnohjaaja, EASEL-ohjaajakouluttaja, ratsastuksen opettaja), 2010; *Eläin työparina; Luentomateriaali ja -muistiinpanot*, 29.11.2010, Vihti. Järjestäjänä oy Cavesson adt.

Mallon, Gerald P.; Ross, Samuel B.; Klee, Steve & Ross, Lisa 2006. *Designing and Implementing Animal-Assisted Therapy Programs in Health and Mental Health Organizations*. Teoksessa Fine, Aubrey (toim.) *Handbook on Animal-Assisted therapy, theoretical foundations and guidelines for practice*. San Diego: Academic Press, 149- 163

Miller, J; Ingram, L. 2000. Perioperative nursing and animal assisted therapy. Association of operating room nurses journal, 72, 477-483

Pavlidis, M. 2008, Animal-Assisted Interventions for Individuals with Autism. Jessica Kingsley Publishers. Sähköinen kirja saatavissa:
<http://site.ebrary.com.ezproxy.jamk.fi:2048/lib/jypoly/Doc?id=10396024>

Poikkeus, K.M. 1995. Lasten toverisuhteet ja sosiaaliset taidot. Teoksessa Lyytinen P.; Korkiakangas, M; Lyytinen, H. (toim.) Näkökulmia Kehityopsykologiaan – kehitys kontekstissaan. (ss.122-132) Porvoo. WSOY

Rosenkoetter, M.M. 1991. Health promotion: The influence of pets on life patterns in the home. Holistic nursing practice, 5, 42-51

Sams, M.J; Fortney,E.; Willenbring S: Occupational Therapy Incorporating Animals for Children With Autism: A Pilot Investigation. American Journal of Occupational Therapy May/June 2006 vol. 60 no. 3 268-274

Sallander, M.; Wrangé, C. 2005. Sällskapsdjurens effekter på människa och samhälle. Teoksessa manimalisrapporten 2005, 6-19. Saatavissa:
<http://www.manimalis.se/uploads/manimalisrapporten-2005-2.pdf>.

Serpell, James A. 2006. Animal-Assisted Interventions in Historical Perspective. Teoksessa Fine, Aubrey (toim.) Handbook on Animal-Assisted therapy, theoretical foundations and guidelines for practice. San Diego: Academic Press, 3-20.

Schön, R. (2000) Psychological Effects of an Animal-Assisted Therapy Program on Children and Youth with Special Needs: Examination of the Companionable Zoo *Method*. Masters Thesis in Psychology, University of Helsinki.

Soini, Katriina. n.d.: Green care - Suomenlehmät terapeutteina ja kasvattajina Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus, Jyväskylän yliopisto, yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos. Viitattu 21.2.2011.

<http://www.virtuaali.info/opetusmaatilat/21/file/kyytt%C3%B6workshopt%20ilman%20kuvia%20%5BYhteensopivuustila%5D.pdf>

Terapia-alkakat ja –laamat. 2011. Suomen terapia-alkakka- ja laama –yhdistyksen www-sivut. Viitattu 16.2.2011. <http://www.alat.fi/>

Townsend, E; Stanton, S; Law, M.(toim.) 1997. Enabling occupation: An occupational therapy perspective. CAOT Publications ACE. Ottawa, Ontario.

Townsend, E. & Polatajko, H. 2007. Enabling Occupation 2: Advancing an occupational therapy vision for health, well-being, & justice through occupation. Ottawa: CAOT publications ACE.

Trotter, K; Chandler, C; Goodwin-Bond, D; Casey, J 2008: A Comparative Study of the Efficacy of Group Equine Assisted Counseling With At-Risk Children and Adolescents.

Velde, B P; Cipriani, J; Fisher, G. 2005 : Resident and therapist views of animal-assisted therapy: Implications for occupational therapy practice. East Carolina university, North Carolina and Department of Occupational Therapy, Dallas, USA. Australian Occupational therapy Journal (2005) 52, 43-50

Viialainen, R. 2004. Eläinavusteinen terapia ottaa ensi askeleitaan Suomessa. Dialogi, 6/2004. Viitattu 22.2.2011 <http://dialogi.stakes.fi/NR/rdonlyres/0A583040-9AA4-4CF6-817E-89DFEE6005CD/0/dialogi20046.pdf>

Witt,C. 2002. Animal-assisted therapy: An investigative study to define what it is, address its benefits, and describe the role of the occupational therapist in its use. Unpublished study. Greenville, NC: East Carolina university. Artikkelissa Velde ym. 2005 : Resident and therapist views of animal-assisted therapy: Implications for occupational therapy practice. Australian Occupational therapy Journal (2005) 52, 43-50

What is AAT? 2011. Lead The Way –järjestön infisivut, Australialainen tietopaketti eläinavusteisesta terapiasta. Viitattu 9.2.2011.

<http://ltw.com.au/whatisaat.php#cat02>

17 LIITE

17.1 Liite 1. Esitteen tekstisisältö

Laamat, alpakat ja eläinavusteinen terapia

SISÄLLYS

JOHDANTO

ALAT RY

LAAMA JA ALPAKKA

Eläimen historiaa ja saapuminen Suomeen

Käytännön hoidosta

LAAMA TAI ALPAKKA TERAPIAELÄIMENÄ?

Käytännön kokemuksia

YLEISTÄ ELÄINAVUSTEISESTA TYÖSKENTELYSTÄ

Keskeiset käsitteet

ELÄINAVUSTEINEN TOIMINTA (AAA) LAAMOJEN JA

ALPAKOITTEN AVULLA

ELÄINAVUSTEINEN TERAPIA (AAT)

LAAMAT, ALPAKAT JA AAT

TERAPEUTTI JA ELÄINTYÖPARI

TERAPIAELÄIMEN HYVINVOINTI

MILLOIN AAT SAATTAA OLLA HUONO RATKAISU?

LOPUKSI

LÄHTEET

JOHDANTO

Alpakat ja laamat ovat suomalaisessa miljöössä vielä melko harvinainen näky. Niihin paremmin tutustumaan päässeet ihmiset ovat kuitenkin lähes poikkeuksetta ihastuneet tähän kiinnostavaan eläinlajiin, joka ei ihan läheisesti ulkonäkö- tai käyttäytymisominaisuuksiltaan muistuta yhtäkään tutummista kotieläimistämme. Ihmisiin tottunut laama tai alpaka on parhaimmillaan seurallinen ja viehättäväkäyttöksinen eläin, jota aremmankin ihmisen voi olla helppo lähestyä. Lisäksi se on ulkoiselta olemukseltaan kaunis ja melko humoristisenkin näköinen.

Eläinten terapeuttinen arvo ihmiselle on tunnettu jo pitkään. Onkin ihan luonnollista että nämä kiehtovat pienet kamelieläimet ovat herättäneet eläinavusteisesta työskentelystä kiinnostuneiden ammattilaisten ja vapaaehtoistyöntekijöiden huomion. Suomeen on lajin ympärille harvinaisuudestaan huolimatta jo ehtinyt muodostua v. 2007 perustettu Terapia-alkamat ja -laamat ry. Yhdistys haluaa toiminnallaan edistää eläinten käytön mahdollisuuksia hoito- ja terapiatyössä. Kädessäsi oleva opas on syntynyt toimintaterapian opinnäytetyönä yhteistyössä yhdistyksen kanssa. Opinnäytetyö on kokonaisuudessaan luettavissa Jyväskylän ammattikorkeakoulun verkkojulkaisuna.

Tarkoituksena on ollut tuottaa tiivis, käytännönläheinen perusopas terapeuteille ja muille ammattilaisille, jotka ovat kiinnostuneita eläinavusteisesta ohjaus- ja terapiatyöstä. Oppaassa esitellään lyhyesti eläinavusteisen terapian ja -toiminnan peruseriaatteen yleisellä tasolla. Tarkennetumpaa huomiota kiinnitetään alpakoihin ja laamoihin alkaen eläinten lajiominaisuuksista ja tyypillisestä käyttäytymisestä. Eläinten ominaisuuksia käsitellään nimenomaan terapiaeläimeksi soveltumisen näkökulmasta.

Lähteinä on käytetty ulkomaisen kirjallisuuden lisäksi suomalaisten kasvattajien kokemuksia ja havaintoja, toimintaterapeuttien ja eläinten ohjaajien kokemuksia, sekä terveystalveluiden asiakkaiden kommentteja aiheesta.

ALAT RY

Suomessa toimiva Terapia-alkakat ja -laamat ry on perustettu vuonna 2007. Yhdistyksen tarkoituksena on edistää eläinavusteisen työskentelyn mahdollisuuksia hoitotyössä, sekä kehittää suuntaviivat erityisryhmille annettavasta tukitoiminnasta ja terapiasta, jossa käytetään apuna alpakoita ja laamoja.

Tarkoituksensa toteuttamiseksi yhdistys kerää tietoja ja pitää yhteyttä vastaaviin toimijoihin muissa maissa. Yhdistys on kehittänyt laamoille ja alpakoille soveltuvan koulutus- ja luokitusjärjestelmän, ja lisäksi kehittää ja ylläpitää terapeuteille ja eläinten ohjaajille normistoa, jonka avulla varmistetaan alpaka- ja laama-avusteisen terapian ja -toiminnan ammattimaisuus

Lisätietoa: www.alat.fi

LAAMA JA ALPAKKA

Eläimen historiaa ja saapuminen Suomeen

Alpakat ja laamat ovat vielä uusia kotieläimiä Suomessa mutta ne ovat kuitenkin eräitä ihmiskunnan vanhimpia kotieläimiä. Alpakka ja laama eivät oikeastaan ikinä ole olleet villieläimiä; alpakan villi kantamuoto on *vikunja* ja laaman *guanako*, joista Etelä-Amerikan alkuperäiskansat jo ennen Inkojen aikakautta jalostivat villantuotantoon alpakan ja juhdaksi laaman. Laama ja alpakka ovat lajeina hyvin läheistä sukua toisilleen: Niitä voidaan kutsua suomen kielessä yhteisnimityksellä kamelidi tai laamaeläin. Laama ja alpakka pystyvät risteytymään keskenään, ja niitä on risteytettykin eri käyttötarkoituksiin ja tietenkin myös vahingossa.

Aikuista kamelidiurosta kutsutaan orhiksi, naarasta emäksi ja poikasta vasaksi, joskus myös karitsaksi. Muissa kielissä käytetään yleensä samoja nimityksiä kuin hevosilla. Suomeen näitä eläimiä on tuotu Ruotsista, Keski-Euroopasta ja Chilestä ja ne ovat löytäneet paikkansa maatilamatkailuyrityksistä, maisemanhoidollisista tehtävistä tai yksinkertaisesti lemmikkeinä. Suomessa on tällä hetkellä arviolta 450 alpakkaa ja laamaa. Eläimiä on yli kahtakymmentä eri

väriä: Valkoisesta mustaan, ruskean eri sävyjä, harmaita ja kirjavia. Kamelidit elävät parhaimmillaan yli 20 -vuotiaiksi.

Sekä laama että alpakka ovat hiljaisia ja lempeitä eläimiä. Alpakka on luonteeltaan rauhallisempi, riippumattomampi ja itsenäisempi, laama aktiivisempi, kontaktinhakuisempi ja seurallisempi. Molemmat oppivat tavalliset hoitotoimenpiteet, kuten keritsemisen, autoon lastaamisen ja riimussa kauniisti kulkemisen. Ne oppivat tuntemaan nimensä ja luottavat tuttuun hoitajaan. Siisteys on yksi alpakoitten ja laamojen ihmistä miellyttävä ominaisuus: Ne eivät suinkaan tee tarpeitaan minne sattuu, kuten monet muut kotieläimet, vaan perustavat yhteen kohtaan vessapaikan, jossa koko lauma käy asioimassa.

Sylkemisestään kuuluisat laamaeläimet syyllistyvät moiseen vain tuntiessaan olonsa ahdistelluksi tai kinastellessaan keskenään ruuasta. Useimmiten erimielisyydet ratkaistaan kaulapainilla tai jopa kipakalla potkulla ja näykkäisyllä hevosmaiseen tapaan. Laama tai alpakka on yleensä ottaen väärin kasvatettu tai kokenut jotain ikävää, jos se sylkee tahallaan päin ihmistä.

Kamelieläimiltä puuttuu luontainen miellyttämisen halu, ne osallistuvat ihmisen keksimään puuhaan jos se on niistä mukavaa. Jos tehtävä ei miellytä, ne laittavat maate. Luonne muistuttaa pikemmin kissaa kuin koiraa. Monilla yksilöillä on kuitenkin tekemisen ja vaihtelun halu sekä utelias luonne, joten on lähinnä kouluttajan kekseliäisyydestä kiinni miten paljon ne oppivat. Eläimen pitkä historia ihmisen kotieläimenä on muokannut siitä nokkelan ja helposti oppivan. Alpakoiden ja laamojen kanssa harrastetaan koirien agilityn tapaista tehtäväkilpaa, vaelluksia kantosatulaan pakatun kuorman kanssa, näyttelyitä ja vaikkapa kävelylenkkejä. Laaman ja vahvan alpakan selässä kulkevat vaelluksella tarvittavat pakkaukset. Kamelieläimet ovat siistejä ja hiljaisia luonnossa kulkijoita, pehmeät anturat jalkapohjissa eivät kuluta reittejä. Agility on hyvä mahdollisuus testata eläimen luonnetta ja hermorakennetta: Millaista sen käyttäytyminen on vieraassa paikassa, antaako se ihmisten kosketella, hermostuuko se ympäröivästä säpinästä vai säilyttääkö malttinsa? Kasvattaja saa näin tietoa omien eläintensä luonteesta ja paineensietokyvystä esimerkiksi jalostamista silmälläpitäen. Luonne periytyy ja vasa ottaa mallia emän käyttäytymisestä.

ALPAKKA

Alpakka painaa 60-80 kg. Säkäkorkeus on 80-100 cm mutta pitkän kaulansa ansiosta se yltää katselemaan ihmistä suoraan silmiin. Vasan syntymäpaino on n. 6-8 kg. Alpakka ei juurikaan pidä meteliä, se äänтелеe ynisemällä. Harvinaisempi varoitusääni on korkeaa, erikoisen lintumaista "sirkutusta". Villaa alpakka tuottaa n. 2-4 kg vuodessa ja se on miellyttävien käyttöominaisuuksiensa vuoksi käsi-työharrastajien suosiossa. Eteläamerikkalaisen halpatuontivillan rinnalla suomalainen villantuotanto on kuitenkin pysynyt lähinnä harrastelijamaisena.

LAAMA

Laama on perinteisesti kantojuhta. Se pystyy kantamaan jopa 40 kg taakan ja on hyvinkin varmajalkainen kulkija. Kooltaan laama on selvästi alpakkaa suurempi. Laaman säkäkorkeus on 120-130 cm, paino 90-160 kg, mutta oikein suuret urokset voivat painaa jopa 250 kg. Pitkän kaulansa ja ylvään ryhtinsä ansiosta se antaa vaikutelman melkein pä hevososen kokoisesta eläimestä. Olemukseltaan laama on lihaksikkaampi kuin pörröinen alpakka. Suuren kokonsa ja vahvan runkonsa takia laama on ehdottomasti koulutettava ainakin kulkemaan riimussa ja hyväksymään tavanomaiset hoitotoimet. Väärin käsitelty ja -ymmärretty laama voi olla todella ongelmallinen. Jos laama on vasasta asti oikein kasvatettu, se on yhteistyöhaluinen ja rauhallinen seura- ja harrastuseläin, josta lisätuna saa vielä pehmeää ja lämmintä villaakin. Maailmalla laamoja on keksitty käyttää jopa lammaslaumojen vahteina ja vetämään pieniä ajorattaita.

Käytännön hoidosta

Kamelieläimet tarvitsevat toistensa seuraa: Niitä pitää hankkia mieluiten ainakin kolme eläintä, jotta muodostuu pieni lauma. Hiukan yksilöistä riippuen alpakat ja laamat tulevat toimeen myös keskenään, mutta muiden eläinlajien seura ei riitä. Tallin on oltava pahinten pakkasten tullessa lämmitettävä, sillä kamelidit eivät alkuperänsä vuoksi kestä pitkäaikaista altistusta Suomen karuimmille pakkasasteille. Kuivikkeena käytetään olkea. Tallista pitäisi kovia pakkasausia lukuun ottamatta olla vapaa kulku ulos tarhaan, jonka

aitakorkeus on 120-140 cm riippuen ovatko kyseessä alpakat vai laamat. Niiden kaulaa täytyy varjella tarkoituksenmukaisilla aitarakenteilla, sillä nämä eläimet tunkevat uteliaisuuttaan päänsä milloin mihinkin rakoseen. Tarhan koko on vähintään 1000 neliometriä/2 eläintä ja aina 100 neliötä lisää/ 1 uusi eläin

Kamelidit syövät hyvälaatuista kuivaa heinää, kauraa, poron pellettejä tai valmista alpakkarehua. Porkkanaa voi tarjota herkkuna ja lisärehuna, kesällä ruokavalioon kuuluu tuore ruoho. Myös lisävitamiineja, kivennäisiä ja hivenaineita tarvitaan. Laamat ja alpakat ovat verrattain vaatimattomia ja vähällä toimeen tulevia kotieläimiä, joten ruokinta on edullista ja yksinkertaista.

Kamelieläimet ovat melko terveitä ja eläinlääkärikulut pysyvät normaalisti kohtuullisina. Eläin tarvitsee hampaiden tarkistusta ja joskus niiden lyhennystä sekä säännöllistä loishäätöä. Lisäksi turkki täytyy keritä vähintään kerran vuodessa. Sorkkien lyhennystarve vaihtelee paljon eri yksilöiden välillä. Eläimet täytyy tarkistaa huolella säännöllisesti, jotta paksunkin villan alta huomataan ajoissa mahdolliset ihovauriot, haavat ja takut. Lauman yleistä olemusta ja erikoista käyttäytymistä kannattaa myös pitää silmällä

LISÄÄ ALPAKAN JA LAAMAN HOIDOSTA JA KASVATUKSESTA:

Sirkkola, Heikki & Kivikari, Pirkko: Alpakka - Kasvattajan käsikirja (liitteenä CD-rom)

www.alpakkatuote.fi (Suomen alpakkatuote järjestää mm. kursseja alpakoiden ja laamojen kasvattamisesta, sekä leikkimielisiä Sylky-Cup kilpailuja.)

www.vetele.com

www.ylitalonalpakat.fi

www.laama.fi

www.alpaca.fi

LAAMA TAI ALPAKKA TERAPIAELÄIMENÄ?

Terapia-alkakat ja -laamat ry on kehittänyt terapeuttisessa työssä käytettäville laamaeläimille sertifikaatin, jonka eläin saa läpäisemällä soveltuvuustestin. Terapiaan ja eläinavusteiseen toimintaan käytettävät eläimet testataan, jotta tilaisuuksista voidaan saada tarkoituksenmukaisia ja turvallisia. Eläimen testaus suunnitellaan yksilöllisesti mutta sen pitää sisältää tiettyjä tapahtumia. Eläimellä on oltava ohjaaja, joka tuntee sen luonteenpiirteet ja pystyy terapeutin tai toiminnan järjestäjän kanssa valitsemaan sopivan eläimen kyseiseen tapahtumaan.

ALAT – testissä eläimestä selvitetään mm. sen yhteistyöhalukkuus tavanomaisissa käsittelytilanteissa, kuten riimussa seuraaminen, koskettelu sietäminen ja autoon lastaaminen. Terapiaeläimen luonteeseen täytyy kuulua rauhallinen suhtautuminen vieraisiin paikkoihin, ihmisjoukkoihin, ääniin ja muihin eläimiin, etenkin koiriin. Koulutustasoa testissä arvioidaan esteradalla, johon kuuluu esimerkiksi pujottelua, hyppyjä ja tunnelin läpi uskaltautuminen. Sertifikaatin saaminen edellyttää myös eläimen fyysisen terveyden ylläpitoa ja säännöllistä valvontaa. Yhdistys kouluttaa myös terapiaeläinten ohjaajia, tästä kerrotaan lisää edempänä.

Käytännön kokemuksia

ALAT ry:n perustajajäsen Pirkko Kivikari on kerännyt terapia-alkakoitten ohjaamisesta kokemuksia useiden vuosien ajalta ja kertoo eläimiä koskevista havainnoistaan terapeuttisen toiminnan yhteydessä: "Uteliaisuus ajaa laamaa eteenpäin ja kokeilemaan uusia asioita, vaikka se aluksi olisi epävarmakin. Alpakka on enemmän kiinnostunut oman laumansa sisällä tapahtuvasta, laama myös lauman ulkopuolella tapahtuvasta, hiukan koiramaiseen tapaan. Molemmat eläimet toimivat esim. terapiatilanteissa hyvin niin kauan kun niillä itsellään on kivaa. Muuten ne saattavat käydä vaikka makaamaan kesken työn. Kouluttajan ja ohjaajan homma on siis ennen kaikkea motivoida eläin. Ohjaajan tai kasvattajan täytyy olla valmis sijoittamaan runsaasti aikaa seurusteluun eläinten kanssa. Mikäli tavoitteena on mukava harrastuskaveri tai jopa terapiaeläin, täytyy ihmisen saapumisen talliin olla eläimen mielestä normaalia, kivaa ja

tietää hyvää eikä vain jotakin ikävää ja pakollista hoitotoimenpidettä.”

Ohjaajan kokemusten mukaan alpakka tai laama jaksaa terapiatilanteessa olla yleensä puolisen tuntia aktiivinen, riippuen yksittäisen tilanteen kuormittavuudesta ja eläinyksilöstä. ”Ulla-laama jaksaa olla vanhainkodilla siliteltävänä pitkäänkin, jopa tunnin tai pari, mutta hällisevä ja eläimen reviirille tunkeva lapsilauma koulun pihalla onkin sitten rankempi kokemus.”

Etenkin laama on Kivikarin havaintojen mukaan selvästi kiinnostunut ihmiskontakteista, jos eläin on vasasta asti tottunut siihen, että ihmiset ovat mukavia. ”Seurasin kesäkahvilan pihalla kahden alpakkan ja yhden laaman käyttäytymistä vierailijoiden kanssa. Alpakat keskittyivät hamuamaan tarjolla olevia voikukan lehtiä lasten käsistä, laama yritti ensin tervehtiä ihmisiä nuuhkimalla näiden kasvoja ja oli selvästi innostuneempi kontaktin saamisesta kuin syömisestä.”

Yksi hyvä esimerkki terapiaeläimen luonteesta on kamelieläimen uteliaisuudesta kumpuava sietokyky jopa lievää epämukavuutta kohtaan: ”Alpakka ja varsinkin laama antaa helposti anteeksi, edellyttäen että niillä on perusluottamus ihmiseen ja pääsääntöisesti hyviä kokemuksia ihmisistä. Esimerkiksi eläinlääkärikäynnin yhteydessä eläintä voi olla pakko pitää aloillaan. Kun sitten seuraavalle potilaalle aletaan antaa pistosta, edellinen ’uhri’ tunkee ihan lähelle katsomaan toimitusta eikä lähde tilanteesta pois, kuten moni koira tai hevonen tekisi. Tämä antaa mahdollisuuden ottaa terapiaasiakkaankin kanssa uusiksi. Esimerkiksi ylivilkas lapsi voi lähestyä eläintä äänekkäästi ja huitoen, jonka seurauksena eläin lähtee tilanteesta pois. Hetken kuluttua se saattaa jo tullakin takaisin ja lapsi saa uuden mahdollisuuden onnistuneeseen kontaktiin. Alpakka, ja laama varsinkaan ei muistele pahalla”.

Yhdistyksen toimintaterapeutti, ”Ylitalon talliterapeutti” Joyce Collin kertoo oman näkemyksensä laamaeläimen ominaisuuksista terapiayhteyksissä: ”Terapiaeläimeksi koulutetut alpakat ja laamat ovat ihmisrakkaita ja sosiaalisia eläimiä. Ne ottavat spontaanisti kontaktia ihmiseen esimerkiksi elein tai katseella, ja niillä on hyvin vahva ryhmätietoisuus jonka aistii heti kun pääsee osaksi laumaa. Lauma ottaa vieraan yleensä aina hyväksyvästi vastaan. Alpakalla tai laamalla ei voi ratsastaa, mutta niiden kanssa voi olla. Ne ovat rauhallisia ja jo lauman seuraaminen saa ihmisessäkin aikaan rauhoittumista. Laumassa on todella voimakas positiivinen lataus. Alpakat ja

laamat ovat hyvin uteliaita ja kiinnostuneita ihmisistä, mutta eivät kuitenkaan tunge väkisin ihmisen reviirille. En ole minkään muun tämän kokoisen eläimen kanssa kokenut sellaista turvallisuuden olo-tilaa ollessani samassa aitauksessa tai tallissa. Voi kääntää rauhassa selkensä, touhuta omiaan ja jopa unohtaa, että lähistöllä on isoja eläimiä.”

Alpakkakasvattajakin kertoo laamaeläinten laumakäyttäytymisestä inhimillisellä tasolla kiinnostavan piirteen: ”Alpakoilla on viehättävä laumansisäinen kummisysteemi: Kun vasa syntyy, valitsee sen emä lauman hierarkiassa yhtä ylempänä olevan eläimen lapsensa kummiksi ja kummi huolehtii poikasesta aina emän ollessa syömässä tai jossain kauempana. Eikä kummiudesta voi kieltäytyä!”

YLEISTÄ ELÄINAVUSTEISESTA TYÖSKENTE- LYSTÄ

Eläimen ja ihmisen välistä vuorovaikutusta alettiin tutkia 1980-luvulla. Tätä tutkimuskenttää kutsutaan nimellä *antrozologia*. Jo varhaisissa tutkimuksissa ihmisten ja lemmikkieläinten välillä havaittiin vahva psykologinen ja emotionaalinen kiintymys, jota alettiin kutsua termillä *human-animal bond*. Antrozologinen tutkimus dokumentoi aikanaan seuraeläinten positiivisen vaikutuksen terapeutin ja asiakkaan välisen suhteen kehittymiseen sekä kuntoutujien motivaatioon. Sittemmin terveydenhuollossa kiinnostuttiin myös asiakkaan ja eläimen välisen vuorovaikutuksen emotionaalisesta puolesta terapeuttisissa tilanteissa.

Termien laaja kirjo vaikeuttaa tiedonhakua eläinavusteisen terapian käytöstä ja tutkimuksesta. Määritelmät ja standardit ovat vielä jonkin verran hajallaan: Esimerkiksi termi ”lemmikkiterapia” nousee esiin tiedon etsimisen yhteydessä melko usein. Sitä mukaa kun eläinten suosio on noussut terveydenhuollon ja kasvatuksen aloilla, ammattilaisten keskuudessa on herännyt tarve määrittää ja yhtenäistää eläinten avulla tarjottavaa terapeutista toimintaa. 1990-luvulla kehitettiin ensimmäiset kokonaisvaltaiset käytännön normit kyseiselle tutkimuskentälle.

Eläinavusteisen terapian ja toiminnan ympärille muotoutuneet yhteisöt tekevät työtä selkeyttääkseen alan käsitteitä ja standardeja tehdäkseen eläinavusteisesta metodista ammattimaista ja tieteellisesti

perusteltua työvälinettä. Yhdysvaltalainen Delta Society (perustettu v. 1977) on yksi suurimmista organisaatioista, joka on vastuussa alan määritelmistä. Lisäksi organisaatio tukee ja edistää termien ja standardien yhdenmukaistamista. Tänä päivänä tutkimuskenttä suosiikin eläinavusteisten työskentelymuotojen pohjana Delta Societyn maailmanlaajuisesti käytössä olevia määritelmiä, jotka esitellään edempänä.

Miksi standardeja tarvitaan eläinavusteiseen terapiaan?

- Asiakkailla on oikeus odottaa laadukkaita ja vaikuttavia palveluja.
- Ostajien täytyy voida arvioida ostopalvelujen laatua.
- Palveluiden tarjoajat hyötyvät yhdenmukaisesta ohjauksesta, uudet palveluntarjoajat tarvitsevat tietoa heihin kohdistuvista odotuksista.
- Eläimillä on oikeus odottaa työparikseen osaavia ja turvallisia ammattilaisia. Eettisten sääntöjen täytyy suojella myös eläimiä.
- Vaikuttavuustutkimukset tarvitsevat yhdenmukaisia elementtejä ollakseen vakuuttavia.
- Ohjaajakoulutukset kehittyvät tavoitteiden myötä.
- Eläinavusteiset terapiamuodot kehittyvät ja saavat uskottavuutta.

Keskeiset käsitteet

Animal Assisted Interventions

jakautuu kahteen alakäsitteeseen:

Eläinavusteinen toiminta

Animal-assisted activity

AAA

Voi olla motivoivaa, kasvatuksellista, terapeuttista tai koulutuksellista, ihmisen hyvinvointia edistävää toimintaa. Toiminta ei ole tavoitteellista ja sen on tarkoitus pohjautua spontaanisuuteen.

Eläinavusteisen toiminnan ohjaajana voi olla ammattilainen tai asiaan perehdytetty vapaaehtoistyöntekijä. AAA -eläimen tulee olla ominaisuuksiltaan tehäväänsä soveltuva.

Eläinavusteinen terapia

Animal-assisted therapy

AAT

Määritellään *tavoitteelliseksi toiminnaksi*, jossa eläin on osa hoitoprosessia. Toiminnassa keskeistä ovat selkeät päämäärät, yksilö/tilannekohtaiset tavoitteet, sekä edistymisen seuranta.

Eläinavusteista terapiaa ohjaa sosiaali- ja terveysalan ammattilainen. AAT:n tarkoitus on ihmisen fyysisen, sosiaalisen, emotionaalisen tai kognitiivisen hyvinvoinnin edistäminen. AAT voi olla luonteeltaan yksilö- tai ryhmäterapiaa. Terapiaprosessi tulee dokumentoida ja arvioida.

ELÄINAVUSTEINEN TOIMINTA (AAA) LAAMOJEN JA ALPAKOITTEN AVULLA

Kuvitteellinen esimerkki laama/alkakka-avusteisesta toiminnasta:

- ALAT-ohjaajakoulutuksen käynyt alpakanomistaja vie tehtävään soveltuvan eläinyksilön vierailulle pitkäaikaissairaiden vuodeosastolle. Ohjaajalla ei ole hoitosuhdetta potilaisiin. Henkilökunta on sitoutunut toimintaan, mutta ei ole asettanut mitään hoidollisia tavoitteita toiminnalle. Potilaat seurustelevat alpakan kanssa ryhmänä ja henkilökunta avustaa potilaita tarvittaessa. Käynnit merkitään muistiin, mutta potilaskohtaista kirjausta ei tehdä.

ALAT -yhdistys järjestää koulutusta terapiaeläimen ohjaustyöstä kiinnostuneille alpakkasvattajille ja -harrastajille. Tarkoitus on, että ohjaajina toimii kokeneita alpakoiden ja laamojen kasvattajia, jotka pystyvät turvallisesti käsittelemään eläimiään. Pääsääntöisesti ohjaajana voi toimia vain omalle eläimelleen, joka on hyväksytty terapiaeläimeksi ja jonka ohjaaja tuntee erittäin hyvin. Koulutusohjelmassa käydään läpi mm. terapiaeläimen kouluttamiseen liittyviä taitoja ja velvollisuuksia sekä terapiatilanteista saadun palautteen analysointia ja hyödyntämistä.

ALAT-ohjaaja

- Vastaa eläimestä terapiatilanteessa
- Tuntee alpakoiden ja laamojen käyttäytymisen yleisesti
- Osaa arvioida yksittäisen eläimen soveltuvuuden eri terapiatilanteisiin
- On kokenut kasvattaja ja osaa kouluttaa eläintä haluttuun suuntaan
- Sitoutuu vaitiolovelvollisuuteen
- On sosiaalinen ja yhteistyökykyinen
- Sitoutuu ALAT-säännöstöön ja on saanut valtuutuksen yhdistyksen määrittämällä tavalla
- Arvioi ja raportoi koulutustilanteet

- Kasvattaa eläimiään lajinmukaiset vaatimukset huomioonottaen
- Vastaa eläimen terveydentilasta

Käytännön kokemuksia eläinavusteisesta toiminnasta alpakoiden ja laamojen kanssa:

Toimintaterapeutti Joyce Collin kertoo eräästä vanhainkotivierailusta, joka tehtiin ALAT-yhdistyksen sertifioimien terapiaeläinten kanssa: "Tilanteeseen osallistui kaksi alpakkaa ja yksi laama. Ulla-Laama oli aikaisemmasta vierailustaan tuttu osalle asukaista. Eläimet käyttäytyivät alusta asti tosi hienosti. Asukkaat olivat kokoontuneet yhdessä henkilökunnan kanssa saliin ympyränmuotoon. Osalla oli varattuna herkkupaloja kovasti odotetulle Ulla-laamalle. Kun Ulla saapui talutettuna paikalle, huutelivat asukkaat jo Ullan nimeä. Paikalla oli omatoimisesti liikkuvia asiakkaita sekä osittain tai täysin avustettavia vanhuksia. Yksi asukkaista lohdutteli Ullaa: 'Voi, ei sinun tarvitse pelätä ollenkaan.' Jokainen oli kunnosta riippumatta selvästi kiinnostunut vierailusta. Hoitohenkilökunta huolehti, että kaikki hakkaat saivat tervehtiä vierailijoita.

Salin nurkassa istui ryhmä naisia, jotka halusivat vain katsella ilman lähempää kosketusta. Sängyssä oleva muistisairas nainen sai katsekontaktin alpakkaan ja kommunikoi eläimen kanssa, ojensi kättään kohti. Osa halusi kosketella ja syöttää vierailijoita itse, osa tahtoi eläimen koskevan itseään. Laaman "suukko" on kevyt ja kutittaa kivasti. Asukas, jolla vain oikea yläraaja toimintakykyinen ja sekin autettavissa, halusi useaan kertaan silittää ja toivoi kontaktia laaman kanssa. Tunnelma oli hyvin kollektiivinen ja eläimet olivat vahva yhdistävä tekijä. Jokainen sai osallistua omalla tavallaan ryhmätoimintaan, alpakoiden ja laaman ollessa selvästi osa tuota ryhmää. Osalla vanhuksista on kyseisistä eläimistä valokuvia, joita vierailujen jälkeen katsellaan ja muistellaan kontaktia eläinten kanssa."

Toisen tyyppistä tilannetta edustaa eläinten vierailu ulkoilmatapah-tumassa, jossa alpakoihin ja laamaan saivat tutustua eri ikäiset lapset. Terapeutti kertoo tapahtumasta: "Nuorin lapsista oli vasta puolitoistavuotias ja yleensä ujo ja äidin helmoiin piiloutuva lapsi, joka ei ota kontaktia muihin kuin perheenjäseniin. Tämän pikkulapsen yhteys erityisesti isoimpaan laamaan oli niin vaikuttava, että lapsen isäkin oli aivan ihmeissään. Lapsi seiso i laaman vieressä tiiviisti,

hikhui ja kommunikoi laaman kanssa eikä olisi suostunut lähtemään pois. Myös ujo 6 -vuotias poika sai kontaktin pienempään alpakkaan ja tuon kontaktin oton kautta lähestyi myös muita aikuisia. Pojan tausta on traumaattinen, joten avautuminen ja kontaktin haku oli hänen kohdallaan erityisen merkityksellinen ja yllättävä. Eläinkontaktin havaittiin myös vaikuttavan aran ja pikkuvanhan tytön käytökseen. Lapsi pehmentyi, muuttui hieman enemmän oman ikäisekseen ja toisaalta haastoi pelkonsa ottamalla fyysistä kontaktia isoon eläimeen.

Paikalla olleet aikuiset kokivat hetyymisen tunteita, iloisuutta ja kiinnostusta. Tilanne nostatti esiin myös huumoria. Muutamaa vanhempaa naista jännitti outojen eläinten läsnäolo, joten heille suotiin mahdollisuus pysytellä etäämpänä.”

ELÄINAVUSTEINEN TERAPIA (AAT)

AAT on työmenetelmä, jota käyttävät eri alojen terapeutit. Terapiaeeläimiä voidaan sisällyttää psykoterapiaan, fysioterapiaan, toimintaterapiaan tai puheterapiaan. Niinpä sitä on käytetty eri ammattikuntien erilaisista viitekehyksistä käsin hyvin erilaisiin tarkoituksiin ja vaihtelevin tavoittein. Oleellista AAT:n suunnittelussa on tehdä analyysia toimintavaihtoehtojen yksityiskohdista ja sitä myöten tavoitteiden kautta valita sopiva eläinavusteinen toiminta terapiainterventioon. Terapiaa ohjaavia viitekehyksiä voidaan lähestyä esimerkiksi ottamalla mallista tai useammasta eri mallista asiakasyksilöä koskevat osa-alueet ja sisällyttää eläinavusteiset menetelmät siihen. Koska AAT voi sisältää elementtejä ihmisen fyysisestä, psyykkisestä, sosiaalisesta ja kognitiivisesta toimintakyvystä, useimmat terapiaviitekehukset ovat sovellettavissa ainakin osin eläinavusteiseen muotoon. AAT:aan perehtynyt terapeutti voi siis sijoittaa eläimen terapeutin roolin haluamaansa osa-alueeseen viitekehysten sisällä.

Toistaiseksi eläinten terapeutin arvo saa vielä vähän tunnustusta ja tutkimusrahoitusta lääketieteen piirissä. Aiheesta on julkaistu Suomessa hyvin niukasti materiaalia; suuri osa tutkimuksista ja kirjallisuudesta on peräisin Yhdysvalloista. Terapeutin näkökulmasta on tärkeää ymmärtää AAT:n olevan edelleen aluetta, joka perustuu enemmän olettamuksiin, kuin tieteellisesti todistettuihin tuloksiin.

Monessa tapauksessa AAT- intervention yhtenä erottamattomana tekijänä toimii myös terapiaympäristö, joten voi olla vaikea määrittellä, missä määrin terapeuttiset vaikutukset johtuvat ympäristöstä ja missä määrin asiakkaan ja terapiaeläimen välisestä suhteesta. Toivottavaa olisikin, että tulevaisuudessa voitaisiin keskittyä holistiseen ja ennakkoluulottomaan näkemykseen eläinten kyvyistä vaikuttaa ihmisten hyvinvointiin.

LAAMAT, ALPAKAT JA AAT

Kuvitteellinen esimerkki laama/alpaka-avusteisesta terapiasta:

- Toimintaterapeutti tuo asiakkaansa alpakkatallille. Tilanteeseen on valittu sopiva terapia-alpaka, jonka ohjaaja on läsnä terapiatapaamisessa. Asiakkaana on lapsi, jolla on ongelmia hienomotoriikan kontrollissa. Terapeutti on suunnitellut tapaamiseen erilaisia tehtäviä, kuten riimunsolkien, rehuastioiden ja hoitovälineiden käsittelyä. Lapsi opettelee myös avaamaan rasioita, jossa on pieniä herkkupaloja syötettäväksi eläimelle.

Suomen terapia-alpaka ja -laama -yhdistykseen kuuluva toimintaterapeutti on tutustunut ensimmäisten suomalaisten terapeuttien joukossa laamojen ja alpakoitten kiehtoviin ominaisuuksiin ja alkanut kehittää omaa toimintaansa yhteistyössä yhdistyksen kanssa: "Asiakkaiden ja alpakoitten kohtaamiset ovat aikaisemmin olleet eläinavusteista toimintaa, mutta nyt alamme saada tähän mukaan terapeuttisen ulottuvuuden."

Toimintaterapeutti kertoo käytännön kokemuksistaan terapiatilanteista, joissa on ollut laamoja tai alpakoita mukana: "Alpakoitten ja laamojen läsnäolon voima ja ryhmätietoisuus on alue, jota on hyvä hyödyntää niin terapiassa kuin työnohjauksessakin. Jo pelkästään niiden katselu voi saada aikaan ryhmäytymisen tunteen. Usein työnohjaukseen tullaan esimerkiksi sen takia että työpaikan hierar-

kia tukee riittämättömyyden tunnetta. Työnohjauksellisessa tilanteessa kamelidien terapeutinen käyttö on tähän mennessä ollut lähinnä lauman seuraamista ja havainnointia sen dynamiikasta. Ohjattavat voivat peilata omaa työyhteisöään ja niiden rooleja laamojen ja alpakoiden rooleihin ja käyttäytymiseen. Eläinten hiljainen läsnäolo antaa myös tilaisuuden peilata omaa henkilökohtaista tilaa. Asiakas voi helpommin tunnistaa oman kehonsa ja aistia siellä liikkuvia tuntemuksia, kuten läsnäolon tai kiireen.”

Myös asiakkaat ovat kertoneet terapeutille ajatuksiaan ja yleensä ottaen eläinten läsnäolo on koettu positiivisena:

”Ihan kun ne kysyis, mitä sä haluat tehdä meidän kanssa nyt.”

”Alpakoiden ulkomuoto, suu ja ilmeet, koko olemus on hellyttävä ja puoleensa vetävä.”

”Ihan kuin ne olis odottanu enemmän, laulaksä vai mitä? Lähetsä viemään ulos?”

Joku keksii peilata laumaa työpaikan arkeen: *”Tuli mielikuva siitä, että joku huomasi mut ja joku toinen pysyi etäällä. Nauratti ihan, kun seisoin siinä ja lauma alpakoita seisoo rivissä ja katsoo mua, ihan kuin ne lapset siellä päiväkodissa”*

”Näissä on kiehtovaa niiden arvokkuus ja läheisyys, tuntuu että ne on kiinnostuneet musta ja kaikesta. Ne seuraa tarkasti ympäristöä ja mitä tapahtuu ja haluaa olla mukana tapahtumissa.”

Toimintaterapeutti jatkaa työnohjauksesta: *”Eläinten kohtaamisen jälkeen on voitu rauhoittaa tilanne keskustelulle ja peilata kokemuksia suhteessa työhön ja itseen: Tunnistetaan odotukset omaa suoritusta kohtaan, käsitellään ’minä en riitä’ -tunteita ja tehdään havaintoja omasta ammattiroolista ja rutiineista.”* Terapeutin kokemuksen mukaan eläinlauman roolit ja ryhmäkäyttäytyminen auttavat näkemään kauempaa omassa yhteisössä tapahtuvat kuviot, jolloin ne avautuvat helpommin käsiteltäviksi. *”Sosiaalinen paine ja ryhmän energia voivat viedä yksilön mukanaan, sitä vain helposti urautuu rutiiniin eikä ehdi kuulemaan itseään.”*

Kuten jo aikaisemmin on mainittu, eläinavusteista terapiaa voidaan hyödyntää hyvin monenlaisten terapiatavoitteiden saavuttamisessa. Toimintaterapeutti jatkaa viitaten erityyppisiin asiakasryhmiin:

”AD/HD -asiakkaan tai vaikkapa käyttäytymishäiriöisen lapsen kanssa voidaan harjoitella maltillista sosiaalista kanssakäymistä ja kontaktin ottoa. Liian nopea ja kiivas lähestyminen karkottaa alpakat pois. Käskyttäminen ei tuo eläintä lähelle, tai saa eläintä toimimaan halutulla tavalla. Arka eläin opettaa keskittymistä ja malttia. Eläinlauman ryhmävoima ja läsnäolemisen taito sallii myös ihmiselle vapauden olla hiljaa. Lauma tukee asiakkaan itsetuntoa hyväksymällä ihmisen juuri sellaisena kuin hän on.”

Masentuneilla ja uupuneilla asiakkailla tavoitteena on yleensä minän vahvistuminen ja itseluottamuksen kohottaminen. Terapeutti kertoo että talliin astuessa sekä alpakoista että laamoista aistii välittömästi positiivisen latauksen, ovat ne sitten energialtaan hiljaisia tai aktiivisia. ”Alpakat katsovat tarkasti ja pysyvät paikoillaan, mutta huomioivat välittömästi paikalle tulleen asiakkaan. Jo niiden ulkonäkö peilaa hyväntuulisuutta, silti rauhallinen olemus ei pakota suorittamaan yhtään mitään. Niistä huokuu hiljainen hyväksyntä.” Terapeutti on havainnut asiakkaissaan syttyvän positiivisen latauksen eläinten kohtaamistilanteissa: ”Kun ohjattava astuu lauman luo, hengitys tasaantuu ja henkilön koko olemus rauhoittuu. Puhe hiljenee, liikkeet hidastuvat, ikään kuin ihminen sulautuisi alpakoiden rauhalliseen tilaan.”

Ensimmäiset edellä mainittuun asiakasryhmään kuuluvat pilot-tiasiakkaat, jotka ovat olleet halukkaita tutustumaan eläinavusteiseen terapiaan, ovat kommentoineet terapeutille kokemuksiaan. Asiakkaiden tavoitteina on ollut mm. voimavarojen ja omanarvontunteen koheneminen sekä minän vahvistaminen. Oma tilannetta ja arvoa on voitu pohtia esimerkiksi eläinten kohtaamisen myötä heränneiden tuntemusten kautta. Alpakoiden rooleja ja ryhmäkäyttäytymistä on voitu hyödyntää keskustelun pohjana myös tässä yhteydessä

”Kun ne seiso siinä, vois kuvitella että ne sanois: Me ollaan tässä sua varten ja sun kanssa”

”Laamat tuijotti, tuntui sellainen suuri lempeys ja hyväksyntä.”

”Kun ne nuuhki ja puhalsi poskeen, olis voinu olla vaikka ikuisuuden.”

”Niin hellyttäviä, täynnä terhakkaa uteliaisuutta ja tarmoa.”

”Kun se yksi pieni tunki sieltä takaa, ne muut yritti estää, mutta sitten ne astuikin syrjään ja tää pääsi nuuhkimaan.”

Toisaalta etenkin laamat ovat melko isoja eläimiä, joita kohtaan ihminen luonnostaan tuntee tiettyä kunnioitusta: *”Vähän pelotti niiden laamojen kanssa aluksi se sylkyjuttu...”*

Mitä enemmän kokemusta lama- ja alpakka-avusteisesta terapiasta kertyy, sitä enemmän se herättää ajatuksia siihen liittyvistä laajemmista mahdollisuuksista. Eläinavusteisessa terapiassa myös ympäristöllä on merkittävä osuus prosessissa. Eläinten elinympäristö siirtyy terapiatilanteissa ihmisen aistittavaksi: rakennukset, luonto, materiaalit, tuoksut, muodot, pinnat ja äänet. Terapeuteilla on syntynyt ajatuksia myös alpakoiden avulla toteutetusta sensorisen integraation terapiasta: Alpakan ulkoinen olemus houkuttelee koskettamaan ja tunnustelemaan pehmeää villaa, niitä voi hoitaa ja keksiä monenlaista yhteistä tekemistä, joka mahdollistaa runsaat aistikokemukset. Monet lapset voivat motivoitua tekemään terapiaharjoituksensa alpakkatallilla paljon hanakammin kuin tavanomaisissa terapiatiloissa.

Mitä tulee hoitotoimenpiteisiin ja muuhun fyysiseen toimintaan, vain terapeutin mielikuvitus on rajana niiden hyödyntämiseen kuntoutuksessa. Mielekkäitä askareita voidaan käyttää harjoituksina esimerkiksi yläraajojen, tasapainon, sekä karkea- ja hienomotoriikan kuntoutuksessa. Jo pelkästään heinien kerääminen tai rehun mittaaminen ruokakuppiin edellyttää molempien käsien yhteistoimintaa ja puristusotetta sekä visuomotorista koordinaatiota. Ruuan ojentaminen eläimille taas yläraajojen ja -vartalon kurotusta ja kehon staattista tasapainoa.

Sosiaalisen toimintakyvyn kuntoutuksessa eläinavusteinen työskentely voi olla monelle asiakkaalle ihmisryhmää helpompi ja turvallisempi mahdollisuus aloittaa oma terapiaprosessi. Ohjatussa vuorovaikutuksessa terapiatyöhön soveltuvan eläimen kanssa asiakas voi oppia itsestä ja omista toimintatavoista, asenteista ja ongelmanratkaisutyyleistä. Keskustelemalla eläinavusteisesta terapiatilanteesta prosessoidaan syntyneet ajatukset ja mitä kokemuksesta voisi oppia elämänhallintaa ja ihmissuhteita ajatellen. Asiakas saa työkaluja itsestään huolehtimista ja vuorovaikutustilanteita varten. Esimerkiksi henkistä nostetta tarvitseva asiakas voi vaikkapa ottaa suhteessa eläimeen auktoriteetin ja ohjaajan roolin. Auktoriteetin rooli ansai-

taan luottamuksella ja johdonmukaisuudella, ilman alistamista tai dominointia, jolloin onnistumisen kokemukset voivat toimia itsetuntoa tukevana tekijänä.

Terapeutti teki eräälle nuorelle naiselle alkuhaastattelun, jossa esiin nousi mm. toisten ihmisten kohtaamisen vaikeus ja minäkuvan ja itsearvostuksen heikentyminen. Tämän myötä terapian tavoitteeksi nimettiin itsekriittisyyden väheneminen, rennompia ote itseä kohtaan. Alpakka-avusteiseen terapiaan osallistunut nuori on kirjoittanut eläinkontaktien myötä syntyneistä ajatuksistaan:

”Sympaattisen näköisten alpakoiden liikehdintä ja elehdintä ovat niin erilaisia kuin tutummilla eläimillä, että se herätti jonkinlaista kunnioitusta. Ehkä tähän vaikutti myös se, että olin lukenut, miten alpakoita tulee lähestyä rauhallisesti ja muuta. Alpakan ruokkiminen ja kävelyttäminen tuntui rauhoittavalta. Ehkä ylipäätään eläinten hoitamisessa on jotain meditatiivista, kun tuntee olevansa hyödyksi, eikä tarvitse inhimillisellä tasolla yrittää koko ajan olla älykäs ja keskusteleva.”

”Kun jäin sitten alpakoiden kanssa kolmistaan aitaukseen ja talliin, tunsin itseni vähän hölmöksi, kun alpakat ei varsinaisesti huomiota kaivanneet tai olleet kiinnostuneita leikkimisestä tai sen sellaisesta. Oli aika kovan työn takana lakata yrittämästä luoda jotain kontaktia ja lopettaa kontrollin hakeminen. Mutta kun sitten suostui vaan olemaan, tuli aika levollinen olo, ja alpakatkin tuntuivat rauhoittuvan ja tulevan enemmän lähelle. Siinä ehdin mietiskellä kaikenlaista, ja vetää analogioita ihmisten kanssa olemiseen. Välillä kun tuntuu, että toisten ihmisten kohtaaminen on jotenkin vaikeaa ja raskasta, ja tekisi mieli olla vaan yksin ja puhumatta kenellekään. Ehkei ihmisiäkään tarvitse aina yrittää vakuuttaa ja miellyttää niin kamalasti. Kai sitä saa vaan olla hiljaa, jos ei huvita jauhaa small talkia.”

Eläinten kohtaamisten myötä asiakkaan tavoitteetkin selkeytyivät niin terapeutille kuin asiakkaalle itselleen. Oma vaatimustaso itseä kohtaan nousi selkeämmin tiedostettavaksi kun ajatukset kontaktien jälkeen purettiin sanoiksi: ”Olen viime aikoina mennyt välillä lähes paniikkiin, jos en ole keksinyt jotain sanottavaa. Jokin tässä on muuttunut ja minusta on tullut arempi ja varovaisempi, ihan kuin olisin jotenkin lukossa. En ehkä arvosta itseäni yhtä paljon kuin joskus aiemmin. Riittämättömyyden tunteet ja niiden pakeneminen tulivat aika paljon näkyvimmiksi kun rupesin miettimään omaa käyt-

täytymistäni alpakoiden kanssa. Ehkä vaikeinta oli sietää sitä, ettei ole keinoa jolla saisin jonkun selkeän reaktion aikaan, josta voisin tulkita tehneeni nyt tarpeeksi. Tai löytyihän se keino lopulta, tavaltaan. Piti vaan lakata yrittämästä. Ymmärrän kyllä alpakoita. Itsekin pidän rennoista tyypeistä, jotka ei yritä mitään.”

TERAPEUTTI JA ELÄINTYÖPARI

Tällä hetkellä on vallalla kahdenlaista näkemystä terapeutin ja eläimen välisestä suhteesta. Toinen lähestymistapa painottaa, että terapeutin ja eläimen kiinteä suhde on välttämätön osa terapiainventiota. Näin pyritään takaamaan eläimen ja ihmisen välisen vuorovaikutuksen turvallisuus ja hyödynnettävyys asiakkaan kokemuksellisessa oppimisessa. Tämä edellyttää käytännössä että terapeutti on eläimen omistaja. Rajoitteena tässä lähtökohdassa on se, ettei kaikilla ammattilaisilla ole mahdollisuutta pitää eläimiä omistukseensa. Lisäksi tällaisessa tilanteessa eläinyksilöitä on usein käytettävissä hyvin vähän. Valikoiman suppeus rajoittaa asiakkaan ja eläimen välisten kemioiden yhteensovittamista, ja voi näin ollen estää koko AAT-intervention toteuttamisen.

Toisessa lähestymistavassa terapeutti vastaa terapian suunnittelusta ja asiakkaan ohjaamisesta. Terapiaeäimellä on erikseen oma ohjaajansa, joka vastaa eläimestä terapiatilanteessa. Esimerkiksi ALAT-yhdistys perustaa tällä hetkellä terapiatoimintansa eläimen ohjaajan ja terapeutin väliselle yhteistyölle. ALAT:n terapiaeäimillä on pysyvä työpari, joka keskittyy terapiatilanteeseen eläinnäkökulmasta, jolloin terapeutin huomio vapautuu asiakkaalle. Joka tilanteessa ohjaajaa ei välikätenä tarvita, mutta yhdistys katsoo että on joka tapauksessa hyvä jos eläimestä vastaava asiantuntija pitää tapahutumia silmällä. Tässäkin työmuodossa terapeutin on toki tunnettava eläimen lajinmukainen käyttäytyminen ja terapiaeäin yksilönä. Hyötyinä on kuitenkin se, että useampi terapeutti voi hyödyntää eläinavusteisia interventioita. Mahdollisesti voidaan myös toimia useamman eläinyksilön ja -lajin kanssa, jolloin asiakkaiden yksilöllisiin tavoitteisiin voidaan vastata monipuolisesti. Miinuspuolena saattaa olla terapiatilanteesta puuttuva intiimiys eläimen ohjaajan toimissa välikätenä.

Terapeutin ammattitaitoon ja eettiseen osaamiseen kuuluu, että eläinavusteista terapiaa tarjoavan tulee tuntea menetelmä hyvin,

ennen kuin sisällyttää eläimen terapiainterventioon. Turvallisuussyistä terapeutin on lisäksi kyettävä tulkitsemaan tarkasti eläimen elekieltä, sekä etenkin lasten kohdalla, myös asiakkaan sanatonta viestintää.

TERAPIAELÄIMEN HYVINVOINTI

Eläin pyrkii olemaan ihmisen seurassa samoista syistä kuin ihmisenkin niiden seurassa eli hyötyäkseen jollain tavalla. Perheessä tai laumassa eläminen tarjoaa jäsenelleen tiettyjä etuja, kuten turvaa tai ravintoa. Ihmisten saavuttama hyöty tästä suhteesta on ilmiselvä, mutta eläinten hyvinvointi ei ole itsestäänselvyys. Eläinten oikeuksia puolustavat yhteisöt kritisoivat eläimen välineellistämistä ja hyötynäkökohtien korostamista.

Eläinavusteisen terapiatoiminnan laadun ja kunniallisuuden takaamiseksi pidetään tärkeänä, että terapiaeläimiä kohdellaan kumppaneina vastavuoroisessa suhteessa. Eläinten tarpeet tulee aina mukauttaa ja huomioida eläinavusteisen työskentelyn puitteissa. Eläin tulee hyväksyä sellaisenaan ja sitä tulee kunnioittaa yksilönä. Eläimiä ei saa inhimillistää, eikä niihin tule heijastaa ihmismäisiä mielikuvia.

Suurin piirtein viime vuosikymmenellä on alettu tiedostaa, että eläimen mukanaolo eläinavusteisessa työskentelyssä voi aiheuttaa eläimelle stressiä, sillä menetelmä sisältää usein runsaassa määrin kuormittavaa sosiaalista vuorovaikutusta. Esimerkiksi hevosurheilu tai koiranäyttelyiden kaltainen toiminta eivät altista eläintä niin läheiseen kanssakäymiseen tuntemattomien ihmisten kanssa, jotka saattavat kosketella, halailia ja vaatia erilaisia suorituksia. Eläimen ohjaajan vastuulla on vapauttaa eläin terapiatilanteesta silloin kun se väsy työskentelyyn.

ALAT -yhdistys on laatinut ohjeiston eläinten turvalliseksi käyttämiseksi. Yhdistyksen laatimassa ohjeistossa huomioidaan eettisesti hyväksyttävä eläinten käyttö, eläinten terveydentilan seuranta ja siitä raportointi. Koulutuksen saaneet ohjaajat sitoutuvat noudattamaan annettuja ohjeita.

ALAT -yhdistyksen kasvattaja ja ohjaaja kommentoi laamaeläinten hyödyntämistä terapeutisessa toiminnassa: "Näitä eläimiä on on-

neksi vaikea 'riistää' ja painostaa tekemään mitään sellaista, josta ne eivät pidä. Pakottaminen aiheuttaa maahan makaamaan käymisen, sylkemisen ja tilanteen täydellisen lukkiutumisen. Tässä kohtaa se puoli eettisesti hyväksyttävän toiminnan toteuttamisesta hoituu vähän kuin itsestään."

MILLOIN AAT SAATTAA OLLA HUONO RATKAISU?

Vaikka eläinavusteinen terapia on tavoitteisiin sidottua terapiaa, jota voidaan toteuttaa joustavasti monenlaisten tarpeiden yhteydessä, suinkaan aina se ei ole toimiva menetelmä. On tilanteita, jolloin eläimen mukaan ottamista terapiainterventioon on syytä harkita perusteellisesti, toteuttaa hyvin rajatusti tai välttää kokonaan. Eläintyöparin mukaan ottamisen on aina oltava hyvin perusteltua asiakkaan tavoitteiden saavuttamisen kannalta.

Vaikka eläinavusteisesta terapiasta luopumista puoltavia tekijöitä tulisikin esiin, se ei välttämättä tarkoita, että asiakas on kykenemätön työskentelemään eläinten kanssa. Tärkeintä on, että ongelma käsitellään tarkoituksenmukaisesti ja eläimen sekä asiakkaan välinen suhde toimii.

ERITYISTÄ HARKINTAA TAI VAROVAISUUTTA VAATIVAT TILANTEET/ASIAKASRYHMÄT

- Pelko tai vastenmielisyys eläimiä kohtaan
- Impulssikontrollin häiriöt
- Väkivaltaisuus
- Eläinsuojelurikoksiin viittaavat syytteet/tuomiot
- Allergia, astma
- Epilepsia
- Lääkitykset, jotka vaikuttavat esim. vireystilaan

KONTRAINDIKAATIOIOT

- Aktiivisesti itselleen tai muille vaarallinen asiakas
- Dementoitunut ja lisäksi aggressiivinen asiakas
- Sekavuus, psykoottisuus, voimakas dissosiointi

- Päihteiden vaikutuksen alainen asiakas

Esimerkkinä harkintatilanteesta mainittakoon, että väkivaltaisessa perheessä eläneen lapsen kodissa on voinut mahdollisesti olla lemmikkieläimiä, joita ei ole kohdeltu asianmukaisesti. Tästä saatu käyttäytymismalli voi siirtyä lapselle itselleen. Jos lasta ei ole kotona kasvatettu rakkaudella ja empatialla, niin lapsen on vaikeaa toteuttaa näitä tunteita suhteessa heikompiin yksilöihin. Ammattilaisen tulee osata arvioida eläinavusteisen työskentelyn sopivuus tapauskohtaisesti. Eläinten tulee joka tapauksessa olla suojassa pahoinpitelyiltä ja vaaroilta asiakkaiden taholta.

Yksi epämiellyttävä ja vähälle huomiolle jäänyt ilmiö on lapsilla ja nuorilla toisinaan esiintyvä taipumus eläinten kidutukseen, joka on luonteeltaan erilaista ja tarkoitushakuista verrattuna väkivaltaan yleisellä tasolla. Tutkimusten mukaan kotona esiintyvä väkivalta on yleisin tausta eläimiä kiduttavilla lapsilla. Asiallista tietoa tämän ongelman kohtaamisesta on vaikea löytää, mutta vaikuttaa siltä että ilmiö pahimmillaan kielii vakavista persoonallisuuden häiriöistä ja ennustaa ihmisen kehityksessä taipumusta myöhemminkin esiintyvään väkivaltaisuuteen. Asiaan saattaa siis nivoutua suurempia ongelmia, joiden selvittämiseen vaaditaan erityistä osaamista.

LUE LISÄÄ ELÄINAVUSTEISESTA TOIMINNASTA JA TERAPIASTA:

EASEL®: www.experientiaisel.com

Fine, Aubrey (toim.) 2010. Handbook on Animal-Assisted therapy - theoretical foundations and guidelines for practice. San Diego: Academic Press

Green Care Finland ry: www.gcfinland.fi

Ikäheimo, Kaija (toim.) 2011 Kotimaista karvaterapiaa - eläinavusteisesta työskentelystä Suomessa. (Julkaistaan syksyllä 2011)

LOPUKSI

Alpakoita ja laamoja käsittelevää suomenkielistä kirjallisuutta ei vielä ole juurikaan ilmestynyt, mutta kiinnostus vaikuttaisi olevan kasvavaa. Koska aihe on uusi, on tämän opinnäytetyön tarkoitus olla pioneeriversio alpakka- ja laama-aiheisesta terapiaoppaasta. Kokemukset tulevat vuosien myötä karttumaan ja tutkimustieto lisääntymään, joten on luonnollista että oppaassa esitetty tieto aikanaan ainakin osittain vanhenee ja herää tarve uudistettuun materiaaliin. Yksi oppaan tarkoituksista on opastaa lukija myös lisätietolähteiden äärelle.

Kiitokset kaikille laama- tai apakkakokemuksistaan kertoneille henkilöille, joiden kommentteja on saatu liittää tekstiin.

Jyväskylässä, elokuussa 2011
Anna Högfors



LÄHTEET

Animal assisted therapy/activity. Amerikkalaisen yhdistyksen infisivut.
<http://www.deltasociety.org>

Chandler, C; Portrie-Bethke, T; Minton, A; Fernando, D; O´Callaghan, D. 2010 :
 Matching animal-assisted therapy techniques and intentions with counselling guid-
 ing theories. Journal of mental health counselling. Vol 32, no 4, oct 2010, 354-
 374

Childhood cruelty to animals. Artikkel. Artikkel.
http://www.guardian.co.uk/uk_news/story/0,,1546766,00.html#article_continue

Fine, Aubrey (toim.) 2010. Handbook on Animal-Assisted therapy - theoretical
 foundations and guidelines for practice. San Diego: Academic Press

Högfors, Anna, 2011. Eläinavusteinen terapia - Esite laaman ja alpakan avulla
 toteutettavasta terapiasta, Opinnäytetyö Jyväskylän Ammattikorkeakoulu, Sosiaa-
 li- terveyst- ja liikunta-ala, Toimintaterapian koulutusohjelma.

Kivikari, P & Sirkkola, H: Alpakka - Kasvattajan käsikirja. Omakustanne ISBN
 951-97298-8-7

Louhi-Lehtiö, M. 2010; Eläin työparina; Luentomateriaali ja -muistiinpanot,
 29.11.2010, Vihti. Oy Cavesson adt.

Pavlidis, M. 2008, Animal-Assisted Interventions for Individuals with Autism. Jes-
 sica Kingsley Publishers.

Perustietoa kamelieläimistä: www.alpaca.fi, www.alpakkatuote.fi, www.laama.fi
www.vetele.com , www.ylitalonalpakat.fi

Terapia-alkat ja laamat ry: www.alat.fi

Velde, B P; Cipriani, J; Fisher, G. 2005 : Resident and therapist views of animal-
 assisted therapy: Implications for occupational therapy practice. East Carolina
 university, North Carolina and Department of Occupational Therapy, Dallas, USA.
 Australian Occupational therapy Journal (2005) 52, 43-50

What is AAT? 2011. Lead The Way –järjestön infisivut, Australialainen tietopaketti
 eläinavusteisesta terapiasta.