

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaalialan koulutusohjelma / sosionomi AMK

Marjut Toivanen

HEVOSTOIMINTAA PÄIHDEKUNTOUTUJEN ARJESSA

Opinnäytetyö 2009

TIIVISTELMÄ

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaalialan koulutusohjelma

TOIVANEN, MARJUT	Hevostoimintaa päihdekuntoutujien arjessa
Opinnäytetyö	56 sivua + 8 liitesivua
Työnohjaaja	Lehtori Ari Vesanen
Joulukuu 2009	
Avainsanat	hevonen, päihdekuntoutus, päihdeongelmaiset, ryhmät, sosiaalipedagogiikka

Opinnäytetyön tarkoitus oli järjestää hevosen kanssa tapahtuvaa toimintaa Ridasjärven päihdehoitokeskuksen päihdekuntoutujille sosiaalipedagogista viitekehystä hyödyntäen. Tarkoituksena oli myös selvittää, mitä hevosen kanssa tapahtuva yhteistyö tuo päihdekuntoutujan arkeen ja mikä sen merkitys oli kohderyhmän toiminnassa. Sosiaalipedagogisesta näkökulmasta katsottuna hevosen kanssa järjestetyn yhteistyön tarkoituksena oli luoda yhteisöllisyyttä, vuorovaikutusta sekä ryhmäytymistä. Työn kohderyhmäksi valikoitui Ridasjärven päihdehoitokeskuksessa toteutettavan OTE-hankkeen asiakkaat.

Hevosen kanssa tapahtuva yhteistyö toteutui ajanjaksolla 5.9.2008 - 18.11.2008. Toimintaa oli 8 viikon ajan viikoittain ja viimeinen kerta oli 18.11.2008, jolloin osa ryhmän jäsenistä tuli intervallijaksolle. Hevostoiminta tapahtui Ridasjärven päihdehoitokeskuksen piha-alueella, paitsi viimeinen kerta, jolloin kohderyhmä pääsi käymään talliympäristössä. Aineistonkeruumenetelminä työssä käytettiin osallistuvaa havainnointia sekä ryhmähaastattelua. Osallistuvaa havainnointia toteutettiin kohderyhmän omiin ryhmiin osallistumalla sekä hevostoiminnan aikana. Haastattelu toteutettiin 10.9.2008 sekä 10.10.2008 ryhmätapaamisten yhteydessä.

Hevostoiminta toi päihdekuntoutujien arkeen vaihtelua. Sen koettiin olevan erilaista ja uutta. Joillekin ryhmän jäsenille yhteistyö hevosen kanssa toi mieleen muistoja lapsuudesta, joitakin se auttoi pääsemään ylitse hevospelosta. Yhdelle ryhmän jäsenelle se toi piristystä arkeen. Monet ryhmän jäsenistä olivat ensimmäistä kertaa hevosen selässä ja saivat uusia kokemuksia. Sosiaalipedagoginen näkökulma tuli esiin ryhmän välisessä vuorovaikutuksessa sekä yhteisöllisyydessä. Hevostoiminta lisäsi ryhmässä tapahtuvaa vuorovaikutusta ja edisti ryhmäytymistä.

Tärkeää oli, että koko ryhmä osallistui toimintaan vaikka kaikki eivät olisi olleet kosketuksessa hevosen kanssa, näin kokemuksesta tuli ryhmälle yhteinen ja sen jakaminen ryhmän kesken loi yhteisöllisyyttä. Tärkeäksi havaittiin myös se, että ryhmässä tapahtuvaa vuorovaikutusta ei havainnoitu pelkästään hevosen kanssa tapahtuneen yhteistyön aikana, vaan myös muiden ryhmän kesken järjestettyjen tapaamisten aikana. Näin ollen havaintoja saatiin kerättyä laajasti koko OTE-jakson ajan.

ABSTRACT

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU
University of Applied Sciences

Social Care

TOIVANEN, MARJUT:

Contact with Horses in Everyday Life of Intoxicant-
Abuse Rehabilitees

Bachelor's Thesis

56 pages + 8 pages of appendices

Supervisor

Ari Vesanen, Senior Lecturer

December 2009

Keywords:

horse, rehabilitation of intoxicant abusers, intoxicant abusers,
groups, social pedagogics

The objective of this study was both to organize contact with horses for intoxicant abuse rehabilitees who were treated at the Ridasjärvi Detoxification Centre by using a frame of reference based on social pedagogics and to find out what does the cooperation with a horse bring to the everyday life of an intoxicant-abuse rehabilitee and what does the contact with horses mean to the work of the target group. The aim was also to create a spirit of cooperation, interaction and to contribute to group formation. The target group for the study comprised the clients of a project called OTE and it was carried out at the Ridasjärvi Detoxification Centre.

The cooperation with a horse took place in the autumn 2008. Activities were arranged every week during a period of eight weeks. The activities took place in the yard of the detoxification centre with the exception of the final meeting that occurred in the horse stable environment and was attended by the clients. In the work, participating observation and a group interview were used to collect the material. The former method took the form of attending both the target group's own groups and of being in contact with horses.

Contact with horses gave variety to the everyday lives of the rehabilitees, and activities with them were considered to be something different and new. For some members of the group contact with horses conjured up memories from childhood, for others it helped to overcome their fear of horses. For one member contact with horses had a bracing effect on his everyday life. Many of the group members were on horseback for the first time, and contact with horses gave new experiences to them. The approach based on social pedagogics was seen in the interaction within the group and in building the spirit of cooperation. Contact with horses increased interaction carried out in the group and enhanced group formation.

The results show that it was important that the whole group participated in the activities, although not every one was in contact with horses. Thus the entire group shared the experience, which contributed to the spirit of cooperation. It was also important that the work of the group was observed not only during contact with horses but also during other gatherings held between the group.

SISÄLLYS
TIIVISTELMÄ
ABSTRACT

1 JOHDANTO	6
2 PÄIHDEHUOLTO	7
2.1 Päihdehuollon erityispalvelut	7
2.1.1 Uudenmaan päihdehuollon kuntayhtymä, Ridasjärven päihdehoitokeskus	8
2.1.2 OTE-hanke	11
2.2 Päihdekuntoutuja ja päihderiippuvuus	12
2.2.1 Toimintakyky	13
2.2.2 Ryhmässä toimiminen	14
2.2.3 Ryhmähoito päihdehuollossa	15
3 TUTKIMUKSEN VIITEKEHYS	16
3.1 Sosiaalipedagoginen viitekehys	16
3.2 Aiheeseen liittyviä tutkimuksia	17
4 HEVOSEN KÄYTTÖ	19
4.1 Sosiaalipedagoginen hevostoiminta	22
5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	25
5.1 Kohderyhmä	25
5.2 Tutkimuksen tavoite ja tarkoitus	25
5.3 Tutkimusongelmat	26
5.4 Tutkimusmenetelmät	26
5.4.1 Toiminnallinen opinnäytetyö	26
5.4.2 Kvalitatiivinen tutkimus	27
5.4.3 Osallistuva havainnointi	28
5.4.4 Haastattelu	29
6 TUTKIMUSKERRAT JA HAVAINNOT	29
6.1 Tutustumiskerta	31
6.2 Ensimmäinen toimintakerta	31
6.3 Toinen toimintakerta	32
6.4 Kolmas toimintakerta	34

6.5 Neljäs toimintakerta	35
6.6 Viides toimintakerta	38
6.7 Kuudes toimintakerta	40
6.8 Seitsemäs toimintakerta	41
6.9 Intervallijakso tapaaminen	42
6.10 OTE-ryhmän muihin tapaamisiin osallistuminen	43
7 TUTKIMUKSEN TULOKSET	44
7.1 Mitä hevosen kanssa tapahtuva yhteistyö toi päihdekuntoutujan arkeen?	45
7.2 Hevosen kanssa tapahtuneen yhteistyön merkitys ryhmän toimintaan	46
8 POHDINTA	48
8.1 Ammatillinen ja eettinen pohdinta	49

LÄHTEET

LIITTEET

Liite 1. Osallistuvan havainnoinnin keskeiset tulokset

Liite 2. Haastatteluiden tiivistelmä

Liite 3. OTE-hanke viikko-ohjelma

Liite 4. Välinemulistilappu

Liite 5. Maalaus Piirrosta

1 JOHDANTO

Suomessa hevosen terapeuttista vaikutusta on hyödyntänyt ainakin Lohjan Paloniemen sairaala. Paloniemessä hevosterapiaa on toteutettu vuodesta 1997. Paloniemen sairaala on psykiatrinen sairaala, jossa hoidetaan Lohjan, Karkkilan, Karjalohjan, Nummi-Pusulana, Sammatin, Siuntion ja Vihdin alueen potilaita. Sosiaalipedagogista hevostoimintaa yhtenä hoitomenetelmänä toteuttava Pihlajakoti Oy on Espoossa sijaitseva mielenterveyskuntoutujille suunnattu kuntoutusyksikkö. Suomessa päihdekuntoutujille ei kuitenkaan vielä ole hyödynnetty sosiaalipedagogista hevostoimintaa tai hevosterapiaa. Toisin on maailmalla. (Pitkänen 2008, 14 – 15; Paloniemen sairaala; Pihlajakoti Oy.)

Isossa-Britanniassa, Edinburghin läheisyydessä sijaitsevassa Castle Graig Hospital -nimisessä sairaalassa hoidetaan riippuvuuksista kärsiviä potilaita. Sairaalassa toteutetaan terapiaa, joka auttaa päihderiippuvaisia vähentämään stressiä sekä parantamaan heidän sosiaalisia taitojaan. Terapia on nimeltään Equine Assisted Psychotherapy (EAP). Terapiassa potilaita rohkaistaan suoriutumaan hevosen kanssa helpoista tehtävistä, kuten saada hevonen kulkemaan ympärillä koskematta siihen. Yhdysvalloissa Washingtonissa sijaitseva päihdehoitolaitos Sunray Treatment And Recovery käyttää kuntoutuksessaan erilaisia psykoterapeuttisia lähestymistapoja. Yksi lähestymistapa hyödyntää hevosen terapeuttista vaikutusta riippuvuuksien hoidossa. Hevosen kanssa toimiminen antaa luonnollisuuden asiakkaalle voittaa pelkoja sekä harjoitella luottamuksen saavuttamista. (McBeth 2006; Healing with horses.)

Tämä työ on toiminnallinen opinnäytetyö, jossa on hyödynnetty hevosen terapeuttista käyttöä sosiaalipedagogisesta viitekehyksestä päihdekuntoutujien parissa. Työ muodostui 8 viikon aikana järjestetystä hevostoiminnasta ja kohderyhmän muihin tapaamisiin osallistumisesta, sekä näistä tehtyjen havainnointien ja haastattelun raportoinnista. Työn tarkoituksena on osallistuvan havainnoinnin sekä avoimen haastattelun kautta saada tietoa siitä, mitä hevostoiminta tuo päihdekuntoutujan arkeen ja mikä merkitys hevostoiminnalla on kohderyhmän toimintaan. Työn tavoitteena on herätellä päihdealaa hevosen terapeuttisen käytön hyödyntämiseen. Ridasjärven päihdehoitokeskus on Uudenmaan päihdehuollon

kuntayhtymän omistama päihdehuollon erityispalveluyksikkö Hyvinkäällä. Työn kohde-ryhmä muodostui Ridasjärven päihdehoitokeskuksen asiakkaista.

2 PÄIHDEHUOLTO

Päihdehuoltolaki (41/1986) edellyttää, että kunnan on järjestettävä päihdepalveluja kunnassa ilmenevän tarpeen mukaisesti. Päihdepalveluja tulee tuottaa sosiaali- ja terveydenhuollon peruspalveluissa, sekä päihdehuollon erityispalveluina. Sosiaali- ja terveydenhuollon peruspalveluissa toteutettavat päihdepalvelut ovat mm. päihteiden käytön tunnistamiseen, varhaiseen puuttumiseen, päihdeongelman arviointiin ja jatkohoitoon ohjaukseen sekä pitkäaikaiseen laitoshoitoon osallistumiseen liittyviä palveluja. (Havio, Inkinen & Partanen 2008, 99 - 100.)

Päihdehuollon tavoitteena on ehkäistä ja vähentää päihteiden ongelmakäyttöä sekä siihen liittyviä terveydellisiä sekä sosiaalisia haittoja sekä edistää päihteiden ongelmakäyttäjän ja hänen läheistensä toimintakykyä ja turvallisuutta. Päihdehuollon palveluja tulee antaa henkilölle, jolla on päihteiden käyttöön liittyviä ongelmia sekä hänen perheelleen ja muille hänen läheisilleen. (Lappalainen-Lehto, Romu & Taskinen 2007, 129.)

2.1 Päihdehuollon erityispalvelut

Päihdehuollon erityispalveluita ovat mm. A-klinikat, joissa hoitoon hakeutuminen perustuu vapaaehtoisuuteen sekä joissa palvelut ovat asiakkaille maksuttomia. A-klinikat ovat kunnan tai kuntainliiton ylläpitämiä tai ostopalvelusopimuksella ostettuja avohoitopalveluja. Muita avohoitopalveluja ovat esimerkiksi Nuorisoasemat. Nuorisoasemat ovat alle 25-vuotiaille nuorille tai heidän perheilleen suunnattuja palveluja, jonne nuoret voivat hakeutua päihteiden käytön, mielenterveysongelmien tai muiden nuoren kasvuun ja elämäntilanteeseen liittyvien kriisien vuoksi. Kuten A-klinikan palvelut myös nuorisoasemien palvelut perustuvat vapaaehtoisuuteen ja ovat maksuttomia. (Havio ym. 2008, 100.)

Laitoshoido luokitellaan myös päihdehuollon erityispalveluksi. Laitoshoidoa voi olla esimerkiksi lyhytaikaisempi katkaisuhoido tai pidempiaikainen kuntoutushoido. Alkoholin- ja huumeidenkäyttäjien katkaisuhoidoa ja kuntoutusta toteutetaan monilla paikkakunnilla sa-

massa yksikössä. Joissakin kunnissa katkaisuhoidon toteutetaan myös terveystieteiden keskuksen vuodeosastolla. Katkaisuhoidon tarkoituksena on katkaista päihteen käyttökierre, ehkäistä ja hoitaa vieroitusoireet sekä luoda edellytykset fyysiselle ja sosiaaliselle kuntoutumiselle jatkohoitosuunnitelman avulla. Katkaisuhoidon voidaan toteuttaa joko erikseen useimmilla isommilla paikkakunnilla olevilla A-klinikoiden katkaisuhoidon osastoilla, huumeiden käyttäjien hoitoon erikoistuneissa katkaisuhoidoyksiköissä, psykiatristen sairaaloiden päihdepsykiatrian osastoilla tai pienemmällä paikkakunnilla terveystieteiden keskuksen vuodeosastolla. Asiakas hakeutuu katkaisuhoidon yleensä joko A-klinikan tai terveystieteiden keskuksen kautta. (Havio ym. 2008, 101.)

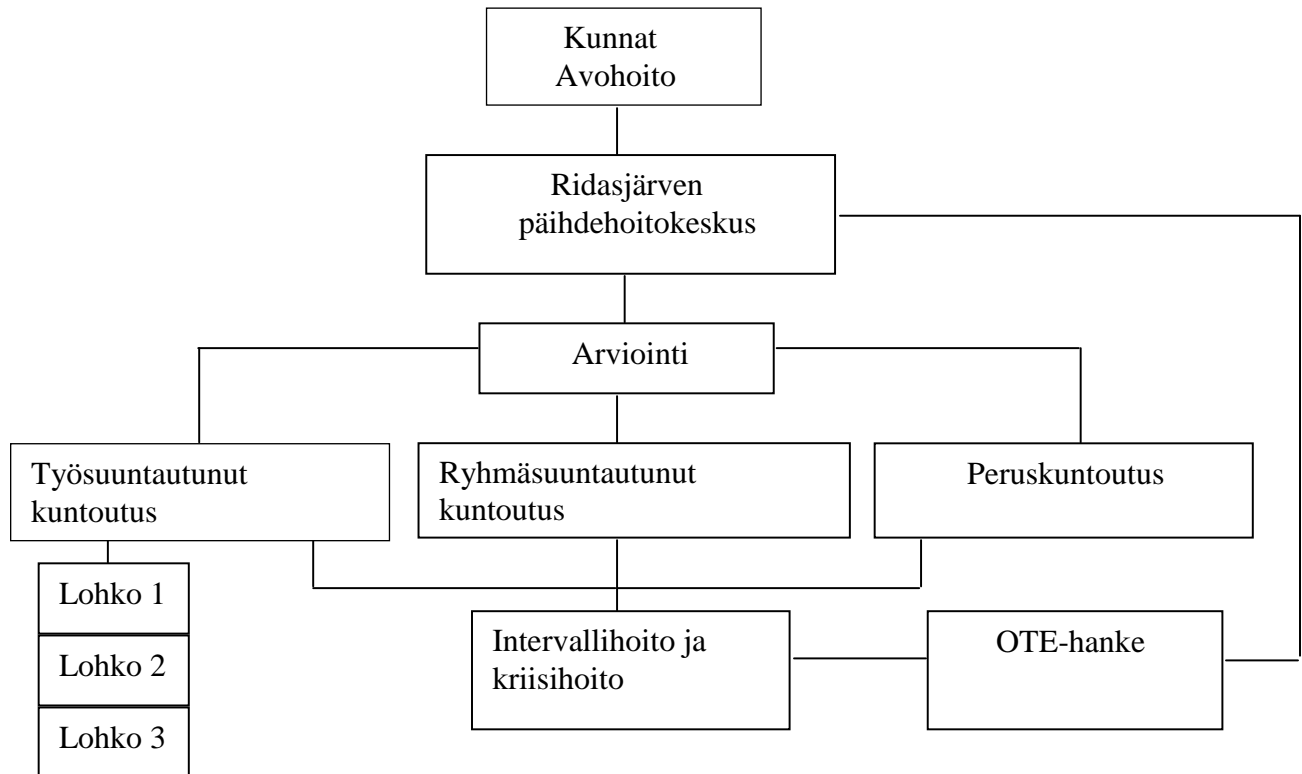
Kuntoutuslaitoksissa tarjotaan usein pidempiaikaista, joitakin viikkoja kestävä jatkohoidon. Pisimmillään kuntoutus voi kestää joissakin esimerkiksi yhteisöhoitoa toteuttavissa yksiköissä 1 - 1,5 vuotta. Yleensä hoitoaika määräytyy yksilöllisesti. Joissakin kuntouttavissa laitospalveluissa hoitoon sisältyy ns. intervallihoidon, jossa tiiviin kuntoutusjakson lisäksi järjestetään muutaman viikon välein toteutettava lyhyt, muutamia päiviä kestävä hoitajakso kuntoutumisen tueksi. (Havio ym. 2008, 101.)

2.1.1 Uudenmaan päihdehuollon kuntayhtymä, Ridasjärven päihdehoitokeskus

Ridasjärven päihdehoitokeskus on Uudenmaan päihdehuollon kuntayhtymän omistama päihdehuollon laitospalveluyksikkö Hyvinkäällä, Ridasjärven kylässä. Päihdehoitokeskuksessa on n. 80 hoitopaikkaa päihderiippuvaisille (alkoholi, huumeet, lääkkeet) miehille, naisille ja pariskunnille. Uudenmaan päihdehoitokeskuksen tarkoituksena on tuottaa laadukasta, kuntouttavaa sekä kohtuuhintaista päihdehoitoa ja sitä kautta auttaa asiakkaita selviytymään päihdeongelmastaan. (Uudenmaan päihdehuollon kuntayhtymä.)

Ridasjärven päihdehoitokeskuksessa lähtökohtana on, että asiakkaan kuntoutukseen lähettävä taho on arvioinut asiakkaan olevan laitospalvelun tarpeessa. Tämän jälkeen asiakkaan kuntoutukseen lähettävä taho (esim. A-klinikka) informoi asiakasta mahdollisimman selkeästi päihdehoitokeskuksen kuntoutustarjonnasta ja jo paikkavarausvaiheessa asiakas voi ilmoittaa kuntoutuslinjan, jolle hän haluaa tulla. Ellei asiakkaalle ole informoitu kuntoutuslinjoista ennen kuntoutukseen saapumista, saa hän ensimmäisellä viikolla, ns. arviointiviikolla, perusteellisen esittelyn laitoksen kuntoutuslinjoista, jonka jälkeen tehdään

yhdessä asiakkaan kanssa päätös, mihin kuntoutuslinjaan hän hoitonsa ajaksi sitoutuu. (Uudenmaan päihdehuollon kuntayhtymä.)



Kuvio 1. Kuntoutuksen rakenne

Yllä olevasta kuvioista selviää, että kuntoutus Ridasjärven päihdehoitokeskuksessa jakaantuu työsuuntautuneeseen kuntoutukseen, ryhmäsuuntautuneeseen kuntoutukseen, peruskuntoutukseen, intervallihoitoon ja kriisihoitoon sekä OTE-hankkeeseen. Seuraavassa on lyhyt kuvaus kustakin kuntoutuslinjasta.

Ryhmäsuuntautuneessa kuntoutuslinjassa viikko-ohjelma koostuu päivittäisistä teemallisista suljetuista ryhmistä, joissa käytetään yhteisöllisiä menetelmiä. Näiden omien ryhmien lisäksi asiakkaat osallistuvat vähintään yhteen valitsemaansa muuhun ryhmään päihdehoitokeskuksen päivittäisestä ryhmätarjonnasta (keskustelu- ja vertaistukiryhmiä, toiminnallisia ryhmiä). Ryhmäsuuntautuneeseen ohjelmaan suuntautuminen edellyttää sitoutumista ryhmän käytäntöihin ja sääntöihin sekä viikko-ohjelman mukaiseen toimintaan. Tämän lisäksi

asiakkaat työstävät itsenäisesti ryhmätyöskentelyyn valmistavia tehtäviä. Yksilökeskusteluja ryhmäsuuntautuneessa kuntoutuslinjassa ei ole. Asiakas saa yksilöllistä apua kuitenkin käytännön asioiden hoitamiseen. Kuntoutusjakso ryhmäsuuntautuneessa linjassa kestää 1 - 3 kk. (Uudenmaan päihdehuollon kuntayhtymä.)

Työsuuntautuneessa kuntoutuslinjassa menetelminä ovat työtoiminta, ryhmäistunnot ja työskentely henkilökohtaisen työntekijän kanssa. Työtehtävien tarkoituksena on asiakkaiden aktivointi, vastuun ottamisen edistäminen sekä mielekkäiden kokemusten saaminen. Tavoitteena on työnteon nivoutuminen muuhun kuntoutusprosessiin. Henkilökohtainen päihdetyöntekijä toimii yhteistyössä asiakkaan sekä asiakkaan kotikunnan verkostojen kanssa, rakentaen asiakkaalle esim. avohoitomahdollisuuksia omassa kunnassaan. Kuntoutusjakso työsuuntautuneessa linjassa kestää 1 - 6 kk. (Uudenmaan päihdehuollon kuntayhtymä.)

Peruskuntoutus on suunnattu fyysisesti/psykkisesti toimintarajoitteisille asiakkaille, jotka eivät kykene täysipainoisesti osallistumaan ryhmä- tai työpainotteiseen kuntoutukseen, mutta jotka kuitenkin hyötyvät kuntoutuksesta ja selviytyvät jokapäiväisistä toiminnoista itsenäisesti. Peruskuntoutusjakson aikana keskitytään fyysisen ja psyykkisen kunnan kehittämiseen ja kuntoutussuunnitelma laaditaan yksilöllisesti. Peruskuntoutukseen suuntautunut asiakas saa oman päihdetyöntekijän, jolle hän saa henkilökohtaisia keskusteluaikoja. Kuntoutusjakso peruskuntoutuksessa kestää 1 - 6 kk. (Uudenmaan päihdehuollon kuntayhtymä.)

Intervallihoito toimii avohoitoa ja raittiutta tukevana jatkohoitona, johon pääseminen edellyttää kirjallista sopimusta, jossa asiakas sitoutuu päihdeettömyyteen ainakin sopimuksen voimassaoloajan. Intervallihoitajaksole tullaan sovitusti, esimerkiksi kerran kuukaudessa, ja hoitajakson kesto on 3 - 4 vrk. Kriisihoito on tarkoitettu intervallihoitosopimuksen tehneille asiakkaille mm. retkahdusvaara- tai muihin kriisitilanteiden ennaltaehkäisyyn. Kriisihoitoon voi tulla ympäri vuorokauden selvin päin. Kriisihoito kestää yleensä muutaman vuorokauden. (Uudenmaan päihdehuollon kuntayhtymä.)

2.1.2 OTE-hanke

OTE-hanketta toteutetaan Ridasjärven päihdehoitokeskuksessa 2007 - 2009 välisenä aikana. Hanke on palveluohjauksen kehittämishanke ja sitä rahoittaa Etelä-Suomen lääninhallitus. OTE-hanke tarjoaa kohdennettua kuntoutusta henkilöille, joilla on taustalla useita päihdehoitoja päihdehuollon palveluissa. Hankkeen tarkoituksena on toteuttaa 2 - 3 ryhmää vuodessa, perusjakso kestää kaksi kuukautta, jonka jälkeen on 2 - 6 viikon välein intervallijaksoja kolmen kuukauden ajan. OTE-hankkeessa kuntoutus perustuu ryhmässä toimimiseen. Kuntoutus on kuntakohtaista, eli hoitajaksolle otetaan kerrallaan ensisijaisesti yhden kunnan asiakkaita. Mikäli ryhmä ei täyty yhden kunnan asiakkaita, voi asiakkaita olla myös useammasta kunnasta. Hankkeen ryhmäkoko on n. 10 - 12 asiakasta. (Uudenmaan päihdehuollon kuntayhtymä; OTE-hanke.)

OTE-hankkeessa kuntoutusjakso rakentuu ryhmän omista tapaamisista, joita on 2 - 3 kertaa viikossa sekä osallistumisesta päihdehoitokeskuksen muihin ryhmiin. OTE-hankkeen viikko-ohjelma löytyy liitteenä. Kuntoutuksen aikana jokainen ryhmän jäsen tapaa myös psykologin ja lääkärin. Lisäksi kuntoutukseen sisältyy ohjattua ryhmämuotoista liikuntaa sekä motivoivaa työtoimintaa. Työtoimintana voi olla esimerkiksi pienimuotoinen projekti tai erikseen sovittava työtehtävä. Kuntoutusjakson aikana ryhmän jäsenillä on mahdollisuus myös yksilö- ja perhetapaamisiin. Lisäksi tehdään tutustumiskäyntejä oman kunnan palveluihin ja järjestetään verkostopalavereita. OTE-hankkeen tavoitteita ovat mm. seuraavat: Asiakkaan päihdekäyttö vähenee tai loppuu kokonaan, asiakas oppii hyödyntämään realistisesti palvelujärjestelmää, asiakas oppii toimimaan tavoitteellisesti sekä asiakas oppii toimimaan ryhmässä. Myös päihdehoitokeskuksen työmenetelmien kehittäminen on yksi OTE-hankkeen keskeisistä tavoitteista. Hankkeen tiivistettynä tavoitteena voidaan pitää sitä, että asiakas saa otteen itsestään ja palvelujärjestelmä saa paremman otteen asiakkaasta. (OTE-hanke.)

Järjestän oman opinnäytetyöni toiminnallisen osuuden OTE-hankkeen ryhmäläisille. Pääsen myös työni aikana tutustumaan OTE-hankkeeseen ja osallistumaan erilaisiin tutustumiskäynteihin ryhmän ja ryhmänvetäjien mukana. Oman opinnäytetyöni kautta pääsen näkemään OTE-hankkeen toimintaa yhden perusjakson ajan, eli 2 kk. Osallistun kahden kuu-

kauden aikana erilaisiin OTE-hankkeen ryhmätapaamisiin, ja tarkoituksena on saada käsitys OTE-hankkeen toiminnasta.

2.2 Päihdekuntoutuja ja päihderiippuvuus

Juomme ilosta ja tulemme onnettomiksi

Juomme ollaksemme seurallisia ja meistä tulee riidanhaluisia

Juomme ollaksemme hienostuneita ja meistä tulee vastenmielisiä

Juomme, että saisimme unta ja heräämme uupuneina

Juomme elämäniloon ja päädymme masennukseen

Juomme saadaksemme itseluottamusta ja meistä tulee pelokkaita

Juomme saadaksemme keskustelun luistamaan ja alamme puhua sekavasti

Juomme pienentääksemme pulmiamme ja näemme niiden moninkertaistuvan

Richard Blummer

Päihdekuntoutujalla tarkoitetaan tässä työssä päihderiippuvuudesta kärsivää henkilöä, joka on hakeutunut laituskuntoutukseen päästäkseen eroon haitalliseksi muuttuneesta riippuvuudesta. Jokaisella ihmisellä on omat syynsä ja motiivinsa käyttää päihteitä. Erilaiset tekijät vaikuttavat siihen, muuttuuko ihmisen kohtuullinen alkoholinkäyttö alkoholiriippuvuudeksi tai huumekekeilu huumeriippuvuudeksi. Päihderiippuvuudesta voidaan puhua, kun ihmisellä on pakonomainen tarve saada päihteitä jatkuvasti tai ajoittain eikä hän enää hallitse suhdettaan riippuvuuden kohteeseen, päihteeseen. Riippuvuus voi olla fyysistä, psyykkistä tai sosiaalista sekä kaikkia näitä yhdessä tai eri yhdistelmissä. (Havio ym. 2008, 42 - 43.)

Fyysisessä riippuvuudessa ihmisen elimistö on tottunut päihteeseen niin, että päihteiden puuttuminen aiheuttaa eriasteisia elintoimintojen häiriöitä, joista hermostovaikutukset ilmenevät vieroitusoireina (esim. vapina, hikoilu). Psykkisessä riippuvuudessa päihteenkäyttäjä kokee päihteen, sen käytön ja sen vaikutukset hyvinvoinnilleen välttämättömäksi. Sosiaalinen riippuvuus ilmenee ihmisen kiinnittymisenä sellaiseen sosiaaliseen verkostoon, jossa päihteenkäytöllä on keskeinen asema. Päihderiippuvuuden kehittyminen on yleensä monimuotoinen ja hidas prosessi. (Havio ym. 2008, 42 - 44.)

2.2.1 Toimintakyky

Toimintakyky voidaan määritellä monella eri tavalla. Yleensä toimintakyvyllä tarkoitetaan ihmisen valmiuksia selviytyä jokapäiväisen elämän tehtävistä kotona, työssä ja vapaa-aikana. Ihmisen toimintakyky jaetaan usein fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Fyysinen toimintakyky sisältää yleiskestävyuden, lihaskunnan (voima, kestävyys, notkeus) ja liikkeiden hallintakyvyn (esim. koordinaatiokyky, reaktiokyky, tasapainokyky). Psyykkiseen toimintakykyyn luetaan kognitiiviset kyvyt (esim. havaitseminen, muisti, ajattelu, oppiminen) sekä psyykkiset voimavarat. Sosiaalinen toimintakyky tarkoittaa kykyä selviytyä arjen tilanteista ja huolenpitotehtävistä, olla vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa ja solmia sosiaalisia suhteita, ratkaista elämän arkipäiväisiä ongelmatilanteita sekä kykyä toimia omassa elinympäristössään. (Kettunen, Ihalainen & Heikkinen 2001, 44; Järvikoski & Härkäpää 2004, 94 - 95; Kettunen, Kähäri-Wiik, Vuori-Kemilä & Ihalainen 2002, 20 - 21.)

Ihmisen sosiaalisella toimintakyvyllä tarkoitetaan hänen arkielämänsä taitojaan ja kykyjään toimia yhteiskunnassa eli suhteessa muihin ihmisiin. Sosiaalinen toimintakyky muodostuu monesta osa-alueesta, kuten asumisesta, työstä, opiskelusta, ihmissuhteista, raha-asioiden hoidosta, terveyden hoidosta, harrastuksista, päihteiden käytöstä, arkielämän sujuvuudesta, asioinnista, taloustöistä sekä tulevaisuuden suunnittelusta. Syrjäytyminen liittyy vahvasti sosiaaliseen toimintakykyyn: siinä yksilö on syrjäytynyt tai syrjäytetty normaalina pidettävästä elämästä, esimerkiksi työstä, opiskelusta tai perhe-elämästä. Päihteiden käyttö liittyy usein vahvasti syrjäytymiseen. Päihdeongelmien myötä elämä kapenee ja päihde saa yhä keskeisemmän osan yksilön elämästä. (Lappalainen-Lehto, Romu & Taskinen 2007, 29.)

Päihdeongelmiin liittyy aina psyykkisen toimintakyvyn heikkenemistä, joko pysyvästi tai ajoittaisesti. Fyysisistä toimintakyvyn ongelmista kärsivillä ihmisillä voi olla mielenterveyden ja päihteenkäytön ongelmia joko ohimenevinä tai pitkäaikaisina. Päihdeongelmat vaikuttavat ihmisen toimintakykyyn hyvin eri tavoin, häiriön luonteen ja vaikeusasteen mukaan. Tavallisimmat mielenterveys- ja päihdeongelmista kärsivien asiakkaiden esille tuomat toimintakykyyn vaikuttavat ongelmat ovat aloitekyvyttömyys, pelot, heikentynyt keskittymiskyky, heikko itsearvostus sekä arkisten taitojen heikkous (perustarpeista ja ko-

dista huolehtimisen taidot). Passiivisuus sekä yksinäisyys ovat myös tavallisia toimintakykyyn liittyviä ongelmia päihde- ja mielenterveysongelmista kärsivien kohdalla. (Kettunen ym. 2002, 121 - 122.)

Ympäristöllä ja ympäristön suhtautumisella on tärkeä merkitys ihmisen toimintakyvylle. Asenteet päihde- ja mielenterveysongelmista kärsiviä kohtaan ovat usein negatiivisia ja torjuvia, mikä yhtäältä heijastuu koettuna häpeänä, huonommuutena ja syyllisyytenä, toisaalta ympäristöstä saadun tuen vähäisyytenä. Päihdeongelmista kärsivät ovat usein elämänsä historiassaan kokeneet turvattomuutta, hylkäämistä ja vaikeita elämäntilanteita. Näin heille on rakentunut varsin heikko itsearvostus ja epärealistinen käsitys omista mahdollisuuksista tai rajoista. (Kettunen ym. 2002, 122.)

Omassa työssäni keskityn havainnoimaan päihdekuntoutujan sosiaalista toimintakykyä, johon kuuluu kyky olla vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa ja solmia sosiaalisia suhteita sekä kyky toimia omassa elin- ja toimintaympäristössään. Sosiaalisesta toimintakyvystä havainnointini kohdistuu erityisesti yksilön toimintaan ryhmässä, vuorovaikutukseen ja ryhmäytymiseen. (Kettunen ym. 2002, 53.)

2.2.2 Ryhmässä toimiminen

Yksi OTE-hankkeen tavoitteista on, että asiakas oppii toimimaan ryhmässä. Vaikka ihmisille ryhmässä toimiminen on tuttua ja luonnollista, se ei voi olla eikä sen pidäkään olla aina helppoa ja hauskaa. Ryhmä ottaa paljon, mutta se voi myös antaa paljon. Ryhmässä toimiminen tarjoaa ihmisille monenlaisia tietoja sekä tunteita itsestään, toisista ihmisistä ja ympäristöstä. Ryhmässä ihminen oppii ilmaisemaan itseään sekä kuuntelemaan muita entistä paremmin. Ryhmässä toimiminen kehittää ihmisen vuorovaikutus- ja yhteistyötaitoja. (Kaukkila & Lehtonen 2007, 12.)

Tavallisesti ryhmä perustuu jäsenten yhteisille kiinnostuksen kohteille tai tarpeille, ja jollakin tavalla ryhmän jäsenet hyötyvät toisistaan ryhmässä. Yleensä ryhmän jäsenet vaikuttavat toisiinsa sekä heillä on yhteisiä tavoitteita tai mielenkiinnon kohteita. Ryhmäytymisen ansiosta ryhmään kehittyy oma ryhmäidentiteetti. Ryhmän vuorovaikutus ja sen dyna-

miikka saavat aikaan erilaisten roolien syntymisen. Roolien sisältö määräytyy ryhmän päämäärien ja tavoitteiden mukaan. Ryhmän toiminnan kannalta katsoen jäsenillä on rooleja lähinnä heille annettujen tehtävien perusteella. Myös yksilölliset roolit ovat yleisiä ja ne perustuvat henkilökohtaisiin ominaisuuksiin tai taitoihin. Erilaiset asenneroolit tulevat myös ryhmässä usein esille ja ne kuvaavat henkilön käyttäytymistä ryhmässä. Asenneroolit ovat mm. alistuja, auttaja, vetäytyjä tai hauskuuttaja. (Kauppila 2006, 85 – 93.)

2.2.3 Ryhmähoito päihdehuollossa

Käypä hoito -suositusten mukaan päihdekuntoutujan hoidossa psykososiaaliset hoidot ovat hoitotyön perusta. Päihdekuntoutuksessa toteutettavissa psykososiaalisissa hoitomuodoissa keskustelu tai yhdessä tekeminen ovat keskeisiä elementtejä. Ihmissuhteet luovat usein vaihtoehdon päihdeiden käytölle, siksi sosiaalisten taitojen harjoittelu on päihdekuntoutuksessa keskeisessä asemassa. (Lappalainen-Lehto ym. 2007, 172; Alkoholiongelmaisen hoito 2005; Huumeongelmaisen hoito 2006.)

Ryhmähoito päihdehuollossa on saanut alkunsa AA-toiminnan antamien virikkeiden myötä. Ryhmähoidon merkitystä vahvasti suuresti ajatus, että ryhmähoitoa pyrittiin tarjoamaan joissakin tapauksissa lääkehoidon korvaajana. (Ahonen 2005, 133 – 134.) 1950-60-lukujen vaihteessa päihdehuollossa toteutettava ryhmähoito muuttui psykoterapeuttisesta lähestymistavastaan enemmän sosiaalisen vuorovaikutuksen tarkkailuun ja ohjailuun. Yksilön käyttäytyminen ryhmässä heijasteli lapsuuden peruserityksessä ja perheessä omaksuttuja rooleja. (Ahonen 2005, 137.)

Tänä päivänä päihdehuollon ryhmähoidossa merkittäviä ovat AA-, NA- ja Avoryhmät. AA on miesten ja naisten toveriseura, jossa ryhmän jäsenet jakavat keskenään voimansa, kokemuksensa ja toivonsa voidakseen ratkaista yhteisen ongelman sekä auttaakseen toisiaan tervehtymään alkoholismista. Kirjaimet AA tulevat englanninkielisistä sanoista alcoholics anonymous, nimettömät alkoholistit. NA on hyötyä tavoittelematon naisten ja miesten toveriseura tai yhteisö niille, joille huumeista on muodostunut pääasiallinen ongelma. Kirjaimet NA tulevat englannin kielen sanoista narcotics anonymous. Avoryhmä on yhteisö, joka antaa toisilleen vertaistukea. Avoryhmäyhteisö on lähtöisin Ridasjärven päihdehoito-

keskuksesta. Avoryhmän jäsenet ovat raittiita alkoholisteja tai huumeaddikteja. Yhteisössä on myös alkoholistien ja huume-addiktien läheisiä, aikuisia ja lapsia. (Alcoholics anonymous, nimettömät alkoholistit; Nimettömät narkomaanit; Avoryhmäyhteisö.)

3 TUTKIMUKSEN VIITEKEHYS

3.1 Sosiaalipedagoginen viitekehys

Sosiaalipedagogiikka syntyi pyrkimyksenä ehkäistä ja lievittää 1800-luvun yhteiskunnan rakenteellisista muutoksista aiheutuvia sosiaalisia ongelmia. Sosiaalipedagogiikka käsitteenä on laaja ja vaikeasti määriteltävissä. Sosiaalinen viittaa yhteisöllisyyteen (tai laajemmalla merkitykseltään yhteiskunnalliseen) sekä ihmisten väliseen vuorovaikutukseen. Sosiaalinen koskee yhteiskunnan vähäosaisten auttamista ja ihmisten välistä solidaarisuutta. Sana pedagogiikka tarkoittaa oppia kasvatuksesta. Sosiaalipedagogiikasta voidaan puhua kasvatusteoriana ja -teorian, jossa korostetaan kasvatuksen yhteiskunnallisia kytkentöjä tai jossa keskeistä ovat yhteisöllisyyttä, yhteisöllistä yhteiselämää ja ihmisten välistä vuorovaikutusta koskevat kysymykset. Sosiaalipedagogiseen toimintaan kuuluu sekä pyrkimys sosiaalisten ongelmien synnyn, ilmenemismuotojen ja vaikutusten pedagogisten osatekijöiden tunnistamiseen että pedagogisten strategioiden hahmottaminen ongelmien ehkäisemiseksi ja lievittämiseksi niin yksilöiden elämässä kuin yhteiskuntaelämän eri tasoilla. (Hämäläinen & Kurki 1997, 11, 14 - 16.)

Kun sosiaalipedagogiikalla tarkoitetaan laajasti kaikessa ihmistyössä mahdollista ajattelutapaa, merkitsee sosiaalipedagoginen suuntautuminen työn lähtökohtien, tarkoituksen ja toimintamuotojen hahmottamista sosiaalipedagogisesta viitekehystä. Siinä tarkoituksena on kiinnittää huomio pedagogisiin näkökohtiin tarkasteltaessa esimerkiksi päihdeongelmien kanssa kamppailevien ihmisten arkea ja etsittäessä mahdollisuuksia heidän elämänhallintansa ja yhteiskunnallisen integraationsa vahvistamiseksi. Itseapuun auttaminen ja itsekasvatuksellisten prosessien käynnistäminen ja vahvistaminen sekä yksilöiden elämässä että ryhmissä ja yhteisöissä ovat sosiaalipedagogisen työskentelyn keskeisiä periaatteita ja tavoitteita. (Hämäläinen & Kurki 1997, 18 - 19.)

Sosiaalipedagogiikan sovellusalueita voidaan jäsentää sosiaalisten ongelmien luokitusten pohjalta. Köyhyys, avuttomuus ja poikkeavuus eri muodoissaan, syrjäytyminen ja sosiaalinen deprivatio ovat sosiaalipedagogisen työn keskeistä toimintakenttää. Keskeisiä työmuotoja ovat mm. erilaiset toiminnallisen pedagogiat ja terapiat, yhteisökasvatus eri muodoissaan, pedagoginen ryhmätyö sekä yksilö- ja perhekohtainen neuvonta. Sosiaalipedagoginen orientaatio on sovitettavissa kaikkeen sellaiseen ihmistyöhön, jossa kohdataan sosiaalisten ongelmien ja niihin liittyvien elämäkriisien paineessa kamppailevia tai jossa sosiaalisia ongelmia ja sosiaalista syrjäytymistä voidaan pedagogisilla keinoilla ehkäistä. (Hämäläinen & Kurki 1997, 19 - 20.)

Sosiaalipedagogisen toiminnan menetelmä perustuu aina dialogiin, ihmisten väliseen vuorovaikutukseen ja siihen, että ihmiset itse osallistuvat kaikkiin toimintaprosessin vaiheisiin. Sosiaalipedagoginen toiminta ulottuu ennaltaehkäisevästä korjaavaan työhön ja koskettaa yksilöitä, ryhmiä, yhteisöjä ja yhteiskuntia. Sosiaalipedagogisen toiminnan menetelmiä ovat mm. seikkailukasvatus ja elämyspedagogiikka. (Hämäläinen & Kurki 1997, 49.)

Sosiaalipedagoginen viitekehys antaa omalle työlleni teoreettisen mallin, jonka mukaan hevostoimintaa toteutan. Pyrin toiminnan kautta havainnoimaan työni kohderyhmässä tapahtuvaa vuorovaikutusta, ryhmäytymistä sekä yhteisöllisyyttä. Dialogisen keskustelun pyrkimyksenä on innostaa ryhmäläisiä vuorovaikutukseen toistensa, hevosen sekä minun kanssa.

3.2 Aiheeseen liittyviä tutkimuksia

Hevosavusteiseen oppimiseen ja kuntoutukseen liittyvät tutkimustulokset ovat yhä harvassa. Kuitenkin sekä kvalitatiivisten että pilottitutkimusten esittämät positiiviset tulokset herättävät kasvavaa kiinnostusta tätä kuntoutusalaa kohtaan. Suurin osa tähänastisesta hevostavusteiseen oppimiseen ja kuntoutukseen liittyvästä tutkimuksesta on ollut kvalitatiivista eli laadullista. Yhdysvalloissa psykologian pilottitutkimuksissa on saatu lupaavia tuloksia ja tulosten myötä on herännyt tarve uusille kokeellisille tutkimuksille. Hevosavusteisten terapiaohjelmien on todettu vähentävän merkittävästi masennusta riskiryhmän nuorilla. Ohjelmien on havaittu myös kasvattavan elämänhallintataitoja, joita ovat mm. avoin ja suora kommunikaatio, rehellisyys, kärsivällisyys sekä kunnioitus. Eräässä Yhdysvalloissa

toteutetussa pilottitutkimuksessa 13 - 16-vuotiailla nuorilla havaittiin merkittävää itsetunnon ja itsesäätelyn lisääntymistä. Tutkimuksessa ilmeni myös koehenkilöiden tunne vertaisryhmän arvostuksesta ja sosiaalisen hyväksymisen lisääntymisestä. (Kjaldman 2008, 34 - 35.)

Saksalaisen psykoterapeutin Michaela Scheidhackerin vuonna 1991 ilmestyneen tutkimuksen mukaan ratsastusterapian on todettu lisäävän psyykepotilaiden itsearvioiden positiivisuutta. Tuloksia on syntynyt myös psyykepotilaiden elämänolon lisääntymisessä ja jaksamisen paranemisessa. Myös omanarvontunto, sosiaaliset kyvyt ja minäkuva vahvistuivat. Lisäksi ratsastusterapia lievitti masennusoireita, vähensi epävarmuuden ja pelon kokemista, korjasi aggressiivista häiriökäytöstä, tervehdytti potilaiden sosiaalisia suhteita sekä kasvatti heidän itseluottamustaan. (Pitkänen 2008, 24 - 25.)

Kymenlaakson ammattikorkeakoulussa tehty opinnäytetyö, ”Hevosen avulla, hevoskerho 7 - 12-vuotiaille hiljaisille ja syrjäytymisvaarassa oleville lapsille”, hyödyntää sosiaalipedagogista hevostoimintaa lasten kanssa. Työssä on vahvasti uskottu siihen, että talliyhteisössä tapahtuvan sosiaalipedagogisen toiminnan avulla pystytään kehittämään lasten sosiaalisia taitoja, elämänhallintaa, itsetuntoa, esiintymiskykyä sekä laajentamaan lapsen ystäväverkostoa ja näin ehkäisemään syrjäytymistä. (Tuominen 2006.)

Metropolia-ammattikorkeakoulussa on tehty vuonna 2009 valmistunut opinnäytetyö, jossa on hyödynnetty hevosen terapeuttista käyttöä. ”Yhdessä hevosen kanssa: hevosen vaikutus terapeuttiseen yhteistoimintaan” -otsikolla varustetun työn tarkoituksena oli tarkastella hevosen vaikutusta toimintaterapiasuhteeseen. Työn tuloksissa oli havaittu, että vuorovaikutukseen hevonen vaikuttaa sitä lisäävänä ja yhdistävänä, mutta kahdensuuntaista vuorovaikutusta vähentävänä tekijänä. Työssä oli todettu myös, että hevostoiminnoissa korostuu aito ja oikea toiminnan luonne, jossa asiakkaalla on mahdollista kokea itsensä hyödylliseksi ja että hevostoiminnoissa hevosen toiminnan ja olemassaolon vaikutus ovat läsnä kaikessa toiminnassa. (Kuoppa & Manner 2009.)

Diakonia-ammattikorkeakoulussa on valmistunut 2009 syksynä opinnäytetyö, joka keskittyy päihdekuntoutuksen vaikuttavuuteen asiakkaan näkökulmasta Ridasjärven päihdehoitokeskuksessa. Kati Voivala toteutti oman ylemmän sosionomi (AMK) -tutkinnon loppu-

työnsä samalla, kun toimi Ridasjärven päihdehoitokeskuksen OTE-hankkeen toisena työntekijänä. Voivala on haastatellut asiakkaita heidän kokemuksistaan vaikuttavuudesta liittyen seuraaviin teemoihin; tavoitteet, elämänhallinta, ryhmätyöskentely, selviytyminen, terveys, arvot, selviytymiskeinot ja tunteet. Seuraavassa suora lainaus erään asiakkaan kommentista liittyen motivoivaan työtoimintaan;

”Tässä ryhmässä oli työtoimintaa ja sitten hevosterapiaa, nää oli mulle parhaimmat jutut. Siinä on sanoin Marjutille. Et tuntuu paremmalta ku 10 milligramman Diapam, rauhoittavampaa ja mukavampaa. Porukat luuli varmaan et ratsastuksen jälkeen olinki ihan sekasi... mitä mä niistä meidän ryhmä ties et miksi. Työ tai mitä ny tehtiinkään toi hyvän olon.”

Voivala (2009) toteaa, että kukaan haastatelluista ei kokenut motivoivaa toimintaa olleen liikaa sekä toiminnan kautta oli koettu, että päästiin keskustelemaan arkipäivän asioista sekä tutustumaan toisiinsa paremmin. Voivala tuo esiin myös hevosen kanssa toteutetun toiminnan, josta saatu palaute oli ollut hämmästyttävän positiivinen. Asiakkaat olivat kytkeneet hevosen kanssa tehtyä ryhmätoimintaa moneen osa-alueeseen. He kohtasivat pelkonsa, kiinnostamattomuutensa asiaa kohtaan, tunnetilansa hevostoiminnan jälkeen sekä eläimen kanssa käytävän vuoropuhelun. (Voivala 2009, 61 & 73 - 74.)

4 HEVOSEN KÄYTTÖ

Eläimet ovat vuosituhansia eläneet ihmisten kanssa sekä hyötyeläiminä että seuranpitäjinä. Lemmikin vaikutuksesta ihmisen mielenterveyteen ilmestyi ensimmäinen artikkeli Yhdysvalloissa 1944. Myöhemmin eläimiä alettiin käyttää terapeutteina muun muassa vanhainkodeissa, lastensuojelussa sekä mielenterveyspotilaiden kuntoutuksessa. (Eläimistä on terapeuteiksi 2004.) Riutta (2008) toteaa artikkelissaan hevosella olleen merkittävä rooli kulttuurissamme. Hevosen kyydillä ihminen pystyi liikkumaan nopeammin ja näin ollen tiedonvälitys helpottui. Hevonen toimi myös työjuhtana pelloilla ja metsissä (Riutta 2008.)

Chernak McElroyn (1997) mukaan eläimillä, joiden kanssa jaamme kotimme ja jotka seuraavat meitä työhön, on ällistytävä ja ainutlaatuinen kyky nähdä läpi meidän valheellisuus-

temme ja auttaa meitä muuttumaan aidommiksi ihmisiksi. Kun olemme kahden eläintoverimme kanssa, pois jäävät naamiot ja esitykset, haarniskat ja teeskentely, jotka olemme kehilleet rakkaita, ystäviä ja vihollisia varten. Eläintemme seurassa olemme aidoimmillamme. Eläimet tekevät työnsä usein hienovaraisesti. Se tapahtuu kosketuksin, katsein, olemalla läsnä. Eläimet osaavat olla ihmisen luona niin kauan kuin on tarpeen. Ne eivät käänny pois nähdessään surua ja kyyneleitä niin kuin ihmisillä kovin usein on tapana kipua pelätessään (Chernak McElroy 1997, 30 & 107.)

Hevosta tarkkailemalla voi helposti nähdä, onko hevonen vihainen, pelokas vai utelias. Hevonen käyttää sosiaalisessa viestinnässään paljon kehonkieltä ja liikkeitä ilmaisemaan suhtautumistaan toiseen yksilöön (Hevosen lajinmukainen käyttäytyminen 2008). Hevonen rekisteröi kaikki perustunteet; vihan, pelon, ilon ja surun. Hevonen ei kuitenkaan ole kuin ihmisterapeutti, se ei arvota tai järkeile. Kaikki tunteet ovat sallittuja ja ne voi kohdata ja oppia toimimaan niin, että tunne on voimavara. Hevonen vaatii kuitenkin ihmisen tunteilta selkeyttä, sen kanssa tulee olla johdonmukainen ja pitkäjänteinen. Hevosen roolina hevosavusteisessa kuntoutuksessa on olla terapeutin ”mahdollistaja” ja oppimisen vahvistaja. Hevosta pidetään muita eläimiä tehokkaampana ”kuntouttavana” eläimenä sen fyysisen olemuksen tarjoamien piirteiden vuoksi. Toiminta hevosen kanssa perustuu aina tunteisiin ja kokemukselliseen läsnäoloon. Hevosen kanssa työskentely voi auttaa ihmisiä ilmaisemaan tunteitaan rehellisemmin ja aloitteellisemmin. (Pitkänen 2008, 41 & 42; Kjälldman 2008, 34; Riutta 2008.)

Hevonen on ainutlaatuinen terapiaeläin, sen kanssa toimimista käytetään niin lasten kuin aikuisten ongelmien käsittelemisessä. Hevonen omaa äärimmäisen herkän ruumiinkielen, rikkaan tunneviestinnän ja kehittyneet sosiaaliset kyvyt. Hevonen on rehellinen ja suora mutta lempeä ja rohkaiseva peili ihmisen tunnemaailmalle. Terapiaeläimeksi hevonen sopii myös siksi, että se on luonnostaan äärimmäisen kiinnostunut ympäristöstään ja muista lajeista. (Pitkänen 2008, 18 - 19.) Hevosen kanssa toimiessa ihminen saa toiminnastaan palautteen välittömästi, kuten Pitkänen (2008) teoksessaan toteaa; ”*Psykiatrisessa ratsastusterapiassa hevosen reaktiot vievät paranemisprosessia eteenpäin. Hevonen ottaa potilaaseen kontaktia, on kiinnostunut hänen tunteenilmaisustaan ja antaa siitä palautetta omalla käytöksellään*”. Ratsastaessa ja hevosta hoitaessa ihminen joka tapauksessa käsittelee tun-

teitaan, oli ongelmia tai ei. Ratsastaessaan ihminen oppii lukemaan omia tunnetilojaan ja elämään siinä hetkessä, sillä jos keskittyminen herpaantuu, selästä putoaa. (Riutta 2008.)

Tuominen (2006) mainitsee työssään, että hevosta on käytetty psyykkisten ja fyysisten sairauksien hoidossa jo pitkään. Hevosen avulla on saavutettu positiivisia tuloksia mm. asiakkaiden motivaation lisääntymisessä, itsetunnon parantumisessa, itsensä tarpeelliseksi kokemisessa sekä vuorovaikutustaitojen kehittymisessä. (Tuominen 2006, 9.) Hevosen käytön juuret ulottuvat Isoon Britanniaan, Saksaan, Sveitsiin ja Yhdysvaltoihin. Haavoittuneita brittisotilaita hoidettiin hevosten avulla jo sata vuotta sitten. (Peltonen 2008, 6.)

Lohjalla sijaitseva Paloniemen Sairaala on ollut vuodesta 1997 psykiatrisen ratsastusterapian pioneeriyksikkö maassamme. Paloniemessä ratsastusterapiaa annetaan lasten- ja aikuispsykiatrian osastoilla sekä avohoidossa. Terapiaa toteutetaan noin kymmenen hoitokerran jaksoissa. Terapeutti, potilas ja hevonen työskentelevät yhdessä noin tunnin kerrallaan hoitaen hevosta sekä tehden tallitöitä ja erilaisia terapeutteja ratsastusharjoituksia, jotka sovitetaan potilaan fyysisen ja psyykkisen kunnon sekä hoidontarpeen mukaan. Terapiaa toteutetaan myös ryhmille. Hevoset auttavat potilaita selviämään mm. vakavasta masennuksesta, syömishäiriöstä, psykooseista sekä vakavista psyykkisistä traumoista. (Pitkänen 2008, 14 - 15.)

Espoossa sijaitsevassa Pihlajakodissa sosiaalipedagoginen hevostoiminta on otettu yhdeksi kuntoutusmuodoksi. Kuntoutumispalveluja mielenterveyskuntoutujille tarjoava Pihlajakoti Oy aloitti sosiaalipedagogisen hevostoiminnan kesällä 2005. Pihlajakodissa sosiaalipedagogista hevostoimintaa toteutetaan ryhmämuotoisesti. Sillä pyritään edesauttamaan asiakkaan sosiaalista toimintakykyä sekä vahvistamaan asiakkaan käsitystä itsestään. Tavoitteena on vahvistaa yksilön kykyä selviytyä, kehittää elämänhallinnan taitoja sekä saada hänet tietoiseksi omista mahdollisuuksistaan. (Pihlajakoti Oy.)

Toteuttamani hevostoiminta hyödyntää sosiaalipedagogisen hevostoiminnan mallia, joten käsittelen sitä laajemmin seuraavassa kappaleessa. Koska viittaan työssäni myös ratsastusterapiaan, käsittelen sitä tässä lyhyesti. Ratsastusterapia on terapeutin ja hevosen yhdessä toteuttamaa kokonaisvaltaista kuntoutusta, ja sitä voidaan käyttää hyvin erilaisissa tilanteissa. Ratsastusterapeutti voi pohjakoulutuksestaan riippuen painottaa terapiassa mm. mo-

torisia, pedagogisia ja psykologisia tavoitteita. Ratsastusterapiasta on apua kehitys- ja liikuntavammojen, autismin sekä käytöshäiriöiden hoidossa. Ratsastusterapiassa korostuvat fyysisuus, yksilöllisyys sekä ratsastusopetus (Peltonen 2008, 6). Ratsastusterapia perustuu hevosen liikkeeseen ja sen ainutlaatuisuuteen, kun sosiaalipedagoginen hevostoiminta puolestaan perustuu hevosen olemassaoloon. (Tuominen 2006, 7; Aranko 2008, 4.)

4.1 Sosiaalipedagoginen hevostoiminta

Sosiaalipedagoginen hevostoiminta on ennaltaehkäisevä ja korjaava sosiaalisen kuntoutuksen menetelmä syrjäytymisen ehkäisyssä. Toiminnassa korostetaan sosiaalipedagogista viitekehystä, toisin sanoen sosiaalisen kasvun ja hyvinvoinnin tukemista. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta voi parhaimmillaan olla ratkaisukeskeistä itsensä kehittämistä. Siinä tarkoituksena on keskittyä voimavaroihin sen sijaan, että etsittäisiin ratkaisuja ongelmiin tai käyttäytymiseen. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta eroaa ratsastusterapiasta tai vammaisratsastuksesta siinä, että sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa keskeistä ovat yhteisöllisyys, toiminnallisuus, vuorovaikutus, elämyksellisyys ja kommunikaatio. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta on enemmän kuin pelkkää ratsastamista, tarkoituksena on hevosen ja ihmisen välinen kommunikaatio sekä toiminta. Sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan kuuluvat kaikki tallilla tehtävät työt, esimerkiksi hevosen harjaaminen, taluttaminen, ruokinta, ratsastus ja ajaminen. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta ei ole terapiaa, eikä se paranna ketään, mutta se on hyvä lisä muulle hoidolle ja kuntoutukselle. (Soukka 2007; Peltonen 2008, 6.)

Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa keskeisiä elementtejä ovat sosiaalipedagogiikan peruseriaatteet, joita ovat yhteisöllisyys, elämyksellisyys sekä toiminnallisuus. Toiminnallisuuden, elämyksellisyyden ja yhteisöllisyyden kautta voidaan vaikuttaa itsetuntoa ja -tuntemusta rakentavasti, opetella sosiaalisia taitoja ja elämönhallintataitoja sekä tunnistaa tunteita. (Soukka 2007.) Päihteidenkäyttäjät kärsivät usein itsetunnon heikentymisestä, ajattelutapojen vääristymisestä sekä psyykkisten itsesääätelykeinojen niukkuudesta. Sosiaalisina ongelmina heillä saattaa esiintyä myös avuttomuutta toimia sosiaalisissa tilanteissa, vaikeutta kieltäytyä päihteistä ja ongelmanratkaisumallien sekä elämönhallintataitojen puuttumista. (Havio ym. 2008, 36; Saarelainen, Stengård & Vuori-Kemilä 2003, 66.)

Kaiken sosiaalipedagogisen hevostoiminnan keskipisteenä on hevosen hyvinvointi, harjaaminen ja hevosesta huolehtiminen ovat ensisijaisen tärkeitä. (Soukka 2007.) Päihdekuntoutujalla omasta hyvinvoinnista huolehtiminen saattaa olla jäänyt taka-alalle, jolloin hevosta huoltamalla, saa kosketuksen myös omaan hyvinvointiin ja siitä huolehtimiseen. Säännöllinen hevosesta huolehtiminen tuo elämään rytmiä ja vastuullisuutta (Arell 2007).

Hevosen kanssa toimimalla opitaan myös vuorovaikutustaitoja. Käytännön kokemuksen ja aidon tunteen vuorovaikutuksesta syntyy kasvuprosessi. Yhdessä jaettu ja koettu kokemus saa aikaan voimakkaan yhteenkuuluvuuden tunteen. Tällainen toiminta nostaa voimakkaita positiivisia kokemuksia. Myönteinen ja eteenpäin suuntautunut toiminta on rakentava voimavara myös arkielämän haasteissa. (Soukka 2007.) Riippuvuus usein heikentää elämäntilannetta muokkaamalla ihmisen luonnekuvaa ja vuorovaikutustaitoja. Päihderiippuvaisella ihmisellä vuorovaikutustaidot ovat usein kateissa, ja riippuvuusloukussa olevalla ihmisellä ilmenee mm. empaattisuuden puutetta. Hän voi olla välinpitämätön palautteelle tai hylkiä sitä, joten vuorovaikutus ei toimi. Hänellä voi myös olla hankaluuksia tunneilmaisussa. (Saarelainen ym. 2003, 162 - 163.)

Päihdeongelmista pitempään kärsinyt on usein kokenut suuriakin pettymyksiä, minkä vuoksi hänellä on vaikeuksia luottaa toisiin ihmisiin sekä luoda ja ylläpitää ihmissuhteita. Hänellä saattaa olla erilaisia menetyksen, hylätyksi, torjutuksi ja leimatuksi tulemisen kokemuksia ja pelkoja. Kun perusluottamus toiseen ihmiseen puuttuu, on päihteenkäyttäjätavallista riippuvaisempi muiden ihmisten kunnioittavasta ja hyväksyvistä suhtautumisesta voidakseen puhua asioistaan. (Havio ym. 2008, 26.) Hevosen kanssa tehdyt harjoitukset mukailevat tavallisia luottamus ja kehohallintaharjoituksia. Niiden avulla asiakas oppii paitsi käsittelemään hevosta myös rakentamaan luottamusta, vetämään rajoja sekä kantamaan vastuuta eri tilanteissa. (Pitkänen 2008, 47.)

Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa hevosen kautta on mahdollista kiinnittyä yhteisöön myös sellaisellakin ihmisellä, jolla on vaikeuksia solmia kontakteja muihin ihmisiin. Eläimeen on usein helpompi solmia tunnesuhde, vaikka taustalla olisi paljon pettymyksiä ihmissuhteissa ja/tai heikot ihmissuhdetaidot. Hevonen ei syrji vammaa, ulkonäköä, taitojen, taustan tai muun perusteella, vaan sen voi jokainen kohdata aitona itsenään. Siksi he-

vonon on pyyteetön ystävä. Hevonen voi myös tarjota korvaavan kokemuksen ihmissuhteissa haavoittuneelle ihmiselle. Hevonen odottaa sitä kohdeltavan hyvin ja sitä kautta hevosen kanssa toimiva ihminen saa ainutlaatuisen oppimistilaisuuden oman käyttäytymisensä vaikutuksesta toiseen elävään olentoon. Hevonen antaa välittömän ja aidon palautteen, vaikkakin se on usein sangen armahtavainen. Hevoselta saatu palaute voi olla myös helpompi ottaa vastaan kuin toiselta ihmiseltä saatu palaute. (Soukka 2007.)

Päihderiippuvainen ihminen ei välttämättä näytä kantavan vastuuta muista eikä näytä käsittävän, että hän itse vaikuttaa käyttäytymisellään asioiden kulkuun. Hänelle saattaa olla vierasta se, että hoidon tai muun työn tulokset riippuvat yhteisistä ponnisteluista ja kiitokset kuuluvat kaikille, myös hänelle itselleen. Hänen saattaa myös olla vaikea samaistua laajempiin ryhmiin tai suurempiin yhteisöihin, kuten toveripiiriin, työtovereihin ja harrastuspiireihin sekä ihmiskuntaan. (Saarelainen ym. 2003, 163.) Päihdeongelmallisille hevonen ja talliympäristö antavat mahdollisuuden opetella yhteisön sääntöjä ja rajoja, vaikeiden tunteiden sietämistä ja kohtaamista yhteisössä. (Pitkänen 2008, 46.)

Tuomisen (2006) mukaan sosiaalipedagogista hevostoimintaa on Suomessa toteutettu seuraavasti: talliyhteisössä tehtävänä työtoimintana, lastensuojelun avohuollon ratsastusryhminä sekä koulupudokkaiden aktivoimisena. Kuntouttavana toimintana sitä on kokeiltu myös huume kuntoutujien sekä psykiatristen potilaiden kohdalla. (Tuominen 2006, 10.)

Jotta sosiaalipedagogista hevostoimintaa voi toteuttaa, on ohjaajalla oltava siihen tarvittava koulutus. Kuopion yliopisto käynnisti vuonna 2002 sosiaalipedagogisen hevostoiminnan koulutuksen syrjäytymisen ehkäisyssä ja sosiaalisessa kuntoutuksessa. Koulutus perustuu vahvasti yliopistolliseen sosiaalipedagogiseen teoriaopetukseen ja sen näkökulman hyödyntämiseen. Koulutus on tarkoitettu opetus-, sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille, jotka voivat soveltaa sosiaalipedagogista hevostoimintaa työssään. (Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan koulutus syrjäytymisen ehkäisyssä ja sosiaalisessa kuntoutuksessa.) Tässä työssä toteutettu hevostoiminta hyödyntää sosiaalipedagogisen hevostoiminnan mallia.

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Idea tutkimuksesta lähti liikkeelle ajatuksesta toteuttaa hevosen kanssa toiminnallinen opinnäytetyö päihdekuntoutujille. Keväällä 2008 kävin neuvotteluja Ridasjärven päihdehoitokeskuksen kanssa mahdollisesta opinnäytetyön tekemisestä. Sain tietoa OTE-hankkeen sijoittumisesta syksylle 2008 ja olin kiinnostunut toteuttamaan oman työni OTE-hankkeen ryhmälle. 25.8.2008 kävin tapaamassa OTE-hankkeen työntekijöitä Anette Mustosta ja Kati Voivalaa. Sovimme osuudestani seuraavalla OTE-jaksolla, jonka kohderyhmä muodostui vantaalaisista päihdekuntoutujista. Tarkoitukseni oli toteuttaa ryhmälle 8 viikon aikana viikoittain toimintaa hevosen kanssa sekä osallistua muutenkin aktiivisesti kuluvan 8 viikon aikana OTE-hankkeen tapaamisiin sekä tutustumiskäynteihin Vantaalle.

5.1 Kohderyhmä

Tutkimukseni kohderyhmänä oli Uudenmaan päihdehuollon toteuttaman OTE-hankkeen ryhmä päihdekuntoutujia. Kohderyhmä muodostuu 8 - 9 vantaalaisesta päihdekuntoutujasta, jotka olivat valikoitu OTE-hankkeen ryhmään. Ryhmässä on sekä naisia että miehiä, ikähaarukka on 26 - 66 vuotta.

5.2 Tutkimuksen tavoite ja tarkoitus

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, mitä hevosen kanssa tapahtuva yhteistyö tuo päihdekuntoutujan arkeen ja mikä merkitys sillä on ryhmän toimintaan. Opinnäytetyön tarkoituksena oli myös selvittää hevosenkäyttömahdollisuuksia päihdetyön alalla sekä herättää päihdealaa hevosen terapeuttisen käytön hyödyntämiseen. Tavoitteena oli saada päihdekuntoutujien omat ajatukset hevostoiminnasta esille.

5.3 Tutkimusongelmat

1. Mitä hevosen kanssa tapahtuva yhteistyö tuo päihdekuntoutujan arkeen?
2. Hevosen kanssa tapahtuvan yhteistyön merkitys ryhmän toimintaan.

5.4 Tutkimusmenetelmät

Työni on toiminnallinen opinnäytetyö. Tutkimusmenetelmä työssäni on laadullinen eli kvalitatiivinen. Aineistonhankintamenetelmänä työssäni hyödynnän suurimmaksi osaksi osallistuvaa havainnointia ja lisäksi haastattelen kohderyhmää yhteisissä ryhmätapaamisissa.

5.4.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on toteuttaa ammatillisessa kentässä käytännön toiminnan ohjeistamista, opastamista, toiminnan järjestämistä ja järjeistämistä. Sen tulee kehittää työelämää käytännönläheisellä tavalla. Toiminnallinen opinnäytetyö voi olla alasta riippuen esimerkiksi ammatilliseen käyttöön suunnattu ohje, ohjeistus tai opastus, kuten perehdyttämisopas, ympäristöohjelma tai turvallisuusohjeistus. Se voi olla myös jonkin tapahtuman toteuttaminen kuten messuosaston, konferenssin tai näyttelyn. Toiminnallisessa opinnäytetyössä tärkeää on, että siinä yhdistyvät käytännön toteutus ja sen raportointi tutkimusviestinnän keinoin. (Vilka & Airaksinen 2003, 8 - 9.)

Toiminnallisen opinnäytetyön perusajatuksena on, että se kehittää työelämää käytännönläheisellä tavalla. Toteuttamani hevostoiminnan tarkoituksena on juuri kehittää työelämää ja herättää mielenkiintoa aiheeseen. Päihdehoidossa asiakkaat työskentelevät suurimmaksi osaksi omien ajatusten ja käyttäytymisen kanssa, siksi ajattelin järjestää päihdekuntoutujille jotakin toiminnallista, sellaista mitä voi toteuttaa ulkona, raittiissa ilmassa. Toiminnan kautta itse olen elämässäni oppinut monia asioita ja uskon, että toiminnan kautta omia ajatuksia ja tunteita on helpompi käsitellä. Toiminta ainakin antaa muuta ajateltavaa kuin

omaan elämään liittyvät ongelmat. Ihminen voi keskittyä omien puutteidensa sijasta omiin kykyihinsä, toisin sanoen hän voi löytää voimavaroja arkeen.

5.4.2 Kvalitatiivinen tutkimus

Kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimuksen lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen ja tavoitteena on ymmärtää tutkimuskohdetta. Laadullisessa tutkimuksessa pyritäänkin tutkimaan kohdetta mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa on pyrkimyksenä pikemminkin löytää tosiasioita kuin todentaa jo olemassa olevia väittämiä. Voidaankin todeta, että kvalitatiivinen tutkimus on luonteeltaan kokonaisvaltaista tiedonhankintaa, jossa aineisto kootaan luonnollisissa ja todellisissa tilanteissa. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa suositaan ihmistä tiedon keruun instrumenttina. Perusteluna tälle on ajatus, että ihminen on riittävän joustava sopeutumaan vaihteleviin tilanteisiin. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa myös suositaan metodeja, joissa tutkittavien näkökulmat ja ”ääni” tulevat esille. Tällaisia ovat esimerkiksi teemahaastattelu, osallistuva havainnointi ja ryhmähaastattelut. Laadullisessa tutkimuksessa tyypillistä on myös, että kohderyhmä on valittu tarkoituksenmukaisesti, eikä satunnaisotoksen menetelmää käyttäen. Tutkimussuunnitelma muotoutuu tutkimuksen edetessä ja tutkimusta toteutetaan joustavasti. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 157 – 160, 176.)

Valitsin omaksi tutkimusmenetelmäksi laadullisen tutkimusmenetelmän, koska tarkoituksenani on tutkia todellista elämää, todellisissa tilanteissa. Laadullinen tutkimusmenetelmä myös mahdollistaa tutkittavien lähelle pääsemisen, mikä sopii omaan tutkimukseeni. Tarkoituksenani oli myös valita tutkimukseni kohderyhmä tarkoituksenmukaisesti. Laadullisen omasta tutkimuksestani tekee myös se, että tutkimukseni ajan keskityin kokonaisvaltaisesti kohderyhmäni toimintaan, en pelkästään oman toimintani kautta, vaan myös kohderyhmän muihin tapaamisiin osallistumalla. Tärkeää on myös se, että pyrin tutkimuksessani tuomaan tutkittavien äänen kuuluviin.

5.4.3 Osallistuva havainnointi

Havainnointi on tieteellisen tutkimuksen perusmetodi, jota hyödynnetään havaintojen keräämisessä tutkimuksessa. Havainnoinnilla saadaan tietoa esimerkiksi siitä, toimivatko ihmiset, kuten sanovat toimivansa. Havaintoja voidaan kerätä tutkimusta varten sekä luonnollisessa ympäristössä eli siellä, missä ihmiset elävät, sekä laboratorio olosuhteissa. Luonnollisessa ympäristössä tehtyjen havaintojen etuna on, että havainto tehdään siinä asiayhteydessä, jossa se ilmenee. Havainnointi sopii hyvin tutkimuksiin, joissa tutkitaan yksittäisen ihmisen toimintaa sekä hänen vuorovaikutustaan toisten ihmisten kanssa. Havainnointia pidetään ensisijaisesti laadullisen tutkimusmenetelmän aineistonhankintatapana. Osallistuva havainnointi on yksi havainnointitavoista. (Vilka 2006, 37 – 38.)

Osallistuva havainnointi tarkoittaa sitä, että tutkija osallistuu tutkimuskohteensa toimintaan tutkimuskohteen ehdoilla ja yhdessä sen jäsenten kanssa ennalta sovitun ajanjakson aikana. Usein osallistuva havainnointi tapahtuu ennalta valitusta teoreettisesta näkökulmasta. Osallistuvalla havainnoinnilla pyritään saamaan tietoa siitä, millä tavalla tutkimuskohteen jäsenet noudattavat kuvailemaansa normia tai ihannetta. Osallistuva havainnointi edellyttää sitä, että tutkija pääsee sisään tutkittavaan yhteisöön. Osallistuvassa havainnoinnissa tutkija osallistuu ryhmän elämään, mutta hän tekee tutkittavilleen myös kysymyksiä. (Vilka 2006, 44 – 45; Hirsjärvi ym. 2007, 212.)

Omassa työssäni osallistuva havainnointi sopii hyvin aineistonhankintatavaksi koska pääsen lähelle tutkimuskohdetta ja pystyn havainnoimaan tutkimuskohteen toimintaa. Havainnointi aineistonhankintatapana sopii myös tutkimukseeni siksi, koska pääsen luonnolliseen ympäristöön tekemään havaintoja. Tärkeää osallistuvan havainnoinnin kannalta on, että pääsen osallistumaan ennalta sovittuna ajanjaksona kokonaisvaltaisesti ryhmän toimintaan, mikä auttaa minua pääsemään sisään tutkittavaan yhteisöön. Osallistuvaa havainnointia toteuttaessani hyödynnän lisäkysymysten tekemistä, mikä auttaa tutkimuskysymyksiin vastausten saamisessa. Osallistuvan havainnoinnin tarkoituksena on saada havaintojen kautta selville, mikä merkitys hevosen kanssa tapahtuvalla yhteistyöllä on OTE-ryhmän toimintaan, esimerkiksi auttavatko ryhmän jäsenet toisiaan selkään kiipeämisessä tai antavatko

palautetta toisilleen. Havainnointimenetelmän avulla toivon saavani tietoa myös siitä, mitä hevostoiminta tuo päihdekuntoutujan arkeen.

5.4.4 Haastattelu

Haastattelu on tiedonkeruumenetelmänä ainutlaatuinen, koska siinä ollaan suorassa kielellisessä vuorovaikutuksessa tutkittavien kanssa. Usein kvalitatiivisissa tutkimuksissa haastattelu onkin ollut päämenetelmänä. Haastattelussa on niin hyviä kuin huonojakin puolia. Suurena etuna muihin tiedonkeruumenetelmiin verrattuna on se, että siinä voidaan säädellä aineiston keruuta joustavasti tilanteen edellyttämällä tavalla ja vastaajia myötäillen. Yhtenä perusteluna haastattelun käyttämisessä on esimerkiksi se, että halutaan syventää saatavia tietoja. (Hirsjärvi ym. 2007, 199 – 200.)

Omassa työssäni hyödynnän haastattelua tarkentamaan havaintojani. Koska pääsen työssäni näkemään tutkittavat ja keskustelemaan heidän kanssaan, on haastattelu mielestäni hyvä aineistonkeruumenetelmä havainnoinnin lisänä. Näin saan todennettua tekemiä havaintojani tutkittavien kertomusten kautta. Haastattelua voi toteuttaa eri tavalla, ja työhöni parhaiten sopiva on avoin haastattelu, jossa haastatteliija selvittelee haastateltavan ajatuksia, mielipiteitä, tunteita ja käsityksiä sen mukaan kuin ne tulevat aidosti vastaan keskustelun kuluessa. (Hirsjärvi ym. 2007, 204.) Hyödynnän avointa haastattelua ryhmähaastatteluna osallistuessani OTE-jakson ryhmätapaamisiin. Pysin haastattelun avulla selvittämään sen, mitä hevostoiminta tuo päihdekuntoutujan arkeen.

6 TUTKIMUSKERRAT JA HAVAINNOT

Opinnäytetyöni toiminnallinen osuus toteutui ajanjaksolla 5.9.2008 – 18.11.2008. Tänä aikana järjestin hevostoimintaa aluksi 8 kertaa viikoittain ja tämän jälkeen vielä yhden kerran marraskuussa, jolloin osa ryhmäläisistä tuli intervallijaksolle. Toiminta tapahtui Ridajärven päihdehoitokeskuksen piha-alueella, paitsi viimeinen tapaaminen, jolloin ryhmä pääsi käymään talli ympäristössä. Toiminta oli kestoaltaan 1 h 30 min yhteensä. OTE-

ryhmä oli jaettu kahteen osaan, jolloin toimintaa oli 45 min/ryhmä. Kävimme keskustelua OTE-ryhmän ohjaajien kanssa siitä, että on hyvä jakaa 9 hengen ryhmä kahteen, jotta kaikki pääsevät varmasti toimimaan hevosen kanssa. Hevostoiminnan ohella osallistuin tänä samana ajanjaksona OTE-ryhmän muuhun ohjelmaan, olin mukana eri tutustumiskäynneillä Vantaalla, osallistuin heidän keskusteluryhmiin sekä osallistuin myös OTE-jakson päättäjäisjuhlaan. Näin ollen pystyin keräämään aineistoa sekä havaintoja laajasti koko jakson aikana.

Toimintakertojen sisällön olin alustavasti suunnitellut jokaista kertaa varten etukäteen. Jälkeenpäin totesin ryhmän edistyvän niin vauhdilla, että olin suunnitellut toiminnot hieman aliarvioiden ryhmäläisten oppimistaitoja sekä motivaatiota. Pystyin kuitenkin helposti suunnittelemaan aina edellisen kerran jälkeen seuraavan kerran sisällön. Toiminta sisälsi hevoseen tutustumista, herkkujen syöttelyä, rapsuttelua, harjausta, satulointia, valjastamista, ratsastusta, ajamista, hevosen taluttelua sekä eri varusteisiin tutustumista. Ensimmäisen toimintakerran jälkeen tein ryhmäläisille muistipaperin, johon olin laittanut selkeät kuvat eri varusteista ja niiden nimistä. Näin ollen ryhmäläisten oli helpompi tutustua hevosaiheisiin sanoihin, kuten riimu, riimunnaru, loimi ym. Muistipaperi löytyy liitteenä (liite 4).

Toiminnassa käytin kahta hevosta, tutustumiskäynnillä yhteistyökumppaninani oli oma ponini, Santtu. Santtu on 26-vuotias Gotlanninruss-rotuinen poni, joka sopii ikänsä ja rauhallisuutensa vuoksi täydellisesti tämänlaiseen toimintaan. Santtu on ehtinyt elämänsä aikana kuljettaa kyydissään niin lapsia kuin vanhuksiakin. Santulla on paljon kokemusta eri ihmisten kanssa toimimisesta, Santtu on mm. toiminut asuinkylänsä kesäteatterissa näyttelijänä vuodesta 1990 lähtien aina vuoteen 2004 asti. Toisena hevosenä käytin Santun kanssa samassa tallissa asustavaa Piirto-nimistä Suomenhevosta. Piirto on 17-vuotias entinen ravihevonen ja nykyään Piirto toimii harrasteratsuna. Piirto toimikin pääsääntöisesti yhteistyökumppaninani Santtu-ponin sairastuttua. Piirto oli esimerkillinen yhteistyökumppani ja Piirrosta tulikin osalle ryhmäläisistä erittäin hyvä ystävä. Ryhmäläisten toiveena oli OTE-jakson päätyttyä Piirron näkeminen myöhemmin toteutuvalla intervallijaksolla.

6.1 Tutustumiskerta

5.9.2008 saavuimme Ridasjärven päihdehoitokeskuksen pihalle Santtu-ponin kanssa. Tämä ensimmäinen kerta oli tutustumiskerta ja samalla kerroin omasta osuudestani ryhmäläisille koskien heidän OTE-jaksoaan. Ensimmäisellä kerralla ryhmän jäsenet pääsivät koskemaan hevosta, jos halusivat, ja rohkeimmat halusivat käydä heti selässäkin. Ryhmässä oli ensimmäisellä tapaamisella 9 henkilöä, mutta oli mahdollista että kymmenes tulisi vielä ryhmään. Ryhmästä huomasi heti, ketkä olivat eniten kiinnostuneita hevosesta ja ketkä pysyivät selvästi kauempana. Myös kun keskustelimme hevosista ja aikaisemmista kokemuksista hevosten kanssa, oli muutamilla positiivisia kokemuksia ja joillakin negatiivisia kokemuksia. Selitin ryhmälle, että hevosen kanssa ei ole pakko olla kosketuksissa jos ei halua. Mutta on tärkeää että koko ryhmä osallistuu seuraamalla, kun halukkaat toimivat hevosen kanssa.

Ensimmäisellä kerralla ryhmän mukana oli toinen OTE-ryhmän ohjaajista, jonka kanssa jaoimme ryhmän kahteen. Päätimme yhden ryhmän toiminnan kestoksi 45 min. Keskustelimme ohjaajan kanssa siitä, kuinka syksyn tullessa ilmat saattavat heikentyä ja sateita saattaa tulla. Onneksi tällä ensimmäisellä kerralla sää suosi meitä ja suoriuduimme toiminnasta ulkosalla. Päätin selvittää mahdollisuuksia sateen yllättäessä käyttää Ridasjärven päihdehoitokeskuksen läheisyydessä sijaitsevaa latoa.

Ensimmäisen tapaamiskerran jälkeen minulle jäi hyvä mieli, koska suurin osa ryhmästä oli kuitenkin innostuneita ja kysyessäni heidän mielipidettään tällaisesta toiminnasta heidän OTE-jaksonsa aikana, yksi ryhmäläisistä vastasi: ”*Tämäntapainen toiminta antaa mukavaa vastapainoa sille aivotyöskentelylle, jota keskusteluryhmissä harjoitetaan*”.

6.2 Ensimmäinen toimintakerta

Ensimmäisen toimintakerran järjestin 10.9.2008. Olimme Piirto-hevosen kanssa Ridasjärven päihdehoitokeskuksen pihalla noin klo 12.30, jolloin oli vuorossa ryhmä nro 1. Ryhmässä on Jari, Toni, Lasse sekä Ville (nimet muutettuja). Ensimmäisellä toimintakerralla ryhmäläiset saivat harjata hevosta ja tutustua hevoseen, sillä tällä kertaa kaverinani oli Piir-

to. Selvästi huomasi, kuinka ryhmäläisten oli vaikeampi lähestyä Piirtoa, koska Piirron ja Santun välillä on selvä kokoero. Kuitenkin kaikki uskalsivat koskettaa hevosta ja antaa leipää ja omenaa. Lasse, joukon vanhimpana ei ollut niinkään innostunut hevosen kanssa toimimisesta, vaan hän halusi ottaa hevosesta valokuvia, jotta voi niistä sitten piirtää hevosen. Lasse on erittäin lahjakas piirtäjä ja maalaaja. Hän itsekin sanoi piirtämisen ja maalaamisen olevan hänelle terapeutista. Minusta oli todella hyvä idea, että hän yhdistää taiteelliset lahjansa tähän toimintaan ja käyttää hevosta mallina. Ensimmäisestä ryhmästä hevosen selkään menivät Jari, Toni ja Ville. Tällä ensimmäisellä kerralla keskityttiin hevosen tutustumiseen ja hevosen kanssa toimimiseen liittyviin sääntöihin. Keskustelimme myös paljon raviurheilusta, mistä ryhmäläisillä tuntui olevan kokemusta ja tietämystä.

Toinen ryhmä, johon kuuluvat Jussi, Lauri, Tero, Saara ja Raimo (nimet muutettuja), aloitti klo 13.15. Olin ottanut mukaani harjoja ja kaviokoukun. Tästä toisesta ryhmästä hevosta uskalsivat lähestyä kaikki, mutta selkään uskalsivat kiivetä vain Raimo ja Lauri. He olivat uskaltaneet tapaamiskerralla käydä myös Santtu-ponin selässä. Tällä ensimmäisellä toimintakerralla harjasin itse ja annoin ryhmäläisten harjata hevosta, valjastin, sekä kerroin paljon hevosen kanssa työskentelystä ja välineistä. Myös jotkin hevosen eleet ja ilmeet tulivat tuiksi.

Ensimmäisellä toimintakerralla Jari, Toni, Ville, Raimo ja Lauri kävivät selässä ratsastamassa ja rohkeimmat kokeilivat tasapainoharjoituksia ilman jalustimia. Itse olin ohjaksissa enkä antanut vielä täyttä hevosen hallintaa ratsastajalle. Kaikki uskalsivat lähestyä hevosta ja syöttää sille herkkuja.

6.3 Toinen toimintakerta

Toinen toimintakerta tapahtui 15.9.2008 klo 14.30 ja tälläkin kertaa yhteistyökumppanina oli Piirto. Sää oli suosiollinen, ja saimme toiminnan ulkona toteutettua. Ensimmäisestä ryhmästä puuttui tällä kertaa Toni, joka oli ilmeisesti nukkumassa, tai muuten vaan huonolla tuulella. Tämä ensimmäinen ryhmä oli muutenkin muuttanut muotoaan, sillä ryhmästä oli jäänyt pois Ville ja Kaija oli tullut tilalle (nimi muutettu). Tällä kerralla näytin itse hevosen selästä käsin oikeaoppista istuma-asentoa ja ohjasotetta. Ensimmäisestä ryhmästä

Jari kiipesi Piirron selkään ja harjoitteli oikeaa istuma-asentoa sekä ohjasotteita. Olin itse vierellä ja pitelin hevosta riimunnarusta, Jari sai kuitenkin itsenäisesti ohjailla hevosta. Jari myös talutti hevosta niin, että minä pidin edelleen riimunnarusta kiinni ja kävelin lähellä mukana. Hevonen oli kuitenkin taluttaessa Jarin hallinnassa. Jari oli jo kolmatta kertaa hevosen selässä ja hänestä huomaa, että tasa-paino alkaa löytyä.

Ensimmäiseen ryhmään oli tullut yksi nainen lisää nimeltään Kaija. Ville, ensimmäisestä ryhmästä, keskeytti oman OTE-jaksonsa. Kaija oli ensimmäistä kertaa oman ryhmänsä mukana heppatoiminnassa, ja hän kertoi aikaisemmin minulle kovasti jännittävänsä hevosen kanssa toimimista mutta oli kuitenkin kiinnostunut asiasta, koska hänen tyttärensä harrastaa ratsastusta. Kaija haluaisi, että hän osaisi keskustella tyttärensä kanssa hevosista. Kaija tutustui Piirtoon syöttämällä tälle herkkuja ja rapsuttelemalla tätä sekä katsomalla hevosen kaviot. Kaija myös uskaltautui paikallaan olevan hevosen selkään ja istuskeli jonkin aikaa hevosen selässä harjoitellen jalustimien käyttöä.

Lasse kiipesi myös OTE-ryhmän veteraanina hevosen kyytiin. Lasse kertoi minulle aikaisemmin kokemuksestaan, kun oli nuorempana pudonnut hevosen selästä. Vielä viime toimintakerralla Lasse ei ollut valmis menemään selkään, mutta tällä kerralla hän päätti kiivetä hevosen selkään. Tästä ensimmäisestä ryhmästä kaikki ovat käyneet hevosen selässä ja tehneet paljon erilaisia toimintoja hevosen kanssa.

Toinen ryhmä aloitti klo 15.15. Toisesta ryhmästä ilmaantuivat kaikki paikalle, ja heistä selkään menivät Lauri, Raimo ja Tero. Tero oli ensimmäistä kertaa liikkuvan hevosen kyydissä ja näytti nauttivan kokemuksesta. Lauri ja Raimo saivat kokeilla ohjastuntumaa ja ohjailla hevosta minun ollessa kuitenkin riimunnarun varressa. Saara ylitti itsensä taluttamalla hevosta ja Saarasta huomaa, kuinka hänen teki mieli kiivetä selkään, mutta rohkeutta ei vielä tällä kertaa ollut selkään asti kiipeämiseen. Saara olen koko ajan ohjeistanut etenemään omaa tahtia ja olemaan välittämättä siitä, vaikka muut ovat käyneet jo hevosen selässä. Saara osaa itse sanoa että hän hieman pelkää ja siksi itsekin pidän parempana vaihtoehtona, että Saara kiipeä ensimmäisellä kerralla Santun selkään ennemmin kuin Piirron. Jussi on kertonut, ettei häntä kovin paljon kiinnosta hevosen kanssa toimiminen mutta hän on luvannut kuitenkin osallistua sivustakatsojan roolissa hevostoimintaan. Hän onkin seurannut muita ja uskaltanut syöttelemään Piirrolle omenoita. Tällä toisella kerralla ryh-

mien mukana olivat molemmat ryhmän ohjaajat, Kati sekä Anette, jotka pääsivät näkemään ryhmäläiset hevosen kanssa toimimassa.

6.4 Kolmas toimintakerta

Kolmas toimintakerta tapahtui 26.9.2008 klo 14.30 jälleen samoissa Ridasjärven maisemissa. Tällä kertaa yhteistyökumppaninani oli edelleen Piirto, koska Santtu on yhä sairautena. Ensimmäisessä ryhmässä tällä kertaa olivat vain Jari sekä Kaija. Toni oli asiointipaalla ja Lassella oli muuta tärkeää ohjelmaa. Lasse kävi kuitenkin tervehtimässä meitä ja Piirtoa sekä toi Piirrosta piirtämänsä muotokuvan minulle. Tällä kerralla opetin ryhmän jäsenille hevosen satulointia ja suitsien laittamista. Piirto käyttäytyi todella hyvin ja on jo tottunut ryhmään. Jari kertoi kiinnostuksestaan hakeutua kengityssepäksi ja hän olikin käynyt selvittämässä missä kengityssepäksi opiskellaan sekä koska koulutus alkaisi. Hän kertoi innostuneena siitä, kuinka ennen kouluun pyrkimistä olisi hyvä, jos olisi kokemusta hevosten kanssa toimimisesta. Hän suunnittelikin hakeutuvansa johonkin tallille hommiin. Olimme yhteisesti sitä mieltä, että tästä toiminnasta on Jarille sitten tulevaisuutta ajatellen todella paljon hyötyä.

Jari pääsi tällä kerralla satuloimaan ja suitsimaan hevosen sekä ratsastamaan ja taluttamaan hevosta. Jari talutti hevosta jo ihan yksikseen ilman, että kävelin vierellä. Jari alkaa selvästikin nauttia hevosen kanssa työskentelystä ja hän kertoi aikaisemmasta ammatistaan ja vertasi sitä hevosen selässä olemiseen. (Hän kertoi, että on täysin erilaista istua hevosen selässä, kun että jalkojen alla olisi tuhansia kiloja painava säiliöauto). Kaija pääsi myös laittamaan suitset ja satulan hevoselle. Kaijalla oli vasta toinen toimintakerta ja jo nyt alkaa hevosen kanssa toimiminen sujua hyvin ja Kaija pääsi ratsastamaan liikkuvalla hevosella. Jari auttoi Kaijaa hevosen selkään pääsemisessä. Hieman Kaija pelästyi tilannetta, jossa Piirto astui hänen kengän reunalle, kun hän kiristi satulavyötä. Ei hän kuitenkaan niin paljoa pelästynyt, että ei olisi uskaltanut enää nousta selkään.

Toiseen ryhmään kuuluvat Saara, Raimo, Jussi, Tero ja Lauri olivat hyvissä ajoin odottelemassa vuoroaan. Tässä ryhmässä on joka kerta ollut jokainen jäsen mukana vaikka Jussi ei olekaan aikaisemmin juuri osallistunut muulla tavalla kuin herkkuja antamalla, mikä se-

kin on jo hevosen kanssa toimimista. Mutta tällä kertaa Jussi halusi ratsastaa. Jussi kiipesi Piirron selkään ja taisi jopa nauttia siitä. Tämäkin ryhmä pääsi laittamaan hevoselle satulan ja suitset. Raimo, Lauri ja Saara laittoivat suitset Piirrolle. Saara talutti hevosta samoin kun Tero, kuitenkin minun vielä ollessa riimunnarun varressa varmistuksena. Lauri ratsasti ja ohjaili hevosta itseksensä. Laurille kävi huonosti, kun hän oli tulossa selästä alas, ja toinen jalka jäi jalustimeen, jolloin satula kellahti Piirron kyljelle ja Lauri putosi maahan. Onneksi Piirto oli minun hallussa ja seurasi ihmeissään, mihin se ihminen katosi. Tilanne meni hetkessä ohitse, ja Laurille ei jäänyt tapahtumasta huonoa makua, ja hän odotti innolla takaisin hevosen selkään pääsyä. Pääsimme kokemaan todellisen elämän kautta käytäntöjä, joita hevosen kanssa toimiessa on otettava huomioon, kuten; Selästä alas tullessa on tärkeää irrottaa molemmat jalat jalustimista.

Tämä oli Piirrolle jo kolmas kerta, kun tuntemattomat ihmiset ratsastelevat ja satuloivat sen. Piirrosta näkee, kuinka toiminta sujuu kerta kerran jälkeen luontevammin. Piirto alkaa luottaa kanssaan toimiviin ihmisiin ja kuuntelee ja tarkkailee heidän toimiaan. Kerroin asiakkaille kuinka Santtu on sairastunut kaviokuume nimiseen hevosille melko vaaralliseen sairauteen ja kerroin kuinka itse kovasti toivon, että Santtu paranee ennen jakson päättymistä, jotta pääsisin Santun kanssa vielä ryhmäläisiä katsomaan. Monet ovatkin kyselleet Santun perään ja ovat olleet huolissaan ponista. On ollut mukava huomata, kuinka Santtu jäi ryhmäläisten mieleen vaikka Santtu oli ainoastaan ensimmäisellä tutustumiskerralla kaaverinani.

6.5 Neljäs toimintakerta

Neljäs toimintakerta oli 29.9.2008. Ensimmäinen ryhmä aloitti klo 14.30, jossa tällä kertaa olivat paikalla kaikki, kuten kuuluikin, eli Toni, Jari, Lasse sekä Kaija. Toni on ollut kahdelta edelliseltä kerralta pois ja Lasse samoin. Mutta tällä kertaa kaikki osallistuivat, mikä minun kannaltani on hienoa. Aluksi katsoimme Piirron kaviot ja tästä ryhmästä Jari, Kaija ja Toni nostivat hevosen kaviot ylös ja olivat yllättyneitä kuinka helposti se jalka nousee. Ratsastamaan tästä ryhmästä pääsivät (sen jälkeen kun Lasse oli onnistuneesti laittanut hevoselle satulan selkään) Lasse, Toni sekä Jari. Kaija pohti ratsastaako hän tällä kertaa. Hän kuitenkin tyytyi tällä kertaa seuraamaan sivusta. Ratsastajista Jari ja Toni ohjailivat hevos-

ta, kun Lasse tyytyi vain matkustamaan hevosen selässä minun hevosta ohjatessa. Koko ryhmä pääsi taluttamaan hevosta, ja miehet saivat kaikki taluttaa hevosta ihan itsekseen. Yksin hevosta taluttaessa ryhmäläisistä huomasi, kuinka tyytyväisiä he olivat itseensä ja siihen, että heillä oli noinkin iso eläin yksin hallinnassaan. Ryhmäläiset huomasivat, että hevonen menee minne sen haluaa menevän eikä temppuile vastaan ollenkaan. Hevosen taluttaminen todettiin yllättävän helpoksi hommaksi.

Taluttamalla myös hevosen ja ihmisen välinen vuorovaikutus toimii parhaiten, kun en itse ole mukana juttelemassa, niin ryhmän jäsenet juttelevat hevoselle. Kaikki, jotka taluttivat hevosta itsekseen, juttelivat sille koko taluttamisen ajan. Muun muassa tähän malliin: ”No niin, nyt me tässä mennään ihan rauhassa..” Kaija talutti hevosta minun pitäessä ohjista kiinni, mutta hänkin sai itsenäisesti viedä hevosta ja tuntea, kuinka hevonen kääntyy ihan itsestään ihmisen mukana. Tälläkin kerralla kaikki ryhmäläiset rapsuttelivat hevosta ja syöttivät hevoselle herkkuja. Piirto alkaakin jo oppia, että Jarin taskusta löytyy omenoita, ja niin se joka kierroksella käy Jarin taskulla tökkimässä, josko sieltä tulisi jotakin herkkua. Jari totesi hevosen olevan todella viisas, kun se osaa mennä aina oikealle taskulle herkkuja kaivelemaan. Suurin osa ryhmän jäsenistä on rohkaistunut toimimaan hevosen kanssa ja mielestäni Jari on yksi tämän ensimmäisen ryhmän rohkeimmista. Uskon, että asiaan vaikuttaa se, että hän tosissaan nauttii hevosen kanssa työskentelystä ja on innokas oppimaan lisää. Uskon, että jos Jari jatkaisi viikoittain hevosten kanssa toimimista OTE-jakson loputtuakin, tulisi hänestä erittäin hyvä hevosmies, nyt kun perustaidot alkavat olla hallussa, kokemus vain puuttuu.

Kaija pelästyi edellisellä kerralla, kun hevonen astui hänen varpailleen, mutta hän on ollut erittäin hyvin ja rohkeasti mukana, ottaen huomioon sen, että hän on tullut ryhmän jäseneksi muutaman viikon muiden jälkeen, ja näin ollen menettänyt ensimmäiset hevostoinninnat. Toni on myös jäänyt parilta edelliseltä kerralta pois ja näin ollen Toni ei ole kerinnyt tutustua Piirtoon niin hyvin kuin muut. Kuitenkin tämä kerta vakuutti minut siitä, että Tonilla riittää halua, kun jaksaa ja viitsii vain osallistua. Luulen, että Tonin saa innostumaan sitten sillä kerralla kun tulen kärryjen kanssa, hän nimittäin asetti itselleen jakson alussa tavoitteeksi hevosen valjastamisen oppimisen. Lasse on OTE-ryhmän vanhin jäsen ja jo senkin vuoksi ylittänyt kaikki odotukset, kun on ollut selässä jo kahdesti ja taluttanut sekä satuloinut hevosen, vaikka tutustumiskerralla sanoi keskittyvänsä vain hevosen piir-

tämiseen, eikä ollut kiinnostunut hevosen selkään menemisestä, saati sitten hevosen taluttamisesta. Hän on innostunut jokaisella kerralla enemmän ja hänelle tulee monesti mieleen muistoja nuoruudesta ja hevostokokemuksistaan.

Toisessa ryhmässä olivat tällä kertaa läsnä Jussi, Lauri, Raimo ja Tero. Saara ilmoitti jo viime kerralla, että joutuu jättämään tämän kerran väliin. En tullutkaan tällä kerralla hevostähtäilyllä, koska Saara halusi olla mukana sillä kerralla, niinpä sovimme, että ensi kerralla sitten tulen hevostähtäilyjen kanssa. Raimo, Lauri sekä Tero saivat katsoa hevosen kaviot, Lauri heitti satulan selkään, ja sitten kiivettiin ratsaille. Ryhmäläiset ovat ottaneet ruutiiniksi, että aina aluksi annetaan Piirrolle herkkuja. Niin Piirto on oppinut heiltä kerjäämään ja joka kerta se tietää, missä on hänen paikkansa ja pyrkii parkkiin aina samaan paikkaan, mistä ihmiset antavat hänelle herkkuja. Lauri tulee aina toimintaan iloisin mielin ja ”Viesker” lippalakki päässään. Hän on pelannut paljon raviurheilua ja tuntee ravihevosiä. Lauri on itse kertonut, että hän on erittäin eläinrakas ihminen ja hänestä näkee, että hän nauttii suunnattomasti saadessaan työskennellä hevosen kanssa. Hän toimii aina keskittynyt ilme naamalla ja kuuntelee ohjeita ja hevosta. Hän myös halusi omatoimisesti tällä kerralla mennä ilman jalustimia ja harjoitella tasapainoa.

Raimo on melkein sokea, jo iäkkäämpi mies, joka on myös ollut hevosten kanssa nuoruudessaan paljon tekemisissä. Raimo on aina valmis tekemään kaiken, satuloimaan, laittamaan suitset, harjaamaan, ratsastamaan sekä taluttamaan hevosta. Hänestä huomaa myös, kuinka hän nauttii päästessään toimimaan hevosen kanssa ja tällä kerralla kaikki kolme Lauri, Raimo sekä Tero saivat taluttaa hevosta ihan itsenäisesti. Raimolle toiminnassa on enemmän haastetta kuin muilla, koska hänen näkönsä ei toimi samalla tavoin kuin muiden ja hän erottaa pelkästään hahmot. Raimo ei kuitenkaan ole kertaakaan pelännyt lähestyä hevosta, ja hän on tutustunut Piirtoon kosketuksen ja jutustelun kautta.

Olen pyrkinyt jokaisella kerralla antamaan ryhmäläisille yhä enemmän valtaa hevosen kanssa, koska sitä kautta syntyy luottamus itseän ja hevoseen. Myös vuorovaikutus hevosen kanssa toimii parhaiten, kun ihminen on kahdestaan hevosen kanssa. Tero on edistynyt todella paljon, koska hän kertoi avoimesti jo ensimmäisellä kerralla hieman pelkäävänsä hevosiä. Se ei kuitenkaan ole estänyt häntä harjaamasta, katsomasta kavioita, taluttamasta, ratsastamasta, syöttämästä herkkuja eikä juttelemasta hevoselle. Terolla on aina pilke sil-

mäkulmassa, kun hän toimii hevosen kanssa. Kun Tero on hevosen selässä hänen kasvoiltaan paistaa samaan aikaan jännitys sekä suunnaton ylpeys ja ilo. Samalla ilolla hän juttelee hevoselle sitä taluttaessaan. On hienoa huomata, kuinka paljon pelkojen voittaminen antaa ihmiselle ylpeyden aihetta ja luottamusta itseensä.

Jussi kävi tälläkin kerralla hevosen selässä kun häntä hieman suostutteli ja hän lupasi ensi kerralla taluttaa hevosta. Jos ensi kerralla tulen hevostalutuksella, niin sitten hän lupasi tulla kyytiin. Jussin vuorovaikutustaidot tulevat hyvin esille, en tiedä johtuuko se hevosen kanssa toimimisesta vai onko hän yleisesti kiinnostunut asioista. Tällä kertaa hän muisti kysyä, kuinka minulla menee koulussa, ja kun tuli puhetta minun työharjoittelustani, hän kysyi tulenko Ridasjärvelle harjoitteluun. Jussi vaikuttaa puheliaalta nuorelta mieheltä, joka ei ole hevosista erityisen innostunut, mutta osallistuu ryhmään tarkkailijan roolissa, kun muut ryhmäläiset toimivat hevosen kanssa. Jussi kertoi odottavansa kuitenkin tulevaa kärryajelua.

Tässä vaiheessa työtäni olen huomannut, että Piirrosta on tullut ryhmäläisille kuin yksi ryhmän jäsen. Se otetaan aina ilomielin vastaan, vaikka mieliala saattaakin olla muuten alapään. Ryhmäläiset saavat suunnatonta iloa siitä, kun Piirto osaa tulla taskulle hakemaan herkkuja ja tökkii hellästi, jos ei saakaan herkkuja. Tonilla oli tänään hieman huono päivä, mutta hän jätti kaiken masennuksen asuinsoluun, koska Piirron seurassa ei masennuksesta ollut tietoaakaan. Hevosen kanssa toimiminen vaatii kaiken huomion, ja tällöin aikaa ei jää muiden asioiden pohtimiseen, on elettävä sitä hetkeä. Juuri se tekee hevosen kanssa toimimisesta hauskaa, ei tarvitse pohtia omaa elämää ja sen hankaluuksia ja voi kokonaiseksi 45 minuutiksi keskittyä vain ja ainoastaan Piirtoon.

6.6 Viides toimintakerta

Viides toimintakerta oli 10.10.2008. Klo 14.30 saavuin Piirto hevosen kanssa Ridasjärven päihdehoitokeskuksen pihalle. Tällä kerralla olin valjastanut Piirron, kuten olimme ryhmän kanssa sopineet. Ensimmäisessä ryhmässä mukana olivat vain Jari ja Toni. Lasse puuttui ryhmästä sekä Kaija. Kaijasta sain sen verran tietoa aamuryhmässä, johon samana päivänä olin osallistunut, että hän oli jäänyt palaamatta asiointivapaalta. Kaijan OTE-jakso päättyi siis keskeytykseen. Lasse oli osallistunut aamulla aamuryhmään, mutta ei ilmestynyt toi-

mintaan. Ryhmäläiset epäilivät, että Lasse ei välttämättä muistanut hevostoimintaa, vaikka siitä aamuryhmässä olikin puhetta. Jari ja Tommi eivät näyttäneet olevan ollenkaan pahoillaan siitä, että heitä on vain kaksi ensimmäisessä ryhmässä. He olivat tyytyväisiä, että saivat enemmän aikaa Piiron kanssa toimimiseen. Molemmat pääsivät kärrykyytiin ja pääsivät ohjastamaan hevosta. Kiersimme useamman kierroksen päihdehoitokeskuksen pihalueella ja miehet saivat tuntumaa hevosen ohjastuksesta. Sen jälkeen kun olimme riisuneet hevoselta valjaat, Jari ja Toni saivat molemmat taluttaa Piirtoa itsekseen. He saivat myös nähdä valjastuksen alusta loppuun. Jari auttoi valjastuksessa ja seurasi tarkasti, mikä remmi meni mihinkin. Myös Toni seurasi mielenkiinnolla valjastamista. Piirto seisoi hiljaa paikallaan ja odotti herkkuja, joita molemmat miehet syöttelivät sille. Piirtoa rapsutettiin paljon.

Toinen ryhmä saapui paikalle klo 15.15. Toisessa ryhmässä olivat kaikki muut paikalla paitsi Jussi, joka ilmoitti aamuryhmässä olevansa flunssassa. Tero, Lauri, Saara ja Raimo odottivat vuoroaan kärryajelulle. Toisen ryhmän jäsenet pääsivät kaikki ohjastamaan parin kierroksen ajan hevosta ja syöttelivät omenoita ja muita herkkuja. Kärrykierroksen aikana pääsin vaihtamaan kuulumisia ryhmäläisten kanssa kahdestaan ja Saara kertoi ajelukierroksen aikana, että hänelle on monesti näinä toimintakertoina tullut oma lapsuus mieleen ja muistoja sieltä. Saaran nuoruudessa melkein kaikilla maatiloilla oli hevosia. Tero ohjasti hevosta myös itsekseen ja totesi, että hevonen ei tarvitse juurikaan ohjausta kärryjen edessä. Raimo ja Lauri ohjastivat hevosta itsekseen ja kokivat hevosen kanssa toimimisen, varsinkin kärryjen kyydissä istuskelun, helpoksi ja mukavaksi. Raimo sanoi, että voisi kuvitella lähtevänsä hevosen kanssa ajelulle pidemmäksikin aikaa ja ottaisi eväät mukaan ja kulki vain hiekkateitä sinne tänne. Raimo myös harmitteli, kuinka Vantaan katukuvasta on karsittu kaikki hevoset pois ja kuinka tärkeäksi hän kokisi itselleen sen, että pääsisi edes näkemään hevosia (tai muita eläimiä) silloin tällöin ja että tällainen on ainutlaatuinen kokemus vantaalaisille, jotka näkevät arjessaan pelkkää asfalttia.

Toisen ryhmän kanssa emme ehtineet harjoitella hevosen valjastamista, koska ryhmäläiset olivat innokkaita kärrykyyttiläisiä. Piirto sai myös toisen ryhmän jäseniltä omenoita ja rapsutuksia. Piirto osoittaa jokaisella toimintakerralla kiinnostusta kaikkia ryhmäläisiä kohtaan ja tökkää turvallaan, jos joku ei anna herkkuja. Hevoskärryjen kyyti oli kaikkien mielestä mieluisaa, eikä ollenkaan niin turvattoman tuntuista kuin selässä oleminen. Ihmetystä

molemmissa ryhmissä aiheutti se, kuinka helppoa hevosta on ohjastaa ja kuinka hevonen etenee kärryjen edessä itsestään.

6.7 Kuudes toimintakerta

Kuudennen toimintakerran järjestin 18.10.2008. Tällä kertaa toiminta ajoittuu viikonlopuille. Olin käynyt alustavaa keskustelua sekä ryhmän jäsenten että ryhmän ohjaajien kanssa siitä, onko parempi, että toiminta olisi jokainen kerta viikolla. Viikonloppuisin asiakkaat ovat usein asiointivapaalla päihdehoitokeskuksesta ja näin ollen osallistujia olisi enemmän viikolla. Mutta ryhmän jäsenet olivat toivoneet viikonlopuille hevostoimintaa, koska päihdehoitokeskuksen viikonlopun ohjelmaa on aika vähän. Päätin sitten järjestää muutaman kerran viikonloppuna. Tiesin, että tällä kerralla ryhmästä puuttuvat asiointivapailla olevat Raimo, Toni sekä Jussi. Klo: 15.00 tulin Piirron kanssa kärrykyydillä päihdehoitokeskuksen pihalle, paikalla odottelemassa oli Jari. Ensimmäisestä ryhmästä Lasse kävi tervehtimässä Piirtoa ja meitä muita sekä tuomassa piirustuksen, jonka oli piirtänyt Piirrosta ottamansa valokuvan perusteella. Lasse ehdotti, että ottaisın piirustuksesta valokopioita ryhmäläisille muistoksi Piirrosta ja OTE-hankkeesta. Lasse syöti Piirrolle herkkuja ja totesi, että ei ehdi tällä kertaa osallistumaan toimintaan. Jäljelle jäi siis Jari, onneksi toisen ryhmän jäljelle jääneet osasivat tulla paikalle myös samaan aikaan, joten ryhmässä olivat sekaisin ensimmäisestä ryhmästä Jari, sekä toisesta ryhmästä Saara ja Lauri.

Lauri ja Jari saivat ohjastaa hevosta kärryjen kanssa, he saivat myös harjoitella riimunnarun kierittämistä rullalle. Toin Jarille materiaalia hevosiin liittyen ja lahjoitin muutaman Hippos lehden, kun hän minulta edellisellä kerralla kysyi, onko minulla mitään hevosiin liittyvää luettavaa. Minulla oli mukana internetistä tulostettuja hevosiin liittyviä artikkeleja, ja kerroin ryhmäläisille hyviä internet-sivuja, joiden kautta hevosista löytyy tietoa. Jari osallistui ilman erillistä pyyntöä auttamaan Piirron valjaiden riisumisessa ja hän muisti todella hyvin viime kerrasta, mitkä remmit avattiin ja miten ne pujotettiin mihinkin. Saara totesikin Jarille, että onko Jari oppinut kaiken tämän näiden meidän toimintakertojen aikana ja siihen Jari vastasi, että hän yleensä oppii nopeasti sellaiset asiat, jotka häntä kiinnostavat. Myös valjaiden takaisin laittaminen sujui nopeasti, kun Jari valjasti toiselta puolelta hevosta ja minä toiselta. Lauri ja Jari saivat molemmat myös taluttaa Piirtoa sekä käydä se-

lässä ilman satulaa istuen valjaiden takana, minun taluttaessa Piirtoa. Ilman satulaa hevosen selässä istuminen vaatii hyvää keskittymistä, tasapainoa ja etenkin luottamusta itseensä sekä Piirtoon. Molemmat totesivatkin pelänneen ratsastusta ilman satulaa, mutta kokemus onnistumisesta sai molemmille hymyn naamalle. Saaran kanssa lähdimme vähän pidemmälle hevosajelulle, jossa Saara ohjasti Piirtoa ja otimme muutaman ravipyrähdystenkin. Sain keskustella Saaran kanssa ja kahdestaan hänen kanssaan tulee enemmän juteltua, kun ryhmässä Saara saattaa jäädä vähemmälle huomiolle.

Tämänkertainen toiminta ei kestänyt ihan koko 45+45 minuuttia, koska ryhmästä puuttuivat Lasse, Toni, Raimo, Tero sekä Jussi. Huomasin, että näin pienryhmissä jokainen pääsee kuitenkin toimimaan enemmän hevosen kanssa ja niin Saarasta, Laurista ja Jarista huomaa, että he kaikki nauttivat tästä toiminnasta ja siitä, kun saavat konkreettisesti tehdä hevosen kanssa. Mitä enemmän ryhmäläisille antaa vastuuta hevosen ohjaamisen, harjaamisen, valjastamisen ym. suhteen, sitä tyytyväisempiä he ovat itseensä ja omaan onnistumiseensa. Piirrosta on tullut OTE-ryhmän jäsen ja sitä kohdellaan kunnioittamalla, antamalla hellyyden osoituksia, rapsuttelemalla, kehumalla sekä herkkuja syöttelemällä.

6.8 Seitsemäs toimintakerta

Seitsemäs toimintakerta toteutui 25.10.2008. Olimme Piirron kanssa klo 15.00 Ridasjärven päihdehoitokeskuksessa, ja sää oli jälleen suotuista, ja saimme toiminnan ulkona suoritettua. Tämä oli viimeinen kerta hevostoimintaa päihdehoitokeskuksen maisemissa ja, koska Santtu oli edelleen toipilaana, satuloin Piirron kaverikseni. Ensimmäisestä ryhmästä toimintaan osallistuivat Jari, Lauri ja Tero. Tällä kertaa saimme seuraa sosionomiopiskelijasta, joka oli viikon alussa tullut harjoittelijaksi OTE-ryhmään. Tällä kerralla kyselin ryhmäläisiltä, mitä he halusivat Piirron kanssa tehdä ja kaikki ensimmäisestä ryhmästä halusivat ratsastaa sekä taluttaa hevosta. Jari tarkisti myös Piirron kaviot. Tero osallistui ensimmäisen ryhmän aikataulun mukaisesti toimintaan ja näin ollen toisesta ryhmästä toimintaa osallistui vain Raimo. Osa OTE-ryhmäläisistä oli asiointivapailla, Saaralla oli silmätulehdus ja Tonilla jalka kipeänä. Raimo oli tyytyväinen kuitenkin, että pääsi viimeiselle kerralle mukaan ja Raimoa harmitti kovasti, kun ei ollut päässyt osallistumaan edelliseen toimintaan, josta Saara oli kertonut Raimolle. Raimo ratsasti useamman kierroksen Piirrolla ja ta-

lutteli tätä. Juttelimme paljon erilaisista asioista ryhmäläisten kanssa, ja ryhmän mielessä olikin jo OTE-jakson päättyminen ja hevostoiminnan loppuminen. Erilaisissa ryhmissä mukana ollessani ryhmän jäsenet ovat kovasti kyselleet hevostoiminnan tulevaisuudesta ja siitä, tulevatko seuraavat OTE-ryhmät saamaan hevostoimintaa.

Hevostoiminnasta tuntui jäävän positiivinen mieli niin ryhmäläisille, kuin ryhmän ohjaajille sekä minulle itselleni. Tyytyväinen saan olla siihen, että uskalsin antaa ryhmän jäsenten tehdä paljon asioita keskenään hevosen kanssa. Oppiminen tapahtuu aidossa vuorovaikutussuhteessa ja se toimii parhaiten niin, että saa toimia hevosen kanssa yksin. Opin itsekin luottamaan Piirtoon aivan uudella tavalla ja luottamukseni ryhmän jäseniin kasvoi jakson edetessä. Alun hankaluuksien jälkeen sain kuin sainkin toiminnat toteutettua, vaikka oman ponin kohtalo mietitytti niin minua itseä kuin ryhmän jäseniä.

6.9 Intervallijakso tapaaminen

Osa OTE-ryhmän jäsenistä saapui 4 vrk kestäväälle intervallijaksolle Ridasjärven päihdehoitokeskukseen marraskuussa 2008. OTE-jakson loputtua lokakuussa puhuimme ryhmän ohjaajien kanssa mahdollisuudesta vielä yhteen hevosaiheiseen tapaamiseen intervallijaksolla. Niin sitten 18.11.2008 lähdimme päihdehoitokeskuksen pihalta matkaan kohti Piirron kotia. Intervallijaksolle oli saapunut ainoastaan Lauri. Tero oli palannut uudelleen päihdehoitokeskukseen perusjaksolle, ja Toni oli jäänyt päihdehoitokeskukseen OTE-jakson päätyttyä ja osallistunut siellä muulle kuntoutuslinjalle. Mukaan Piirtoa katsomaan lähtivät Lauri, Tero ja Toni. Kuljettajaksi lähti yksi päihdehoitokeskuksen työntekijöistä. Talliympäristössä oli paljon uusia asioita nähtävänä. Hevosen ruokinnasta ryhmäläisille selvisi erilaisia asioita, joita emme toiminnassa juurikaan käsitelleet. Ryhmän jäsenet tuntuivat olevan mielissään päästessään Piirtoa katsomaan ja Toni oli varannut kuivaa leipää päihdehoitokeskuksesta taskuunsa Piirtoa varten. Piirto sai paljon rapsuttelua ja herkkuja, tällä kertaa emme päässeet ratsastamaan, koska ilma oli todella kurja ja ulkona oli pilkkopimeää. Ryhmäläiset tuntuivat olevan kuitenkin tyytyväisiä vierailuun tallilla ja Piirrosta riitti puhetta kotimatalle asti.

Automatkalla keskustelimme paljon ja kerroin ryhmäläisille myös, että Santtu-poni oli laskettu haudan lepoon marraskuun ensimmäisenä päivänä. Sitkeä kaviokuume oli vienyt Santtu-ponin voimat, eikä lääkitys enää auttanut vanhaa ponia. Ryhmäläiset tuntuivat olevan pahoillaan Santun kohtalosta, vaikka eivät kunnolla kerinneet Santtuun tutustuakaan. Keskustelimme yleisesti hevosten eliniästä ja hevosharrastuksesta.

6.10 OTE-ryhmän muihin tapaamisiin osallistuminen

Osallistuin ensimmäiseen OTE-ryhmän ryhmätapaamiseen 10.9.2008 klo 9.00. Olin pitänyt tutustumiskerran Santtu-ponin kanssa 5.9.2008, joten ryhmäläiset tunsivat minut ja tiesivät, että osallistun heidän OTE-jaksolleen. Ryhmätapaamisiin osallistumisen tarkoituksena on tutustua ryhmän jäseniin ja näin ollen osallistua mahdollisimman kokonaisvaltaisesti OTE-jakson toimintaan ja saada aineistoa kerättyä työhön. Ensimmäisellä ryhmätapaamiskerralla kysyin ryhmän jäseniltä jokaiselta erikseen, minkälaisia tavoitteita he asettavat itselleen koskien hevostoimintaa. Osa porukasta asetti tavoitteekseen hevospelon voittamisen. Yhden tavoitteena oli osallistua toimintaan muiden mukana, mutta jättää hevosen kanssa toimiminen muiden tehtäväksi. Yksi asetti tavoitteekseen oppia valjastamaan hevosen.

Samalla viikolla osallistuin myös OTE-ryhmän ja ohjaajien kanssa tutustumiskäynnille Sipooseen. Perjantaina 12.9.2008 lähdimme Sipoossa sijaitsevaan Kuntokallioon. Kuntokallio on Sipoon seurakunnan alainen leirintäkeskus, jossa järjestetään erilaisia seurakunnan leirejä ja muuta toimintaa esimerkiksi päihdeongelmallisille ja asunnottomille. Saimme ruoan paikan päällä ja siellä oli ohjelmassa tietokilpailu, askartelua ja halukkaat saivat osallistua jumalanpalvelukseen. Pääsin reissun aikana tutustumaan paremmin OTE-ryhmän jäseniin ja vaihdoin paljon ajatuksia ryhmään tulleen uuden jäsenen kanssa.

Tiistaina 23.9.2008 osallistuin aamulla OTE-ryhmän ryhmätapaamiseen, ja saimme kuulla Teron elämänhistorian. Koin olevani osa ryhmää, koska Tero jakoi oman elämänhistoriansa kanssani, vaikka hän olisi voinut kieltäytyä. Uskon, että Teron elämänhistorian kuuleminen auttoi minua ymmärtämään häntä paremmin. Ryhmän jäsenet antoivat jokainen

vuorollaan palautetta Terolle, ja sain itsekin kertoa ajatukseni liittyen kuulemaani elämänhistoriaan.

10.10.2008 osallistuin jälleen OTE-ryhmän tapaamiseen. Tällä kertaa oli vuorossa Laurin elämänhistoria. Toteutin tässä vaiheessa jaksoa ryhmäläisille haastattelun heidän ajatuksiinsa hevostoiminnasta. Hevostoiminta toi esille paljon erilaisia asioita, joita tutkimuksen tulokset kappaleessa tuon esille (haastattelun keskeiset tulokset löytyvät tiivistettynä liitteenä). 15.10.2008 osallistuin seuraavan kerran ryhmän tapaamiseen. Tällä kerralla ryhmäläiset vaihtoivat ajatuksia Heurekassa käynnistään ja minua harmitti kun en ollut päässyt osallistumaan käynnille mukaan. Sain myös paljon palautetta hevostoiminnasta ja vaihdoimme aiheesta paljon ajatuksia.

Osallistuin 30.10.2008 OTE-ryhmän päättäjaisjuhlaan, johon olimme suunnitelleet keilailua ja yhdessä syömistä. Lähdimme Vantaalle keilahallille ja ravintolaan syömään Myyrmannin läheisyyteen. Osa ryhmästä jäi samalla reissulla Vantaalle OTE-jakson päätyttyä ja osa ryhmästä palasi takaisin Ridasjärvelle. Ravintolassa syödessämme jaoin muistoksi ryhmäläisille Lassen taiteileman maalauksen Piirrosta, joita olin kopioinut alkuperäisestä kappaleesta ja johon olin kirjoittanut kiitokset ryhmäläisille. Maalaus löytyy liitteenä (liite 5). Ilmassa oli hieman haikea tunnelma, ja vaihdoimme halauksia ryhmäläisten ja ryhmän ohjaajien kesken. Vantaalaisten OTE-jakso oli päättynyt.

7 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tutkimuksen tulokset on saatu havaintoja ja haastattelua hyödyntäen. Haastattelin ryhmätapaamisen yhteydessä ryhmän jäseniä ryhmähaastatteluna toteutetulla avoimella haastattelulla. Toteutin OTE-jakson aikana 2 haastattelua. Ensimmäinen haastattelu oli jakson alussa ja toinen noin puolessa välissä OTE-jaksoa. Haastattelun kysymykset liittyivät ryhmäläisten kokemuksiin hevostoiminnasta ja siihen, mitä ajatuksia hevosen kanssa tapahtuva yhteistyö heissä herätti sekä mitä tavoitteita he asettavat itselleen hevostoiminnassa. Haastattelun keskeisistä tuloksista löytyy liite (Liite 2). Havaintoja keräsin koko jakson ajan sekä hevostoiminnan aikana, että muiden tapaamisten aikana. Havainnoista on tehty tiivistetty yhteenveto, joka löytyy liitteenä (Liite 1).

7.1 Mitä hevosen kanssa tapahtuva yhteistyö toi päihdekuntoutujan arkeen?

Haastattelun kautta esille nousi seuraavia asioita. Tärkeimmäksi asiaksi OTE-ryhmästä nousi se, että hevostoiminta tuo vaihtelua päihdehoitokeskuksen toimintaan, kuten tutustumiskäynnillä sain kuulla yhdeltä ryhmän jäseneltä (ks. s. 31). Sen koettiin olevan erilais- ta ja uutta ryhmän keskuudessa. Yksi ryhmän jäsen koki voittaneensa hevospelkonsa, ja havainnoin itsekin tämän kokemuksen yhdessä ryhmän jäsenessä, kuten sivulla 37 neljän- nellä toimintakerralla kuvaan. Pelon voittaminen päihdekuntoutujan arjessa ei välttämättä ole itsestäänselvyys. Muutamalle ryhmän jäsenelle tuli mieleen muistoja lapsuudesta ja näihin muistoihin liittyi hevosia ja ne tuntuivat olleen positiivisia muistoja. Yksi ryhmän jäsen kertoi yhteistyön hevosen kanssa tuoneen arkeen piristystä ja hän kertoi mielialan muuttuneen positiivisempaan suuntaan niinä päivinä kun hevostoimintaa oli ohjelmassa. Yksi ryhmän jäsenistä oli huomannut, kuinka pitää hevosista, ja hän totesi erityisesti kär- ryajelun ja hevosen ohjastamisen olleen mukavaa. Yksi totesi erityisesti ratsastamisen teh- neen fyysisesti hyvää jumiutuneelle lonkalle ja hartioille.

Toteuttamassani haastattelussa muutama ryhmän jäsen kertoi saaneensa hevosen kanssa tapahtuneesta yhteistyöstä irti todella paljon. He ylistivät hevostoimintaa ja sen toimivuutta ja osallistuivat jokaiseen kertaan, mitä Ridasjärvellä järjestin ja yksi heistä vielä intervalli- jaksotapaamisella. He asettivat hevostoiminnan asiointivapaalle menemisen edelle ja näin osallistuivatkin aktiivisesti toimintaan. Yhdelle ryhmän jäsenelle oli herännyt ajatus ken- gittäjän ammattiin hakeutumisesta ja itsekin havainnoin hänen nauttineen paljon hevosen kanssa työskentelystä (ks. s. 33). Yhden mielipide oli, että tätä voisi olla päihdehoitokes- kuksen ohjelmassa vaikka joka päivä. Osa ryhmän jäsenistä oli ensimmäistä kertaa elämäs- sään hevosen selässä ja vaikka aluksi kaikki eivät halunneet toimia hevosen kanssa, jakson edetessä kaikki kuitenkin olivat kosketuksissa hevoseen ja kaikki paitsi yksi kävivät hevo- sen selässä. Monet ryhmän jäsenet saivat uusia kokemuksia. Piirrosta oli jäänyt kaikille po- sitiivinen kokemus ja siitä oli tullut ryhmän jäsenille hyvä ystävä. Piirron keuhuttiin olevan viisas eläin ja antaneen ryhmäläisille paljon. Osa ryhmän jäsenistä nosti hevostoiminnan it- selleen erittäin tärkeäksi osaksi heidän OTE-jaksoaan. Kahden osallistujan kokemuksia hevostoiminnasta en saanut haastateltua, sillä he keskeyttivät omat hoitonsa.

Omat havaintoni toteavat samaa kuin yllä haastattelussa esille nousseet asiat. Hevostoiminta koettiin positiivisena ja osallistumisaktiivisuus toimintaan oli mielestäni hyvä. Havainnoin monia innostumisen kokemuksia ja luottamuksen kehittymistä, kuten luvussa tutkimuskerrat ja havainnot useaan otteeseen kuvailen. Hevosen kanssa toimiminen toi yhdelle ryhmän jäsenelle jotakin yhteistä tyttärensä kanssa (ks. sivu 32). Piirron osoittama huomio herätti ryhmän jäsenissä iloa ja hyväntuulisuutta (ks. sivu 37). Itsensä voittamista havainnoin tapahtuvan useaan otteeseen. Hevosen taluttaminen oli joillekin iso asia, toisille ratsastaminen. Hevosen kavioiden katsominen ja ison hevosen ohjastaminen olivat asioita, joissa ryhmän jäsenistä huomasin kuinka tyytyväisiä he olivat, kun olivat suoriutuneet toiminnasta niin hyvin. OTE-ryhmän ohjaajat olivat innostuneita hevostoiminnasta, ja he olivat mainostaneet hevostoimintaa käydessään markkinoimassa OTE-hanketta Espoossa ja Vantaalla. Hevostoiminnasta oltiin kovasti kiinnostuneita, ja keväällä 2009 sain puhelun OTE-hankkeen toiselta ohjaajalta Anette Mustoselta. Mustonen tahtoi tietää, että pystyisinkö järjestämään hevostoimintaa seuraavalle kahdelle OTE-jaksolle, joista toinen toteutuu huhti- toukokuussa 2009 ja toinen syys-lokakuussa 2009.

7.2 Hevosen kanssa tapahtuneen yhteistyön merkitys ryhmän toimintaan

Koska OTE-hankkeen yhtenä tavoitteena oli, että asiakas oppii toimimaan ryhmässä, mielestäni minulle oli tärkeää tutkia, missä roolissa hevostoiminta oli ryhmän toimimisen kannalta. Omien havaintoni perusteella hevostoiminta antoi ryhmän jäsenille jotakin yhteistä ja erikoista muihin päihdehoitokeskuksen asiakkaisiin verrattuna. He pystyivät ryhmän kesken vaihtamaan kokemuksiaan siitä ja juuri ryhmäytymisen takia, olikin erittäin tärkeää, että kaikki osallistui, vaikka eivät välttämättä itse toimineet hevosen kanssa. Omien havaintojeni kautta erilaisissa tilanteissa ilmeni se, kuinka hevosen kanssa tapahtunut yhteistyö edisti ryhmän toimintaa.

Yksi erittäin tärkeä tekijä ryhmän toiminnassa on palautteen antaminen. Ryhmä antoi reilusti toisilleen palautetta hevostoiminnan aikana ja toiset rohkaisivat toisia toimimaan hevosen kanssa. Sivulla 39 kuvailen tilannetta, jossa yksi ryhmän jäsen auttaa minua hevosen valjastamisessa ja toinen ryhmän jäsen antaa hänelle palautetta siitä, kuinka paljon hän on oppinut näiden toimintojen aikana. Palautteen antaminen oli tärkeässä roolissa myös kes-

kusteluryhmissä, joihin osallistuin ja ryhmän ryhmäytymistä edesauttoi myös palautteen saaminen minun osaltani ja pääsinkin moneen otteeseen antamaan palautetta heidän toiminnastaan. Palautteen saaminen ryhmän keskinäisissä keskusteluryhmissä oli merkittävää ryhmässä tapahtuvan vuorovaikutuksen kannalta, sillä näin ollen palautetta annettiin avoimesti ja niin, että kaikki ryhmän jäsenet kuulivat palautteet.

Ryhmän jäsenille muodostuu ryhmässä usein erilaisia rooleja, ja havaintojeni perusteella myös OTE-ryhmän jäsenillä oli kaikilla oma roolinsa. Kaikki roolit eivät kuitenkaan aina edistä ryhmän toimintaa, ja tekemieni havaintojeni perusteella hevostoiminta osaltaan vähensi epäedullisten roolien tukemista ryhmässä. Ryhmässä oli hyvin erilaisia ihmisiä, ja näin ollen joskus toiset ihmiset jäävät ryhmässä vähemmälle huomiolle kuin toiset. Hevonen kuitenkin huomioi toiminnan aikana jokaista ryhmän jäsentä tasapuolisesti, mikä edesauttoi ryhmässä toimimista asettamalla kaikki jäsenet tasa-arvoiseen asemaan. Hevolla ei ole ennakoasenteita ihmisiä kohtaan, niin kuin monesti meillä ihmisillä on, ja se, että hevonen antaa huomionsa kaikille tasapuolisesti havaintojeni mukaan, edisti ryhmän toimintaa. Myös monet havainnoimani onnistumisen kokemukset edistivät ryhmän toimintaa jo pelkästään vuorovaikutuksen lisääntymisenä. Se, että voi jakaa oman onnistumisen kokemuksensa jonkun kanssa, joka on juuri kokenut saman luo ryhmään yhteisöllisyyttä ja me-henkeä. Neljännellä toimintakerralla sivulla 35 kuvailen, kuinka tyytyväisiä ryhmän jäsenet olivat siihen, kun olivat taluttaneet hevosta itsekseen. Jokaisen kierroksen jälkeen ryhmän luokse palatessaan taluttajan kasvoilta pystyi havaitsemaan ylpeyttä omasta rohkeudesta ja näyttämisen halua muille ryhmän jäsenille.

Omien havaintojeni perusteella ryhmän toimintaa edisti paljon se tosiasia, että kaikki osallistuivat toimintaan, vaikka eivät välttämättä toimineetkaan hevosen kanssa. Esimerkiksi yksi ryhmän jäsen, joka ei ollut erityisen innostunut toimimaan hevosen kanssa, mutta katsellessaan muiden toimivan muutamalla toimintakerralla, niin hänkin päätti kokeilla. Uskon, ettei hän olisi innostunut asiasta ollenkaan, ellei olisi ollut mukana katsomassa kun muut toimivat. Hevostoiminta antoi hänelle saman kokemuksen kuin muille ryhmän jäsenille, ja näin ollen havaintojeni perusteella edisti hänen ryhmäytymisprosessia. Yksi merkittävä asia, jonka havainnoin edistävän ryhmän toimintaa oli se, kuinka hevostoiminnassa ryhmän jäsenet auttoivat toinen toisiaan. Ryhmän miespuoliset jäsenet olivat auttamassa,

kun ryhmän naispuolinen jäsen oli kiipeämässä hevosen selkään. Toisia autettiin myös hevosen selästä alas pääsemisessä ja hevosen hoitamisessa.

OTE-hanke itsessään jo auttaa asiakasta oppimaan toimimaan ryhmässä, sillä kyseessä on kuntoutusjakso, jonka aikana sama ryhmä on 8 viikon aikana päivittäin tekemisissä toisensa kanssa erilaisissa keskusteluryhmissä, liikunnallisissa ryhmissä, vierailukäynneillä jne. Kuitenkin omien havaintojeni perusteella viikoittainen hevostoiminta kyseiselle ryhmälle edisti ryhmän toimintaa myös sitä kautta, että hevosen kanssa toimiessaan ihminen näyttää tunteensa herkemmin. Kuten yksi ryhmän jäsen, joka pelkäsi hevosta ja avoimesti myönsi asian. Näin ollen ryhmä tutustui yhteen jäseneensä paremmin ja heille selvisi, että tämä henkilö käyttäytyy noin, kun häntä pelottaa. Tunteiden esille tuominen ryhmässä edesauttaa sitä, että muutkin uskaltavat tuoda tunteensa julki, ja näin ollen ryhmän jäsenet tutustuvat toisiinsa paremmin ja ryhmäytymistä ja vuorovaikutusta voi tapahtua aidommin. Hevostoiminta ei yksistään välttämättä ole kovin suuressa roolissa ryhmän ryhmäytymisessä, mutta jos se liitetään intensiiviseen kuntoutusjaksoon, kuten tässä työssä, sillä oli havaintojeni perusteella suuri merkitys OTE-ryhmän jäsenten välisessä vuorovaikutuksessa sekä ryhmäytymisessä.

8 POHDINTA

Tämän työn tulokset osoittavat hevostoiminnalla olleen merkitystä yksilön näkökulmasta sekä ryhmän näkökulmasta katsottuna päihdekuntoutuksessa. Hevosavusteista kuntoutusta on Suomessa tarjolla ainakin seuraaville asiakasryhmille: kehitysvammaisille, koulusta syrjäytyneille nuorille, mielenterveyskuntoutujille sekä lastensuojeluasiakkaille. Hevosen hyödyntäminen kuntoutuksessa on Suomessa kuitenkin vielä vähäistä. Ehkä juuri siitä syystä, että hevosavusteiseen oppimiseen ja kuntoutukseen liittyvät tutkimustulokset ovat harvassa. Tarkoituksenani oli tämän työn avulla herättää päihdealaa hevosen terapeuttisen käytön hyödyntämiseen ja mielestäni onnistuin siinä. Tavoitteenani oli myös saada päihdekuntoutujien ajatukset kuuluville. Mielestäni osallistuva havainnointi sekä toteuttamani haastattelu mahdollistivat päihdekuntoutujien omien ajatusten esille tuomisen. Tärkeäksi koin myös sen, että tein muistiinpanoja aina heti, kun olin osallistunut eri toimintoihin, näin ollen sain heti kirjattua päällimmäiset havainnot itselleni muistiin.

Päihdekuntoutuksessa laitoshoido on merkittävässä asemassa, vaikka kunnat pyrkivätkin painottamaan avohoitoo. Laitoshoido luokitellaan päihdehuollossa erityispalveluksi, ja siihen panostaminen ei mielestäni ole ollenkaan huono asia. Tärkeää on kuitenkin kehittää laitoshoidoo, jotta se pystyisi jatkossakin vastaamaan lähettävän tahon odotuksiin palvelun suhteen.

8.1 Ammatillinen ja eettinen pohdinta

Päihdekuntoutujilla on usein monenlaisia ongelmia elämässään. Aineelliset resurssit, kuten työ, asunto ja talous eivät ole kovin monelle päihdekuntoutujalle itsestäänselvyys, puhumattakaan henkisistä voimavaroista. Mm. itsetunto, sosiaaliset taidot, vuorovaikutustaidot sekä erilaisten tunteiden käsittely ovat teemoja, joita päihdekuntoutuksessa käsitellään. Ne antavat päihdekuntoutujalle eväitä tulevaisuutta varten ja mahdollisuuden omaksua uusia ajatus- ja toimintamalleja. Uusien ajatus- ja toimintamallien opetteleminen ja harjoittelu kuntoutuksen aikana antaa kuntoutujalle valmiuksia laitoshoidosta lähtemisen jälkeiseen arkeen.

Itse sosionomiopiskelijana koin tärkeäksi pyrkiä tukemaan päihdekuntoutujan sosiaalisia taitoja, koska kuten työssäni olen maininnut, sosiaaliset suhteet usein luovat vaihtoehdon päihteiden käytölle. Vuorovaikutustaitojen sekä sosiaalisten taitojen harjoittelu ei ole uutta päihdekuntoutuksessa, mutta jos vuorovaikutuksen toisena osapuolena on hevonen, antaa se ihmiselle täysin erilaisen näkökulman asian harjoitteluun. Hevonen toimii myös peilinä ihmisen omille tunteille ja tunteiden käsittely on näin ollen helpompaa.

Päihdekuntoutukseen saapunut henkilö on monesti henkisesti että fyysisesti elämänsä pohjalla. Fyysinen terveys on kärsinyt päihteiden käytöstä ja psyykinen terveys myös siinä ohella. Ihmisen on vaikea löytää voimavaroja omaan elämäänsä. Monet päihdekuntoutukseen hakeutuneet ihmiset pelkäävät myöntää tai häpeävät riippuvuuttaan. Päihdekuntoutuja tuntee alemmuuden tunnetta, häpeää, pelkoa ja muita kielteisiä tunteita. Hevosen kanssa tapahtuvassa vuorovaikutuksessa ihminen saa olla juuri se ihminen, joka hänelle tuntuu luonnollisimmalta. Hevonen ei arvota tai järkeile, se ei kykene tuomitsemaan ihmisiä eikä erottamaan, kuka on alkoholista riippuvainen ja kuka muista päihteistä. Hevosen kanssa

ihminen kokee itsetuntoa kohentavia elämyksiä ja joutuu kohtaamaan oman psyykkisen kapasiteettinsa rajoja, kuten käsittelemään pelon ja epävarmuuden tunteita (Pitkänen 2008, 27).

Tämä työ oli itselleni erittäin merkittävä, ja se herätti paljon kiinnostusta hevostoimintaa kohtaan Ridasjärven päihdehoitokeskuksessa. Toiminnan alkaessa syksyllä oma huolenaiheeni oli oman ponin sairastuminen ja näin ollen koko toiminnan toteutuminen. Alkuseminaarissa toukokuussa 2008 arvioin yhdeksi työni onnistumisen riskiksi oman ponini iän. Mitä iäkkäämpi eläin, sitä riskialttiimpaa on tietysti terveyden ylläpysyminen. Kuitenkin perusterveenä koko ikänsä pysynyt poni ei mielestäni ollut suuri huolenaihe vielä keväällä 2008. Toisin kävi ja jouduin suunnittelemaan toiminnan uudestaan ja onneksi sain lainaksi ystäväni hevosen. Tilanne tietysti vaikeutui, sillä hevonen oli melko uusi tuttavuus verrattuna omaan poniini ja ikääkin oli lähes 10 vuotta vähemmän. Itseäni jännitti ensimmäisellä toimintakerralla se, kuinka hevonen suhtautuu tuntemattomiin ihmisiin ja vaikeutuuko yhteistyö nyt, kun ponin tilalla onkin kookkaampi hevonen. Oma jännittyneisyyteni katosi kuitenkin toiminnan edetessä, ja Piirto olikin loppujen lopuksi erittäin hyvä yhteistyökumppani.

Ollessani erilaisissa päihdekuntoutuksen hoitoryhmissä mukana olen kuullut monen päihdekuntoutujan kuvaavan päihteistä luopumisen erittäin haasteelliseksi tehtäväksi. Monelle päihderiippuvaiselle päihde on ainoa ”kaveri”, ja sen avulla puretaan stressiä ja siihen hukketaan murheita. Päihdekuntoutus prosessia voisi kuvata heidän osaltaan luopumisprosessina. Päihteestä luopuminen tarkoittaa luopumista ikuisiksi ajoiksi rakkaasta ja usein ai-noasta ystävästä. Tästä näkökulmasta katsottuna jouduin tämän työn aikana tekemään omaa luopumisprosessiani. Uskon, että se osaltaan toi minut lähelle kohderyhmääni ja jopa yhdeksi heistä, jos näin asian voisin ilmaista. Jouduin luopumaan omasta rakkaasta ystävästäni, joka on auttanut minua vaikeiden asioiden ylitse lapsuudessa ja nuoruudessani. Luopumisprosessi on jokaiselle henkilökohtainen ja itselleni rakkaasta lemmikistä luopuminen oli todella raskasta, varsinkin kun yhteisiä vuosia oli takana jo lähes 15. Samaan aikaan järjestämäni hevostoiminta toi kuitenkin piristystä omaankin arkeeni.

Järjestämäni hevostoiminta opetti minulle paljon päihdekuntoutuksesta, erilaisista päihdekuntoutujista sekä minusta itsestäni. Pääsin työni aikana tutustumaan OTE-hankkeeseen

kokonaisvaltaisesti ja näin ollen osallistumaan siinä toteutettavaan päihdekuntoutukseen. Erilaisissa ryhmissä sekä oman toimintani kautta tutustuin OTE-ryhmän jäseniin ja sain kokemuksen hyvin erilaisista päihdekuntoutujista. Hevosen kanssa toimiminen oli minulle luonnollista ja sitä kautta pystyin toimimaan ryhmän kanssa omana itsenäni. Hevonen helpotti mielestäni omaa vuorovaikutustani ryhmän jäsenten välillä. Usein vuorovaikutus helpottuu, kun viestinnän avuksi saa jonkun välineen, tässä tapauksessa välineenä toimi hevonen. Sain myös palautetta OTE-ryhmän ohjaajilta omasta innostuksesta aiheeseen, mikä näkyi ryhmätapaamisissa. Olin innoissani siitä, kuinka positiivisena kaikki kokivat toiminnan ja uskon, että oma innostava työotteeni sai ryhmän jäseniä itsekkin innostumaan toiminnasta. Hevostoiminnan toteuttaminen ryhmälle päihdekuntoutujia oli itsellenikin uutta ja tuntematonta, ja se toi toimintaan pientä jännitystä.

Järjestämälläni hevostoiminnalla oli tarkoituksena keskittyä päihdekuntoutujan voimavaroihin sen sijaan, että keskityttäisiin päihdekuntoutujan puutteisiin. Mielestäni päihdekuntoutuksessa olisi nimenomaan tärkeää keskittyä puutteiden sijasta kykyihin. Hevosen kanssa järjestämälläni toiminnalla pyrin osoittamaan päihdekuntoutujille, että he pystyvät konkreettisesti saamaan jotakin aikaiseksi. Päihdekuntoutuksessa käsitellään monesti asioita, jotka liittyvät ihmisen epäonnistumiseen (kuten esimerkiksi retkahtamiseen liittyvät teemat), tärkeää olisi kuitenkin myös pyrkiä vahvistamaan kuntoutujan voimavaroja.

Näin jälkepäin ajatellen mieleeni on tullut muutamia asioita, joita olisin tehnyt toiminnassani toisin sekä asioita, joita olisi pitänyt käsitellä. Tallilla vierailu jakson aikana olisi ollut hyvä sisällyttää perusjakson ajalle sekä esimerkiksi hevosen kengityksen näkeminen ja kokeminen olisi varmasti ollut monelle uusi juttu. Olen kuitenkin todella tyytyväinen järjestämäni hevostoimintaan, varsinkin kun ottaa huomioon muutamat vastoinkäymiset, joita tielle tuli. Tästä on mielestäni erittäin hyvä lähteä hevostoimintaa kehittämään ja voi olla, että tulevaisuudessa opiskelen vielä sosiaalipedagogisen hevostoiminnan kurssin Kuopion yliopistossa, jotta voin virallisesti alkaa toteuttamaan sosiaalipedagogista hevostoimintaa sosiaalisessa kuntoutuksessa. Aihe tuntuu itselle läheiseltä ja uskon, että erilaisen uusien toiminnallisten menetelmien kehittäminen päihdetyössä on erittäin tärkeää päihdetyön kehittymisen kannalta. Tämän työn tutkimustulokset osoittavat hevostoiminnalla olleen merkitystä ainakin OTE-ryhmän päihdekuntoutujille, ja tuloksien ollessa niin hyvät OTE-hankkeen työntekijät aikoivat järjestää hevostoimintaa myös keväällä ja syksyllä

2009 toteutuille OTE-ryhmille. Ehkä tulevaisuudessa hevostoimintaa on tarjolla Ridasjärven päihdehoitokeskuksen muillekin asiakkaille.

Hevosen terapeuttista vaikutusta olisi mielestäni tärkeää tutkia tulevaisuudessakin. Päihdekuntoutujien parissa tapahtuneesta hevosen terapeuttisesta käytöstä ei liiemmin ole aineistoa saatavilla. Itse keskityin pääasiassa päihdehoitotyöstä löytyvään kirjallisuuteen sekä erikseen hevosen terapeuttiseen käyttöön liittyvään kirjallisuuteen. Aihe on kuitenkin sen verran ajankohtainen, että aineisto on melko tuoretta ja tärkeää tietoa itse löysin hevosaiheisista lehdistä. Hyväksi itse koin Pitkäsen teoksen ”Hevosvoimia”, joka keskittyy useasakin kappaleessa juuri hevosen terapeuttiseen käyttöön. Omassa työssäni jatkotutkimuksen aiheeksi nousi ryhmähoidon tutkiminen päihdehoidossa. Päihdehuollon ryhmähoidosta en itse tahtonut löytää aineistoa ja kuitenkin päihdehuollossa ryhmätoimintaa hyödynnetään paljon. Pelkästään päihdehuollon ryhmätoiminnasta kertovaa aineistoa en löytänyt lainkaan. Yleisesti päihdehuoltoon keskittyvissä aineistoissa oli monessa viittauksia ryhmähoitoon, mutta kattavaa tietoa sen vaikutuksista kuntoutumisen onnistumiseen ei juuri löytynyt. Tarvetta tutkimukselle olisi myös sillä taholla.

LÄHTEET:

Ahonen, J. 2005. Päihdehuoltoa rakentamassa. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Alcoholics Anonymous, nimettömät alkoholistit. Nimettömien alkoholistien Internet-sivut. Saatavissa: <http://www.aa.fi/mika.html> [viitattu 19.8.2009].

Alkoholiongelmaisen hoito. 2005. Käypä hoito. Saatavissa: <http://www.kaypahoito.fi/kh/kaypahoito?suositus=hoi50028> [viitattu 26.4.2009].

Aranko, K-M. 2008. Hevonen on hyvä terapeutti. Hippos 5/2008. 4 - 7.

Arell, T. 2007. Tallissa on hyvässä tallessa. Koelypsy -MTT:n asiakaslehti 3/2007. Saatavissa: <https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/Koelypsy/32007/Maattiaisrotujen%20k%E4ytt%F6%20on%20niiden%20parasta%20suojelua> [viitattu 20.10.2008].

Avoryhmäyhteisö. Avoryhmäyhteisön Internet-sivut. Saatavissa: <http://www.avoryhma.net/index.html> [viitattu 19.8.2009].

Chernak McElroy, S. 1997. Eläimet opettajina ja parantajina. Hämeenlinna: Karisto Oy.

Eläimistä on terapeuteiksi. 2004. Stakes. Dialogi 6/2004. Saatavissa: <http://dialogi.stakes.fi/NR/rdonlyres/0A583040-9AA4-4CF6-817E-89DFEE6005CD/0/dialogi20046.pdf> [viitattu 13.10.2008].

Havio, M., Inkinen, M. & Partanen A. (toim.) 2008. Päihdehoitotyö. 5., uudistettu painos. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

Healing with horses. Sunray treatment and recovery. Saatavissa:

http://www.sunrayrecovery.com/Equine_Therapy.php [viitattu 3.4.2009].

Hevosen lajinmukainen käyttäytyminen. 2008. Hevosyrittäjä. Saatavissa:

http://www.hevosyrittaja.fi/HeYh_4_4.asp [viitattu 15.10.2008].

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. 13., osin uudistettu painos. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Huumeongelmaisen hoito. 2006. Käypä hoito. Saatavissa:

<http://www.kaypahoito.fi/kh/kaypahoito?suositus=hoi50041> [viitattu 26.4.2009]

Hämäläinen J. & Kurki L. 1997. Sosiaalipedagogiikka. Porvoo: WSOY.

Järvikoski, A. & Härkäpää, K. 2004. Kuntoutuksen perusteet. Helsinki: WSOY.

Kaukkila, V. & Lehtonen, E. 2007. Ryhmästä enemmän. Käsikirja ryhmänohjaajan taitoja tarvitsevalle. Helsinki: SMS-Tuotanto Oy.

Kauppila, R. A. 2006. Vuorovaikutus ja sosiaaliset taidot. Juva: WS Bookwell Oy.

Kettunen, R., Kähäri-Wiik, K., Vuori-Kemilä, A. & Ihalainen, J. 2002. Kuntoutumisen mahdollisuudet. Porvoo: WS Bookwell Oy.

Kettunen, T., Ihalainen, J. & Heikkinen, H. 2001. Monimuotoinen sosiaaliturva. Juva: Ws Bookwell Oy.

Kjälldman, R. 2008. Hevonen kasvattaa ja kuntouttaa. ProHevonen 4/08. 34 - 39.

Kuoppa, E. & Manner, R. 2009. Yhdessä hevosen kanssa: hevosen vaikutus terapeuttiseen yhteistoimintaan. Theseus, ammattikorkeakoulujen verkkokirjaston Internet-sivut. Saatavissa: <https://publications.theseus.fi/handle/10024/2864> [viitattu 2.8.2009].

Lappalainen-Lehto, R., Romu, M-L. & Taskinen, M. 2007. Haasteena päihteet. Ammatillisen päihdetyön perusteita. Helsinki: WSOY oppimateriaalit.

McBeth, J. 2006. Whispering to horses can help drug addicts. Saatavissa: http://www.castlecraig.co.uk/media/coverage/whispering_to_horses.aspx [viitattu 1.4.2009].

Nimettömät narkomaanit, narcotics anonymous. Nimettömien narkomaanien Suomen alueen viralliset sivut. Saatavissa: <http://www.na.org/?ID=ips-fi-fi-IP16> [viitattu 19.8.2009].

OTE-hanke. Uudenmaan päihdehuollon kuntayhtymä. Uudenmaan päihdehuollon kuntayhtymän Internet-sivut. Saatavissa: <http://www.ridis.info/ote-esite.pdf> [viitattu 13.10.2008].

Paloniemen sairaala. Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiirin Internet-sivut. Saatavissa: <http://www.hus.fi/default.asp?path=1,32,660,546,2296> [viitattu 3.4.2009].

Peltonen, H. 2008. Hevonen kasvattaa oikeudenmukaisesti. Dialogi 6/2008. 4 - 8.

Pihlajakoti Oy. Pihlajakoti Oy:n Internet-sivut. Saatavissa: www.pihlajakoti.fi [viitattu 3.4.2009]

Pitkänen, A-K. 2008. Hevosvoimia. Hyvää oloa hevosharrastuksesta. Helsinki: Kirjapaja.

Päihdehuoltolaki 41/1986

Riutta, N. 2008. Hevosen syli. Vantaan Lauri 35/2008. Saatavissa: http://www.vantaanlauri.fi/arkisto/2008/2008-10-09/henkilokemiaa/Hevosen_syli [viitattu 15.10.2008].

Saarelainen, R., Stengård, E. & Vuori-Kemilä, A. 2003. Mielenterveys- ja päihdetyö. 3., uudistettu painos. Porvoo: WS Bookwell Oy.

Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan koulutus syrjäytymisen ehkäisyssä ja sosiaalisessa kuntoutuksessa (25op). Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan Internet-sivut. Päivitetty 5.4.2009. Saatavissa: <http://www.hevostoiminta.net/11> [viitattu 7.4.2009].

Soukka, M. 2007. Hevostoiminta. Saatavissa: http://www.talentia.fi/files/2767_MicrosoftWord-PILKE1-2007-final.pdf [viitattu 11.10.2008].

Tuominen, M. 2006. Hevosen avulla -hevoskerho 7-12 -vuotiaille hiljaisille ja syrjäytymisvaarassa oleville lapsille. Opinnäytetyö. Sosiaalialan koulutusohjelma. Kymenlaakson ammattikorkeakoulu.

Uudenmaan päihdehuollon kuntayhtymä, Ridasjärven päihdehoitokeskus. Uudenmaan päihdehuollon kuntayhtymän Internet-sivut. Saatavissa: <http://www.ridis.info/kuntoutus.html> [viitattu 8.10.2008].

Vilka, H. 2006. Tutki ja havainnoi. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy.

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

Voivala, K. 2009. ”Ote pitää” -päihdekuntoutuksen vaikuttavuus asiakkaan näkökulmasta Ridasjärven päihdehoitokeskuksessa. Opinnäytetyö. Sosiaalian ylempi ammattikorkeakoulututkinto. Diakoniammattikorkeakoulu.

Osallistuvan havainnoinnin keskeiset tulokset

Ajankohta	Havainnot
VKO 1 5.9.2008 Tutustumiskerta	<p>Koko ryhmä osallistui tutustumiskerran tapaamiseen ja osa ryhmästä uskalsi heti ratsastaa. Melkein kaikki koskettivat hevosta ja ryhmästä huomasi heti, ketkä olivat eniten kiinnostuneita hevosesta ja ketkä pysyivät selvästi kauempana. Myös kun keskustelimme hevosista ja aikaisemmista kokemuksista hevosten kanssa, oli muutamilla positiivisia kokemuksia ja joillakin negatiivisia kokemuksia hevosista. Ryhmä tuntui innostuneelta ja hevoskokemuksia vaihdettiin ryhmän kesken hyvässä hengessä hevosta rapsutellessa.</p>
VKO 2 10.9.2008 Ensimmäinen toimintakerta/ Ryhmään osallistuminen	<p>Ryhmässä keskustelimme tavoitteista, joita jokainen itselleen asettaa hevostoimintaa ajatellen. Ryhmän jäsenistä suurin osa odotti innolla iltapäivän hevostoimintaa ja nekin, jotka eivät odottaneet niin innolla, asettivat itselleen tavoitteeksi osallistua toimintaan muiden mukana (vaikka eivät toimisikaan hevosen kanssa).</p> <p>Hevostoiminnan aikana oli havaittavissa pientä jännitystä, sillä tällä kertaa mukanani oli isompi hevonen kuin tutustumiskerralla ja se tuntui hieman vaikeuttavan hevosen lähestymistä joillakin ryhmän jäsenillä. Rohkeus lähestyä hevosta ja kiivetä selkään palkitsivat ryhmän jäseniä ja selässä käyneet olivat silminnähden tyytyväisiä itseensä ja onnistumiseensa. Ryhmä kuunteli tarkkaavaisena kun näytin ja kerroin hevosen huoltamisesta, kavioiden katsomisesta ja muista hevosen kanssa toimiessa huomioon otettavista seikoista. Joillakin oli selvästi tietoa erilaisista välineistä hevosta huollettaessa ja toisille erilaiset esineet olivat vieraampia (kuten kaviokoukku, jalustin ym.)</p>
12.9.2008 Sipoon reissu	<p>Perjantaina osallistuessani vierailukäynnille Sipoon Kuntokallioon pääsin näkemään ryhmän toimintaa laitoksen ulkopuolella. Itselleni oli tärkeää olla reissulla mukana, koska pääsin tutustumaan ryhmään tulleeeseen uuteen jäseneseen. Havainnoin suurta yhteenkuulumisen tunnetta ryhmän keskuudessa ja tunsin itseni osaksi ryhmää.</p>
VKO 3 15.9.2008 Toinen toimintakerta	<p>Ryhmän jäsenistä alkaa erottua ne, jotka etenevät hevosen kanssa työskentelyssä vauhdilla ja ne, jotka eivät vielä täysin luota omaan kykyynsä toimia hevosen kanssa. Kuitenkin niiden osalta, jotka eivät alussa olleet missään tekemisissä hevosen kanssa, on selvää edistymistä havaittavissa.</p> <p>Huomaa, kuinka ryhmän muiden jäsenten positiiviset kokemukset ovat vaikuttaneet siihen, että nekin, jotka eivät olleet niin innostuneita, ovat toimintakertojen edetessä alkaneet kiinnostua yhteistyöstä hevosen kanssa. Ryhmässä tapahtuneet muutokset (uusi jäsen, yksi alkuperäinen jäsen jäänyt pois) eivät havaintojeni mukaan ole vaikuttaneet ryhmän toimintaan.</p>

<p>VKO 4 23.9.2008 Ryhmään osallistuminen</p> <p>26.9.2008 Kolmas toimintakerta</p>	<p>Ryhmän teemana oli yhden ryhmän jäsenen elämänhistoria. Ryhmä kuunteli tarkkaan elämänhistorian läpikäymistä ja palautteen antaminen ryhmässä havaintojeni mukaan loi me-henkeä. Palaute oli ymmärtävää ja anteeksiantavaa. Ryhmän palautteella tuntui olleen merkitystä elämänhistoriansa jakaneelle ryhmän jäsenelle. Yhden jäsenen elämänhistorian kuuleminen auttoi ryhmän jäseniä, sekä ryhmän vetäjiä (myös minua) ymmärtämään yhtä jäsentään paremmin.</p> <p>Kolmannella toimintakerralla pääsimme tosielämässä näkemään riskejä, joita hevosen kanssa toimimiseen liittyy. Yksi ryhmän jäsen putosi hevosen selästä (selvisi säikähdyksellä) ja hevonen astui toisen ryhmän jäsenen jalan päälle (myös selvisi säikähdyksellä). Tapahtumat herättivät keskustelua ja pyrin rohkaisemaan molempia kokemustensa jälkeen lähestymään hevosta, jotta tapahtumista ei jäisi huonoja muistoja. Hieman pelkoa havaitsin toisen ryhmäläisen toiminnassa jatkossa, mutta toiselle ei tapahtuneesta jäänyt pelkoa toimia hevosen kanssa. Muut ryhmän jäsenet suhtautuivat tapahtumiin neutraalisti ja toimintaa jatkettiin normaalisti. Hevosen valjastaminen ja harjaaminen auttoivat ryhmäläisiä hevosen lähestymisessä. Ryhmän toimintaa edisti se, kun toiset ryhmän jäsenet auttoivat toisia hevosen huoltamisessa ja rohkaisivat arempia toimimaan hevosen kanssa.</p>
<p>VKO 5 29.9.2008 Neljäs toimintakerta</p>	<p>Neljännellä toimintakerralla havainnoin paljon onnistumisen kokemuksia ja yksi merkittävistä havainnoista on yhden ryhmän jäsenen hevospelon voittaminen. Merkittävä havainto oli se, että ryhmän jäsenten jäädessä kahden kesken hevosen kanssa (esimerkiksi sitä taluttaessaan) he jokainen juttelivat hevoselle. Havainnoin tyytyväisyyttä itseensä ja onnistumisen riemua erityisesti niiden ryhmän jäsenten kohdalla, jotka taluttivat hevosta yksinään.</p> <p>Tässä vaiheessa toimintoja tärkeä havainto oli myös se, että hevosesta on tullut ryhmälle yksi jäsen. Sen kuulumisia kysellään ryhmissä ja sitä kunnioitetaan, rapsutellaan ja keuhataan toiminnan aikana koko ryhmän puolesta. Kaikki antavat hevoselle herkkuja ja ovat silmin nähden tyytyväisiä, kun hevonen huomioi heidät tökkimällä hellästi turvallaan ja kerjäämällä herkkuja. Muutamasta ryhmän jäsenestä erityisesti huomaa sen, kuinka paljon he nauttivat saadessaan toimia hevosen kanssa. He ovatkin niitä, jotka ovat osallistuneet jokaiselle toimintakerralle.</p>
<p>VKO 6 10.10.2008 Ryhmään osallistuminen/ Viides toimintakerta</p>	<p>Ryhmän teemana oli jälleen yhden jäsenen elämänhistoria, joka herätti paljon ajatuksia ja jälleen palautetta annettiin hyvässä hengessä. Hevostoiminnasta keskusteltiin ja sain haastateltua ryhmäläisiä. Hevosesta puhuttiin positiivisella asenteella ja huolta herätti ryhmän keskuudessa se, järjestykö seuraavalle OTE-ryhmälle hevostoimintaa. Yhteinen mielipide tuntui olevan se, että hevostoiminta on ollut uutta ja tuntematonta. Tunnelma oli ryhmässä hyvä.</p>

	<p>Iltapäivän hevostoimintaa odotettiin innolla, koska olin luvannut tulla hevostäilyjen kanssa. Raviurheilu oli osalle ryhmän jäsenistä tuttu laji ja aihe herätti paljon keskustelua päästessämme kärryajelulle, jokainen ryhmän jäsen vuorollaan. Hevosen ohjastaminen toi muutamalle muistoja nuoruudesta, joista pääsimme vaihtamaan ajatuksia. Kärryjen kyydistä selvästi tykättiin ja hevosen valjastaminen kiinnosti monia ryhmän jäseniä.</p>
<p>VKO 7 15.10.2008 Ryhmään osallistuminen</p> <p>18.10.2008 Kuudes toimintakerta</p>	<p>Ryhmässä oli teemana tällä kertaa edellisen viikon Heureka-käynti, jonne en itse ollut päässyt osallistumaan. Ryhmästä huomaa selvästi, kuinka yhteiset ryhmän tutustumiskäynnit ovat edistäneet ryhmän toimintaa. Yhteisillä reissuilla ryhmäläiset pääsevät kokemaan yhdessä ryhmän kesken uutta ja jakamaan siitä kokemuksia keskenään. Hevosaihe herätti paljon keskustelua ja sain OTE-ryhmän ohjaajilta palautetta omasta innostuksestani hevostoimintaan ja heidän näkemyksensä mukaan innostus on tarttunut minusta myös asiakkaisiin.</p> <p>Itse olen havainnut samanlaista innostumista asiakkaiden puolelta. Jokaisen toimintakerran jälkeen innostus ja kiinnostus hevosen kanssa toimimiseen on kasvanut ja uutta halutaan oppia kovasti. Havaintojeni mukaan ryhmäläiset ovat oppineet todella paljon uusia asioita ja motivaatio oppimiseen on muutamilla ryhmän jäsenillä erittäin suuri. Havaintojeni mukaan hevosen kanssa toimiminen on toiminut merkittävänä innostavana tekijänä keskellä päihdekuntoutujan arkea.</p> <p>Hevostoiminnassa osallistujamäärä oli tällä kertaa melko vähäinen ja syy siihen oli se, että järjestin toiminnan viikonlopun aikana, jolloin osa ryhmäläisistä on asiointivapaalla. Merkittävä havainto oli kuitenkin tällä kerralla se, kuinka paljon ryhmäläiset ovat oppineet näiden toimintakertojen aikana ja juuri se tosiasia, että silloin oppii parhaiten kun on asia, joka kiinnostaa. Havainnoin myös vastuunottamisen lisääntyneen joidenkin ryhmäläisten osalla. He uskaltavat ottaa enemmän vastuuta hevosen kanssa toimimisesta ja pienemmällä porukalla ryhmäläiset pääsevät enemmän toimimaan hevosen kanssa ja se lisää varmuutta ja uskoa omaan kykyihinkin.</p>
<p>VKO 8 25.10.2009 Seitsemäs toimintakerta</p>	<p>Tälläkään kerralla ei koko ryhmä päässyt osallistumaan toimintaan. Ne, jotka osallistuivat toimintaan, olivat selvästi haikealla mielellä, koska OTE-jakso läheni loppuaan. Piirto sai jälleen osakseen paljon rapsutteluja ja halukkaat saivat ratsastella ja harjailla hevosta. Muutaman ryhmän jäsenen asioista olen paremmin tietoinen, koska hevosen kanssa touhuttaessa ryhmäläiset kertovat omasta elämästään, toiset enemmän ja toiset vähemmän.</p> <p>Tällä kerralla sain kuulla paljon ajatuksia yhden ryhmän jäsenen suunnitelmista tulevaisuuden suhteen. Hän kertoi avoimesti ajatuksiaan istuessaan hevosen selässä ja ajattelin itse asian niin, että hän ei välttämättä olisi kertonut ajatuksiaan yhtä avoimesti jos istuisimme vastakkain toimistohuoneessa. Uskon, että tilanne oli tarpeeksi turvallinen hänelle, jotta hän pystyi ajatuksistaan minulle kertomaan. Muidenkin ryhmäläisten kanssa tuli keskusteltua tulevaisuudesta ja olin tyytyväinen, että ryhmän jäsenet kertoivat suunnitelmistaan ja se sai minut tuntemaan itseni heille tärkeäksi. Piirron tiedänkin jo olevan suurimmalle osalle ryhmäläisistä tärkeä.</p>

Haastatteluiden tiivistelmät

Ajankohta	Kysymykset	Vastaukset
10.9.2008	Mitä tavoitteita asetatte itsellenne hevostoiminnassa?	Hevosen selkään meneminen, valjastamisen oppiminen, hevospelon voittaminen, hevostoimintaan osallistuminen ryhmän mukana, kärryjen kyytiin pääseminen ja ohjastaminen.
10.10.2008	Miltä hevostoiminta on tuntunut ja mitä ajatuksia se teissä herättää?	<p>Yksi ryhmän jäsen tunsi voittaneensa hevospelkonsa, hevostoiminta on ollut monen mielestä mukavaa vaihtelua ryhmissä käynteihin, positiivista suhtautumista monen osalta, hevostoiminta oli osalle viikon kohokohta, ja siksi asiointivapaat suunnitellaan sen mukaan.</p> <p>Hevostoiminta on tuonut paljon muistoja lapsuudesta muutamalle jäsenelle sekä piristystä arkeen, yksi ryhmän jäsen on huomannut tykkäävänsä hevosista, hevosen kanssa toimiminen on tehnyt fyysisesti hyvää, hevosesta on tullut monelle ystävä ja seuraavaa toimintakertaa odotetaan innolla.</p> <p>Hevosella ratsastaminen ja hevosen kanssa toimiminen on monelle ensimmäinen kerta elämässään ja siksi merkittävä kokemus. Hevostoiminta on herättänyt yhdessä jäsenessä ajatuksen kengittäjän ammattiin hakeutumisesta.</p>

**OTE-VIIKKO-OHJELMA 3 VANTAA
MA 15.9.2008**

Klo 8.15 AAMURYHMÄ RYHMÄTALOLLA (vapaaehtoinen)

Klo 9.00-11.30 OTE-ryhmä Ryhmätalolla Huom! **muistakaa silloin kertoa asiointivapaat koko viikolle**

Klo 14.30 HEPPAILUA 1 RYHMÄ

Klo 15.15 HEPPAILUA 2 RYHMÄ

TI 16.9.2008

Klo 8.30-10 OTE-ryhmä ryhmätalolla (Elämänhistoria)

Klo 12.30-15 Kati päivystää

Klo 12.30-15 Anette päivystää

Klo 19.00 NA-palaveri RYHMÄTALOLLA

KE 17.9.2008

Klo 8.15 AAMURYHMÄ RYHMÄTALOLLA

Klo 9.00-16.00 TYÖTOIMINTAA

TO 18.9.2008

Klo 8.30-16 OTE-ryhmä VANTAALLA KOKO PÄIVÄN

Klo 9.30 TUTUSTUMINEN UUTEEN KILTA-KOTIIN

Klo 12-14 KEILAILUA TAI BILJARDIA TIKKURILASSA

Klo 19.00 AA-PALAVERI RYHMÄTALOLLA

PE 19.9.2008

Klo 9-11 VIIKON PURKU

Klo 12.30 UUINTIREISSU (Hyvinkäälle, vapaaehtoinen)

LA 20.9.2008

Klo 9-15 PSYKOLOGIN HAASTATTELUT PUOLET PORUKASTA

Klo 11 AVORYHMÄ RYHMÄTALOLLA(vapaaehtoinen)

SU 21.9.2008

Klo 11.00 AA-PALAVERI RYHMÄTALOLLA(vapaaehtoinen)

Klo 19.00 NA-PALAVERI RYHMÄTALOLLA(vapaaehtoinen)

TÄLLÄ VIIKOLLA OLISI KAIKKIEN HYVÄ TUTUSTUA TALON AA- NA- TAI AVORYHMÄÄN. KÄYKÄÄ ENSIN TALON SISÄLLÄ, SEURAAVILLA VIIKOILLA MAHDOLLISUUS RYHMÄNÄ ULKOPUOLELLE MINKÄ KESKENÄNNE SOVITTE.



SATULA



RIIMU



RIIMU



SUITSET



RIIMUNNARU



KAVIOKOUKKU



HARJOJA



MUOVISUKA



SUITSET



KUOLAIMET



JALUSTIN



SATULAHUOPA



LOIMI



LÄNNENSATULA



SATULAVYÖ



VALJAAT



VALJASTETTU HEVONEN



KÄRRYT



Purto

JRO8