

Susanna Etelämäki

LEMMIKKIELÄINTEN MERKITYS
MIELENTERVEYSASIAKKAIDEN
KUNTOUTUKSEN TUKENA

Sosiaalialan koulutusohjelma

2014

LEMMIKKIELÄINTEN MERKITYS MIELENTERVEYSASIAKKAIDEN KUNTOUTUKSEN TUKENA

Etelämäki, Susanna
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Sosiaali-alan koulutusohjelma
Joulukuu 2014
Ohjaaja: Hautala, Päivi-Maria
Sivumäärä: 62
Liitteitä: 1

Asiasanat: eläimet, kissat, lemmikkieläimet, mielenterveys, mielenterveysasiakkaat, skitsofrenia, terveys

Tässä opinnäytetyössä tutkittiin lemmikkieläinten vaikutuksia mielenterveysasiakkaisiin heidän jokapäiväisessä elämässään. Lisäksi tutkittiin jo ennestään saatua tutkimustietoa lemmikkieläinten psyykkisistä, fyysisistä, sosiaalisista ja muista vaikutuksista erilaisiin ihmisiin.

Tutkimusmenetelmänä käytettiin haastattelua. Tutkimukseen haastateltiin Lohjan psykiatrisen pienkodin ja päivätoiminnan asiakkaita, joilla on erilaisia mielenterveysongelmia, kuten skitsofreniaa, sekä Lohjan työntekijöitä antamaan tutkimukseen omaa näkökulmaansa. Haastattelut liittyivät Lohjan kassa olevaan kissaan, sekä asiakkaitten omiin lemmikkeihin ja kokemuksiin niistä.

Tutkimustuloksissa tuli esiin paljon erilaisia positiivisia lemmikkien vaikutuksia mielenterveysasiakkaisiin. Hyviä vaikutuksia olivat kokeneet myös työntekijät. Lemmikkien aiheuttamia negatiivisia vaikutuksia ei ollut juurikaan ilmennyt. Tutkimuksen tulokset esiteltiin työssä.

THE MEANING OF PETS AS MENTAL HEALTH CLIENT'S SUPPORT IN REHABILITATION

Etelämäki, Susanna

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences
Degree Programme in Social Services

December 2014

Supervisor: Hautala, Päivi-Maria

Number of pages: 62

Appendices: 1

Keywords: animals, cats, health, mental health, mental health clients, pets, schizophrenia

The purpose of this thesis was to research pet influences to mental health clients in their daily life. There was also research of already researched information that have found of pets psychical, physical, social and other influences to different people.

Interviews were used as a research method. Luhurikka's psychiatric home and daytime activity clients who have different mental health problems, like schizophrenia, were interviewed. Also employees were interviewed and they gave their own aspect to the research. Interviews were related to own cat of Luhurikka and to client's own pets and experiences about them.

There came up a lot of different positive influences of animals to mental health clients in research results. Also employees were experienced good influences. Negative influences of pets were not showing out almost at all. The results of the research were specified in this thesis.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	5
2	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET	6
3	TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT	7
3.1	Aluksi.....	7
3.2	Eläinavusteisesta työskentelystä.....	9
3.2.1	Käsitteitä.....	9
3.2.2	Yleistä.....	10
3.2.3	Yhdistyksiä ja eläinavusteisia toiminta- ja terapiamuotoja Suomessa.....	11
3.1	Lemmikkieläinten fyysiset vaikutukset ihmiseen	12
3.2	Psyykkiset vaikutukset	14
3.3	Muut vaikutukset	17
4	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN.....	18
4.1	Aineiston hankinta ja toteutusmalli	18
4.2	Aineiston analysointi.....	20
5	LUHURIKKA	21
6	TULOKSET	22
6.1	Päivätoiminnan kävijöiden kommentteja lemmikeistä.....	22
6.2	Haastattelut	24
6.2.1	Päivätoiminnan kävijät	24
6.2.2	Asukkaat.....	35
6.2.3	Työntekijät.....	42
7	JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	54
7.1	Tulosten tarkastelu	54
7.2	Eettiset kysymykset.....	57
7.3	Luotettavuuden pohdinta.....	58
7.4	Lopuksi.....	59
	LÄHTEET	61
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

Olen huomannut arkipäivän elämässä lemmikkieläinten silminnähtävää mieltä nostavaa ja ilahduttavaa vaikutusta monenlaisissa ihmisissä ja itsessäni. En ole kuitenkaan löytänyt juurikaan tutkimusta lemmikkieläinten psyykkisistä vaikutuksista mielenterveysasiakkaisiin. Suomessa tehtyjä kirjoja, jotka kertovat eläinten vaikutuksista ihmiseen, ei ole tehty kovinkaan paljoa.

Myös tulevana päihde- ja mielenterveystyöhön erikoistuneena sosionomina, ja erityisesti mielenterveystyöstä kiinnostuneena, aihe tulee minua lähelle. Olen saanut jonkin verran työkokemusta mielenterveystyöstä skitsofrenia-asiakkaiden ja muita erilaisia mielenterveysongelmia omaavien ihmisten kanssa erilaisista töistä ja harjoitteluista. Äitini työskentelee Luhurikassa, johon tein opinnäytetyöni, psykiatrisen pienkodin ja päivätoiminnan puolella, ja toki myös sitä kautta olen saanut tietoa mielenterveysongelmaisten kanssa työskentelystä.

Tein opinnäytetyöni siis Luhurikan hoivapalvelut Oy:lle, joka sijaitsee Kuortaneella, Etelä-Pohjanmaalla. Luhurikan toimintaan liittyy neljä osa-alueita; psykiatrisen pienkoti, vanhusten pienkoti Oivankulma, päivätoiminta mielenterveyskuntoutujille ja jalkahoito. Tein opinnäytetyöni psykiatriseen pienkotiin ja päivätoimintaan liittyen.

Luhurikan psykiatrisessa pienkodissa ”asukkaana”, ja välillä päivätoiminnan puolella vierailijana, on ollut nyt parin vuoden ajan myös Poju-niminen kissa, joka tuli paikkaan pienenä pentuna. Haastattelin sekä työntekijöitä, että asiakkaita muun muassa siitä, miten kissan oleminen pienkodissa on vaikuttanut ja vaikuttaa asukkaisiin, tai millaisia vaikutuksia päivätoiminnassa käyvien omilla lemmikeillä on ollut heihin. Onko jotain muuttunut siitä ajasta kun kissaa ei vielä ollut, ja miten he kokevat kissan olemisen heidän kanssaan? Tai

miten omat lemmikkieläimet ovat vaikuttaneet päivätoiminnassa käyvien mielen ja jokapäiväiseen elämään?

Sain viedä myös kaksi omaa kissaani vierailulle pienkotiin, jossa tarkkailin asiakkaiden reaktioita niihin. Luhurikassa vierailee välillä myös erään työntekijän kani ja muita eläimiä, joita pystyin lisäksi hyödyntämään tutkimuksessani. Oli kiinnostavaa lähteä kyselemään Luhurikan asiakkaiden ja työntekijöiden kokemuksia lemmikkieläinten merkityksestä heidän yksikössään. Olen käynyt Luhurikassa ennen opinnäytetyön tekoakin, ja tunnelma on joka kerta ollut hyvin lämmin. Mukavat ja rennot työntekijät ja asiakkaat ja sisätilojen kodinomaisuus tekevät paikasta oikein miellyttävän käydä. Oli siis mukava viettää päivä Luhurikassa keräten aineistoa opinnäytetyötäni varten. Oli hauska myös tutustua Pojuun, joka lisäsi kodinomaisuutta ja leppoisaa tunnelmaa entisestään.

2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Tutkimuksellani toivon olevani kehittämässä myös omalta osaltani eläinavusteista kuntoutusta. Sosiaalialan toimintaympäristöjä olisi tärkeää saada kehitettyä mahdollisimman hoitaviksi ja kuntouttaviksi, ja eläinten hyödyntäminen onkin jo useissa paikoissa todettu olevan yksi toimiva tapa. (Vartiovaara 2006) Ehkä terapeuttisia lemmikkejä voisi hyödyntää vielä paljon enemmän erilaisissa paikoissa?

Toivon, että raporttini myötä monet saavat enemmän tietoa lemmikkieläinten vaikutuksista ihmisiin ja heidän kuntoutumiseensa. Toivon myös, että työstäni voi saada vinkkejä sosiaalityön ympäristöjen muuttamiseen mahdollisimman suotuisiksi ja hyvinvointia edistäviksi. Tätä eläintoimintaa voisi kehittää myös erilaisiksi toiminnalliseksi tekemiseksi esim. työpajatoiminnaksi, tai harkita muita uusia työtapoja lemmikkieläimiä hyödyntäen.

3 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

3.1 Aluksi

Lemmikkien vaikutuksia ihmisen terveyteen on alettu tutkia 1980-luvun alkupuolella. (Terve:n www-sivut) Pelkästään lemmikkieläinten fyysisiä vaikutuksia ihmiseen on tieteellisesti tutkittu olevan hyvin paljon, esimerkiksi lemmikkieläinten koskettamisen ja silittämisen on todettu laskevan verenpainetta ja sydämen sykettä kaikenikäisillä ihmisillä. Useiden tutkimusten on myös osoitettu todistavan yhä varmemmin, että lemmikkieläimet voivat esimerkiksi vähentää ja ennaltaehkäistä ahdistusta, yksinäisyyttä ja masentuneisuutta. (Viljanutun www-sivut) Lemmit voivat joskus myös aistia ja huomata esimerkiksi syövän puhkeamisen, maanisuuden tai maanis-depressiivisen käyttäytymisen alkamisen tai diabeetikon veren sokeripitoisuuden laskun. (Vartiovaara 2006)

Tutkimukset puhuvat sen puolesta, että lemmikkieläinten omistaminen ja niistä huolehtiminen todella kohentavat omistajiensa terveydentilaa. Riski sairastua erilaisiin sairauksiin on myös pienempi lemmikkien omistajilla. Mistä oikoin on kyse? Mikä tekee lemmikkieläinten ja ihmisten vuorovaikutuksesta niin erikoista? (Vartiovaara 2006)

Yhtenä tärkeänä tekijänä eläimen ja ihmisen välisen suhteen psykologisissa ja psykofysiologisissa vaikutuksissa pidetään elimistön niin sanotun turvajärjestelmän, eli oksitosiinisysteemin aktivoitumista. (Uyemura 2014) Oksitosiini on saanut osakseen lempinimiä kuten ”halihormoni” tai ”rakkaushormoni”, sillä se muun muassa lisää tyytyväisyyttä, rauhallisuutta ja turvallisuudentunnetta. (Ikäheimo 2013, 26–27) Ihminen voi olla muutenkin rauhallisempi, onnellisempi, tyytyväisempi ja muita ihmisiä huomioivampi. Lemmikki voikin olla hyvää ”stressilääkettä”. (Vartiovaara 2006) Cynthia Chandler on muun muassa professorina Pohjois-Texasin yliopistolla ja eläinavusteisen terapiakeskuksen perustaja. Hän on sanonut, että eläinavusteinen terapia on tullut jäädäkseen yksinkertaisesti jo siitä syystä, että oksitosiinin vaikutukset ovat niin kiistämättömiä. (Uyemura 2014)

Toki myös jo lemmikkien ehdoton rakkaus ja hyväksyminen ovat jotain niin ainutlaatuista, että niiden mukanaan tuomat monenlaiset terveysvaikutukset eivät tunnu yllättäviltä. (Vartiovaara 2006)

Joskus voidaan väitellä, onko esimerkiksi koira parempaa seuraa kuin kissa, tai vaikka lintu tai kala. Nykytiedon mukaan niiden kesken ei ole kuitenkaan oleellista terveydentilassamme näkyvää eroa. (Vartiovaara 2006)

”Ilmeisesti se, että joku ylipäättään päättää hankkia itselleen lemmikkieläimen, on merkki ihmisen joistakin sellaisista persoonallisuuden piirteistä, jotka vaikuttavat positiivisesti koko elämään.”
(Vartiovaara 2006)

Tokikaan kaikki ihmiset eivät pidä lemmikeistä tai ylipäänsä eläimistä, ja yksilöiden välillä voi olla suuria eroja siinä, minkä eläinlajin läheisyys tuntuu hyvältä. Varhaiset elämäkokemukset voivat vaikuttaa siihen. Esimerkiksi vihaisen koiran kohtaaminen pienenä lapsena voi aiheuttaa elinikäisen vastenmielisyyden koiria kohtaan, mutta sama henkilö voi silti nauttia suuresti jonkun muun eläimen läheisyydestä. Suvi Laukkanen kertoo Karvaterapiaa-kirjassa omasta kokemuksestaan terapiatyössä, että varhaisissa ihmissuhteissaan traumatisoituneista monet ovat kehittyneet hyvin taitaviksi käyttämään eläimiä tukenaan ja monesti useita lajeja samanaikaisesti. (Ikäheimo 2013, 33.)

Eläinavusteisia työmuotoja on Suomessa käytössä jo aika monenlaisia. Tieteellisiä artikkeleita, opinnäytetöitä ja kirjoituksia eläinten vaikutuksesta ihmiseen eri kannoilta katsottuna on ilmestynyt jo runsaasti ulkomailla ja Suomessa jonkin verran. Aiheesta tehdyt tutkimukset voivat olla välillä ongelmallisia, koska ne ovat usein pienillä eläin- tai ihmisjoukoilla tehtyjä, ja osasta puuttuu vertailuryhmä, johon tutkittavaa asiaa verrataan. Osa tutkimuksista kuitenkin antaa luotettavaa tietoa ja ne kestävät tieteellisen tarkastelun. (Ikäheimo 2013, 8.)

3.2 Eläinavusteisesta työskentelystä

3.2.1 Käsitteitä

Eläinavusteinen työskentely eli Animal Assisted Interventions, AAI, on katto-termi, joka pitää sisällään eläinavusteisen toiminnan (AAA), terapian (AAT) ja opetuksen (AAP). Eläinavusteinen toiminta eli Animal Assisted Activity, AAA, on yleensä vapaaehtoistyöhön perustuvaa, ja eläimen ohjaaja voi olla koulutettu ammattilainen tai vapaaehtoinen, jonka ei välttämättä tarvitse työskennellä sosiaali- ja terveysalalla. Hänen tulee kuitenkin olla perehdytetty eläinavusteiseen toimintaan ja laitospvierailujen tekemiseen. Toiminta antaa mahdollisuuden lisätä ihmisen hyvinvointia ja käyntien sisältö pohjautuu spontaanisuuteen. Käynnit voivat olla sopimuksen mukaan säännöllisiä ja ne ovat ilmaisia. Käytössä olevien eläinten tulee tietysti soveltua tehtäväänsä. (Ikäheimo 2013, 10.)

Eläinavusteinen terapia eli Animal Assisted Therapy, AAT, taas on tavoitteellista toimintaa, jossa eläin on osana hoito- tai kuntoutusprosessia, ja se voi olla yksilö- tai ryhmäterapiaa. Eläimen ohjaajan tulee olla terveyden- tai sosiaalialan tai kasvatuksen asiantuntija, jolla on alueen erityinen asiantuntijuus ja eläinavusteisen alan harjoitustutkinto tai terapia on toteutettu tällaisen henkilön ohjauksessa. (Ikäheimo 2013, 11.)

Eläinavusteinen (erityis)opetus eli Animal Assisted (Special) Pedagogy, AAP voi olla eläinavusteista toimintaa tai terapiaa, jota voi toteuttaa kyseessä olevaan eläimeen perehtynyt opettaja koulussa. Asianmukaisen koulutuksen saanut (erityis-) opettaja voi tehdä eläinavusteista terapiaa kouluissa ja luokissa, jolloin se on suunnitelmallista ja tavoitteellista. (Ikäheimo 2013, 11.)

3.2.2 Yleistä

Suomessa erityisesti koiria ja hevosia käytetään jo aika laajalti terveyden- ja sosiaalihuollon sekä kasvatuksen apuna. Eläinten käyttö työssä voi olla joko ammattimaista tai vapaaehtoista eläinavusteista työskentelyä yksilö- tai ryhmätilanteissa. Fysioterapeutit ja toimintaterapeutit voivat käyttää eläimiä apunaan lasten, nuorten, vanhusten ja erityyppisten kehitysvammaisten hoidossa ja kuntoutuksessa, ja myös psykoterapia-tilanteissa eläin voi olla hyödyksi monin tavoin. Kouluissa tavallisissa luokissa, erityisluokissa ja autististen ja kehitysvammaisten parissa erityisesti koirat ovat olleet suosittuja. (Ikäheimo 2013, 7.)

Joissain sosiaalitoimen laitoksissa, lastenkodeissa, sijaisperheissä, perhekodeissa, vanhainkodeissa ja vanhusten hoitolaitoksissa koirat ovat myös suosittuja. Vanhusten kanssa esimerkiksi koiria voidaan käyttää ystävinä ja liikuntaan aktivoijina, tai muistisairaiden apuna, mielenterveysasiakkaiden ryhmässä tai muuten vaan iloisina innostajina. Erilaiset ihmiset voivat nauttia paljonkin tilanteista, joissa jokin eläin on mukana, ja hymy on herkässä ja mieli kohenee. (Ikäheimo 2013, 7–8.)

Joissain sairaaloissa hoidon apuna käytetään esimerkiksi kissoja, koiria, lintuja ja Australiassa myös opossumeja. Koiria käytetään tällä hetkellä sairaaloissa kuitenkin eniten, sillä niitä on helpompi kouluttaa kuin monia muita eläimiä. Kaikkien eläinten tulee olla toki hyväkäytöksiä ja kiltejä. Eläimet vierailevat potilashuoneissa, joissa niille jutellaan ja niitä silitetään ja rapsutetaan. Potilaiden on huomattu pitävän yksinäisyyttä lievittävästä eläimistä, ja siitä, että niitä kohtaan saa osoittaa hellyyttä ja tunteita. (Vartiovaara 2006)

3.2.3 Yhdistyksiä ja eläinavusteisia toiminta- ja terapiamuotoja Suomessa

Suomessa ammattimaisia tai vapaaehtoistyöhön pohjautuvia eläinavusteisia työmuotoja tai yhdistyksiä ovat tällä hetkellä esimerkiksi Karvakaverit, joka on yhdistys, jonka tarkoituksena on kehittää ja toteuttaa eläinavusteista työskentelyä. Suomessa on myös koira-avusteista vapaaehtoistoimintaa, eläinavusteisuutta kehitysvammaisten parissa, kaverikoiratoimintaa, koirien käyttöä kasvatusta- ja kuntoutustyössä, eläinavusteista valmennusta, ratkaisukeskeistä eläinavusteista terapiaa ja valmennusta. (Ikäheimo 2013, 57, 65, 71, 75, 82, 88, 91, 93 ja 94.)

Green Care on toimintaa, jossa käytetään monia erilaisia eläin- ja luontoavusteisuuden menetelmiä ihmisten hyvinvoinnin edistämiseksi. (GreenCare Finlandin www-sivut) Myös kissoja, alpakoita, laamoja ja aaseja käytetään eläinavusteisessa toiminnassa ja työskentelyssä. Lisäksi Suomessa on kanaterapiaa, koira-avusteista lasten ja nuorten yksilöterapiaa, koira-avusteista fysioterapiaa, ratsastusterapiaa ja muuta hevostoimintaa. (Ikäheimo 2013, 99, 101, 108, 125, 127, 135, 150, 157, 171) Suomessa ensimmäinen ratsastusterapia-nimellä järjestetty kurssi oli vuonna 1988. Ratsastusterapia on kuntoutusmuoto, jossa kuntoutuja, hevonen ja ratsastusterapeutti työskentelevät yhdessä asiakkaille yksilöllisesti asetettujen tavoitteiden mukaisesti. Ratsastusterapiassa kuntoutus on hyvin kokonaisvaltaista. (Rautiainen 2011, 15–16.)

Luetaan koiralle-projekti on pilottitutkimus lukumotivaation vahvistamisesta ala-asteikäisillä lapsilla eläinavusteisen lukemisen harjoittelun avulla, johon valittiin suppean neuropsykologien tutkimuksen ja teknisen lukutaidon arvioinnin perusteella kuusitoista lasta, joiden lukutaidon kehittyminen oli viivästyntä tai he olivat muuten vain haluttomia lukemaan. (Ikäheimo 2013, 230)

”Kaarinan kirjastossa on toteutettu kaksi eri hanketta koskien lukutaidon kehittämistä lapsille: Luetaan koiralla (vuodesta 2010 alkaen) ja Tartu tassuun (vuodesta 2012 alkaen). Molempien hankkei-

den ajatuksena on kehittää lukutaitoa ala-asteikäisten lasten keskuudessa.” (Suomen Karvakavereiden www-sivut)

Tutkimusten mukaan tulokset vahvistivat sen, että koiralle lukeminen lisää lukemisiinokkuutta, vähentää lukemiseen liittyvää pelkoa ja parantaa ala-asteikäisten käsityksiä omista taidoistaan. Tutkimukset oli tehty kyseisten hankkeiden pohjalta. (Suomen Karvakavereiden www-sivut)

EASEL on sosioemotionaalisten taitojen kokemuksellisen vahvistamisen työmuoto erilaisten eläinten avulla, jota on myös Suomessa. Tarjolla on myös eläinavusteista voimauttavaa valokuvausta ja koirien käyttöä lastensuojelussa. (Ikäheimo 2013, 212, 221, 226.)

3.1 Lemmikkieläinten fyysiset vaikutukset ihmiseen

Nykytietämyksen mukaan lemmikkieläimen ja ihmisen välinen vuorovaikutus edistää terveyttä monin tavoin. Lemmikit alentavat verenpainetta ja hidastavat nopeaa pulssia. Lemmikin fyysinen koskettaminen saa ihmisen voimaan paremmin, ja päänsärkyä on todettu ilmenevän vähemmän lemmikkien omistajilla. Myös ruuansulatus näyttää toimivan paremmin lemmikkien omistajilla, ja univaikeudet ovat harvinaisempia kuin muilla. (Vartiovaara 2006) Eläinten omistamisella on todettu olevan sydäntä suojaava ja ahdistusta vähentävä vaikutus. Sepelvaltimotaudin riskejä tutkittaessa kaikenikäisillä miehillä todettiin systolisen verenpaineen sekä veren kolesteroli- ja triglyseridiarvojen olevan alhaisempia lemmikkien omistajilla. Lemmikkien omistajat olivat myös todennäköisemmin elossa vuoden kuluttua sepelvaltimotautiyksiköstä kotiutumisesta kuin lemmikkiä omistamattomat. Ero ei riippunut sairauden vaikeusasteesta tai sosiaalisen tuen lähteistä. (Ikäheimo 2013, 30–31.)

”Eräässä tutkimuksessa havaittiin, että sydäninfarktin saaneiden potilaiden kuolleisuus oli jopa kolmanneksen pienempi, jos heillä oli joku lemmikkieläin, verrattuna ihmisiin, joilla ei ollut lemmikkiä. Saman tutkimuksen yhteydessä huomattiin, että lemmikkieläimen

omistavien sydäntautikuolleisuus on 3 % normaalia pienempi, mikä suurista väestömääristä puhuttaessa onkin jo aika merkittävä määrä.” (Vartiovaara 2006)

Lemmikit voivat siis myös auttaa toipumaan tehokkaasti sairauksista. Joskus myös esimerkiksi koulutetut koirat voivat auttaa ortopedisiä potilaita liikumaan leikkauksen jälkeen silloin kun varovaisesta kävelystä on etua. (Vartiovaara 2006)

Useiden tutkimusten mukaan lemmikkien omistajat käyttävät lääkkeitä keskimääräistä vähemmän ja käyvät ylipäänsä muita harvemmin lääkärillä. (Vartiovaara 2006) Esimerkiksi psyykkisellä ahdistuksella ja stressillä on itsenäinen sydän- ja verisuonitapahtumien määrää lisäävä vaikutus, joka on riippumaton esimerkiksi liikunnan vähyydestä tai tupakoinnista. Suhde lemmikkiin taas vähentää ahdistuneisuutta ja stressiä, mutta joidenkin tutkimusten mukaan voi myös muuttaa riskitekijöitä, kuten verenpainetta tai rasva-arvoja parempaan suuntaan. (Kaija Ikaheimo, Karvaterapiaa, 2013, 31–32) Muun muassa autismiin ja eräisiin neurologisiin sairauksiin eläinten on todettu vaikuttavan myönteisesti. Mikä oikein toimii vaikuttavana voimana? (Vartiovaara 2006)

”Se saattaa olla potilaiden sanaton vastuun ottaminen eläimestä; se saattaa olla emotionaalinen liitto ja se saattaa olla seurausta ihmisten sosiaalisesta sitoutumisesta johonkin hyvään.” (Vartiovaara 2006)

Suotuisia muutoksia elimistömme tilassa voi tapahtua jo ylipäätään eläimiä katsellessa. Tähän liittyvässä tutkimuksessa Aaron Katcher oli työryhmineen laittanut normaaliverenpaineisia ja kohonnutta verenpainetta sairastavia henkilöitä katselemaan akvaariota, jossa oli vain vesikasveja, tyhjää seinää tai samaa akvaarioita, johon oli lisätty kaloja. Kaikkien verenpaine laski, mutta muutos kesti pisimpään kaloja katselleilla. Sen jälkeisessä stressaavassa tehtävässä, jossa piti lukea ääneen, kaloja katselleiden verenpaine nousi vähemmän kuin pelkkää seinää tai kasveja katselleilla. (Ikaheimo 2013, 32.)

Allergia voi olla monesti asia, jota pelätään, mutta uusimman tiedon mukaan lemmikki voikin juuri ehkäistä allergiaa. Henry Fordin sairaalassa tehdyn tutkimuksen mukaan raskausaikana ja varhaislapsuudessa kotieläimille altistuminen voivat vaikuttaa lapsen astma- ja allergiaoireiden puhkeamiseen varhaislapsuudessa. Sairaalan tutkijat huomasivat, että sikiöaikana kotieläimille altistuneiden lasten veren immunoglobuliini E-arvojen pitoisuus eli IgE-pitoisuus oli kaksikymmentä kahdeksan prosenttia alhaisempi, kuin lapsilla joiden kotona ei ollut odotusaikana lemmikkejä. (Henry Ford Health Systemin www-sivut 2011) Immonoglobuliinit ovat vasta-aineita. (Baxterin www-sivut 2014)

”Vasta-aineet ovat osa elimistön opittua (spesifistä) puolustusjärjestelmää. Niiden tärkein tehtävä on havaita tartunnanaiheuttajia, joita voivat olla bakteerit, virukset, madot, loiset ja sienet.” (Baxterin www-sivut 2014)

Tutkijat uskovatkin, että lapsen altistuminen erilaisille mikrobakteereille jo kohdussa, sekä synnytysvaiheessa, vaikuttavat immuunijärjestelmän kehitykseen. (Henry Ford Health Systemin www-sivut 2011)

3.2 Psyykkiset vaikutukset

Fyysisten vaikutusten lisäksi lemmikkieläinten tuomia psyykkisiä vaikutuksia on paljon. Tokikaan kaikkia fyysisiä ja psyykkisiä vaikutuksia ei aina voi täysin erottaa toisistaan. Eräässä japanilaistutkimuksessa pelkän katsekontaktin omistajan ja koiran välillä on todettu ”ryöpsäyttävän” omistajan vereen oksitosiinia. Voimakkaimmat muutokset tapahtuvatkin tuttuun, läheiseksi koettuun lemmikkiin liittyen. (Ikäheimo 2013, 32–33) Esimerkiksi pojat, joilla on ongelmia käyttää toisten apua stressin säätelyssä, ovat hyötyneet koiran läsnäolosta jopa enemmän kuin mukavan ja ystävällisen aikuisen seurasta. Koska stressin säätelykyky vaikuttaa muun muassa oppimiseen ja koulussa suoriutumiseen, koirien käyttö kouluissa opetuksen ja erityisopetuksen apuna on erittäin järkevää. (Ikäheimo 2013, 7.)

Lemmikin koskettaminen lisää suotuisia vaikutuksia. Rakkaan eläimen silitäminen samalla katsoen sitä silmiin, voi olla arjen keskellä erittäin tehokas ”turvatankkaus”. Tätä todistaa tohtori Elizabeth Hogenin Bostonissa tekemä tutkimus, jossa koiran omistaville naisille tehtiin ensin kysely siitä, miten läheiseksi he kokivat suhteen koiraansa. Omistajat olivat ”ystävällisessä kosketuksessa” koiraansa kymmenen minuutin ajan. Veren oksitosiinipitoisuus mitattiin kaikilta sitä ennen ja myös jälkeen. Pitoisuus lisääntyi vuorovaikutuksen aikana, ja oksitosiinin lisääntymisen määrä korreloi merkitsevästi koiran ja omistajan suhteen koettuun laatuun. Myös koirien veren oksitosiinipitoisuus oli noussut samanaikaisesti samassa suhteessa. Eläin ei siis vaikuta vain myönteisesti ihmiseen vaan myös ihminen voi vaikuttaa myönteisesti eläimeen. (Ikäheimo 2013, 32–33.)

Amy McCullough, joka on American Humane Associationin kansainvälisen eläinavusteisen terapian ohjaaja, on työskennellyt koiransa Baileyin kanssa psykiatrisen sairaalan potilaitten kanssa. Kun koira on ollut mukana, hän on saanut todistaa potilaitten osallistumisen lisääntymistä ryhmäterapioihin ja hän on nähnyt muutoksia potilaitten käytöksessä. Hän on myös huomannut, että käytännön taidot, kuten hygieenisuus ja itsestä huolehtiminen, tuntuvat menevän helpommin ”perille”, ja asioita kuunnellaan paremmin Baileyin läsnä ollessa. Tämä oli huomattavissa erityisesti potilaitten kanssa, joilla on vaikeita mielenterveysongelmia. (Uyemura 2014)

Virginalaisen tohtori ja psykiatrian professori Sandra Barkerin ja tohtori ja professori Kathryn Dawsonin tutkimuksessa tuli ilmi, että ahdistuksen väheneminen psyykkisesti sairailta potilailla oli kaksinkertaista eläinavusteisen terapian jälkeen, verrattuna terapeuttisen vapaa-ajan toiminnan jälkeiseen tilaan. (Barker, Dawson 1995)

Lemmikit osoittavat omistajilleen ehdotonta rakkautta ja kiintymystä, joka selittää osaltaan sitä kuinka lemmikit usein lieventävät masennusta ja ahdistusta. Ne voivat myös helpottaa elämää kun joku läheinen henkilö kuolee, vähentävät yksinäisyyden tunnetta ja voivat luoda myös turvallisuuden tunnetta. 95 % omistajista juttelee säännöllisesti lemmikeilleen, ja ne pystyvät hyvin

usein lievittämään surua ja pahaa oloa, ja lohduttavat omalla tavallaan. Myös rentoutuminen onnistuu monilla huomattavasti helpommin lemmikin seurassa. (Vartiovaara 2006)

Lemmikit voivat antaa tarkoituksen ja vastuun tunnetta syrjäytyneillekin vanhuksille ja antaa apua yksinäisyyteen. Vanhukset voivat selvitä erilaisista kriiseistäkin elämässä paremmin lemmikin kanssa kuin yksin. Rakkaus lemmikkiin ja sen läsnäolo voivatkin olla yksi tehokkaimmista ”lääkkeistä” vanhuksille. Vanhainkodeissa tai erilaisissa hoitokodeissa, joissa on jokin lemmikki, monet vanhukset tykkäävät jutella niille, silittää niitä tai joskus he voivat kävellä lemmikki seuranaan. (Vartiovaara 2006)

Philadelphiassa Wills Eye-sairaalassa vanhusten psykiatrisessa yksikössä tutkittiin eläinavusteisen terapian vaikutuksia psykiatrisesti sairaisiin vanhuksiin. Potilaista osan ärtyinen käyttäytyminen oli vähentynyt eläinavusteisen terapian avulla, esimerkiksi dementiaa sairastavat naiset, jotka saivat eläinterapiaa, olivat parantaneet kättäytystä käytöstään terapioiden jälkeen. (Zisselman, Rovner 1996)

Lemmikit eivät koskaan arvostele tai tuomitse millään lailla omistajiaan tai muita ihmisiä, niin kuin ihmiset voivat tehdä. (Vartiovaara 2006) Terapiassa käytetyt eläimet tarjoavat täysin hyväksyvää tilaa yksilöille työstää heidän ongelmiaan. Eläimet eivät tiedä jos terapiassa käyvä on esimerkiksi eronnut tai hän kamppailee seksuaalisen hyväksikäytön kanssa. Lemmikit hyväksyvät kaikki sellaisina kuin he ovat, kaikkine vikoineen ja hyvine puolineen. Ne ovat anteeksiantavaisia ja ne ovat aina iloisia nähdessään esimerkiksi omistajansa. (Uyemura 2014)

”Me kaipaamme ja tarvitsemme läheistä, ei-kritikoivaa vaan aina hyväilyille ilomielin ja ehdoitta tarjoutuvaa yleisöä, jollainen toinen ihminen ei suinkaan aina ole.” (Vartiovaara 2006)

Lemmikit ovat myös erittäin sensitiivisiä huomaamaan, jos omistajalla on jonkinlaisia vaikeuksia tai ongelmia. Lemmikit voivat huomata sellaisetkin pienet

käyttäytymismuutoksemme, joita omat perheenjäsenemmekään eivät näe. (Vartiovaara 2006)

3.3 Muut vaikutukset

Lukuisten psyykkisten ja fyysisten vaikutusten lisäksi lemmikit voivat olla myös auttamassa luomaan monenlaisia ihmiselle tärkeitä sosiaalisia suhteita, ja olla aktiivisemman elämän tuojia. Eläintieteilijä Peter Messant tarkkaili 1980-luvulla puistossa liikkuvia lontoolaisia, ja todisti, että koiranomistajille sattui kaksin verroin enemmän myönteisiä kohtaamisia muiden ihmisten kanssa kuin niille, jotka ulkoilivat lastensa seurassa tai itsekseen. (Ruukki 2004,17)

”Messantin mukaan eläimet ovat sosiaalista liimaa, joka kytkee yksinäisiä sieluja yhteen.” (Ruukki 2004,17.)

Monet lemmikit voivat ylipäänsä saada omistajansa pakonkin edestä liikku- maan, jos omistaja ei muuten lähtisi lenkille tai harrastaisi liikuntaa. Ne voivat siis olla monille tärkeitä jo pelkästään kunnon ylläpitämisen ja raittiin ilman saannin kannalta. Myös vanhusten yleinen aktiivisuus kasvaa lemmikkien myötä, ja sosiaalisia tilaisuuksia syntyy heille enemmän. (Vartiovaara 2006)

Eläinavusteisen terapian on todettu auttavan yksilöitä kehittämään sosiaalisia taitojaan. Terapiaeläimen ja terapeutin välinen suhde voi olla asiakkaille myös mallina terveellisestä ja hyvästä suhteesta. Cynthia Chandler on huomannut kuinka asiakkaat saavat eläinavusteisessa terapiassa tietoa siitä kuinka muodostaa ja ylläpitää suhteita ja luottamusta jo katselemalla terapeutin ja eläimen välistä vuorovaikutusta. Se voi myös saada asiakkaan kokemaan olonsa turvallisemmaksi terapiakäynnillä. (Uyemura 2014)

Lemmikkieläimet voivat tarjota lapsille paljon tilaisuuksia riemukkaaseen leikkimiseen, mutta voivat antaa myös aikuisille ikään kuin vapauden leikkiin, ja tuovat vähintäänkin leikkimieltä. Esimerkiksi koirat jaksavat usein melkein loppuuttomiin hakea niille heitettyjä palloja tai oksanpätkiä, eikä kukaan tule ar-

vostelemaan lemmikkinsä kanssa touhuavaa aikuista. Tällainen leikki tekee hyvää kaikenikäisille. Pieniä lapsia lemmikkieläimet auttavat muutenkin kehityksen eri vaiheissa. Ne antavat lapsille esimerkiksi psyykkistä terveyttä, vähentävät ylipainoa ja ylipäätään auttavat lasta olemaan aktiivinen. (Vartiovaara 2006)

4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN

4.1 Aineiston hankinta ja toteutusmalli

Opinnäytetyöni on tutkimuksellinen opinnäytetyö. Käytin aineiston hankkimisessa pääosin haastattelututkimusta, joka kuuluu kvalitatiivisiin tutkimusmenetelmiin. Haastatteluni olivat puolistrukturoituja, sillä minulla oli valmiiksi laaditut kysymykset erikseen työntekijöille, päivätoiminnan kävijöille ja asukkaille, ja kysyin kullekin suunnatut kysymykset aina samassa järjestyksessä. (FSD:n [www-sivut](#)) Toteutin tutkimuksen siis haastatteleamalla osaa Lohurikan asiakkaista ja työntekijöistä aiheeseen liittyen. Sain Lohurikasta tutkimusluvan opinnäytetyöni tekemiseen. Lohurikan työntekijät olivat kyselleet alustavasti hyvissä ajoin ennen sovittua haastattelupäivääni tietyiltä asukkailta ja päivätoiminnan kävijöiltä olisiko heillä innostusta osallistua haastatteluihin. He olivat kyselleet asiaa sellaisilta asiakkailta, joiden he arvelivat haluavan tai voivan osallistua tutkimukseeni. Osa olikin valmistautunut hyvin jo etukäteen haastatteluihin. Haastatteluihin innostui osallistumaan paikan päällä kuitenkin myös sellaisia asiakkaita, jotka eivät olleet aikaisemmin edes kovin tietoisia opinnäytetyöni tekemisestä Lohurikassa. Tavoitteenani oli haastatella yhteensä neljää tai viittä asiakasta ja kahta tai kolmea työntekijää. Tavoite toteutui siten, että haastattelin kahta työntekijää, kahta päivätoiminnan kävijää ja kolmea asukasta.

Merkitseen haastateltavat työhöni koodeilla P1, P2, A1, A2, A3, T1 ja T2 sen mukaan onko kyseessä päivätoiminnan kävijä (P), asukas (A) vai työntekijä (T). Kirjaimia seuraavat numerot tarkoittavat sitä kuinka monentena

haastattelin kuhunkin ryhmään kuuluvia henkilöitä. Esimerkiksi A2 tarkoittaa, että kyseessä on asukas, jota on haastateltu toisena asukkaista. Koodit suojaavat haastateltavien yksityisyyttä kun heidän nimiään ei kerrota eettisten periaatteiden mukaisesti.

Haastatteluissa kysyin kahdeksasta yhteentoista kysymystä, riippuen siitä oliko haastateltava työntekijä, päivätoiminnan kävijä vai asukas. Sain kaikilta haastateltaviltani suullisen luvan Luhurikassa äänittää haastattelut omaan käyttööni opinnäytetyötä varten. Kysyin luvan erikseen jokaiselta haastatellulta henkilökohtaisesti ennen haastattelujen alkua. Tutkimusmateriaali pitää säilyttää viisi vuotta lukollisessa kaapissa, joten hävitän äänitykset ja litteoidut haastattelut sen jälkeen.

Haastattelin kaikkia yksi kerrallaan rauhallisessa huoneessa, jossa ei ollut muita paikalla. Pyrin toteuttamaan haastattelut mahdollisimman rennolla ja luontevalla tavalla ilman turhia virallisuuksia, jotta haastateltaville olisi voinut parhaimmillaan jäädä tilanteesta hyvä mieli, eikä kenenkään tarvinnut ottaa turhia paineita. Mielestäni haastattelutilanteet onnistuivat olemaan jokaisen kohdalla rentoja ja luontevia suunnitelman mukaisesti. Haastateltujen vastauksen pituudet vaihtelivat paljon. Osa vastasi joihinkin kysymyksiin hyvinkin pitkästi ja osa vastasi suurimpaan osaan kysymyksistä muutamalla sanalla tai lauseella. Muut vastaukset olivat pituudeltaan noiden kahden ääripään väliltä. Aiheen rönsyilyä ei kovin paljoa esiintynyt kenelläkään, ja haastattelukysymykset tuntuivat olevan ymmärrettäviä ja sopivan helppoja vastata.

Lisäksi tarkkailin ja huomioin muutenkin asiakkaiden käyttäytymistä kissojen kanssa ja heidän reagoimistaan niihin ilman haastattelutilannetta. Kyselin joi-tain kysymyksiä myös yleisesti päivätoiminnan kävijöiden ollessa ryhmänä koolla Luhurikan olohuoneessa. Kyseistä hetkeä en äänittänyt, vaan kirjasin paperille ylös päivätoiminnan kävijöiden kommentteja tilanteen aikana, sitä mukaa kuin niitä tuli. Merkitsen päivätoiminnan kävijät, jotka sanoivat tilanteessa kommentteja, työhöni koodeilla H1, H2, H3, H4, ja H5, joissa H tarkoittaa haastateltavaa ja numerot erottavat eri henkilöt toisistaan. Kyseessä

on myös haastateltavien yksityisyyden suojaaminen. Muuta aineistoa hankin muuan muassa kirjallisista lähteistä ja luotettavilta nettisivuilta.

4.2 Aineiston analysointi

Analysoin kvalitatiivista eli laadullista tutkimusaineistoani muun muassa sisällön analyysimenetelmällä. Sisällön analyysi on laadullisen tutkimuksen perusanalyysimenetelmä, ja sillä voidaan analysoida kirjoitettua ja suullista kommunikaatioita. Tiivistin tutkimukseeni liittyviä aineistoja niin, että pystyin tarkastelemaan tutkittavia ilmiöitä ja asioiden merkityksiä, seurauksia ja yhteyksiä. Erotin myös toisistaan tutkimusaineiston samanlaisuuksia ja erilaisuuksia. Pyrin työssäni kokoamaan hajanaisista aineistoista selkeää ja yhtenäistä aiheeseen liittyvää tietoa. Päättelyni logiikka oli sekä induktiivista eli aineistolähtöistä sekä deduktiivista eli teorialähtöistä. Teorialähtöinen analyysi on perinteinen laadullisessa tutkimuksessa käytetty sisällönanalyysilogiikka, jossa aikaisempi tieto siis ohjaa aineiston analyysia. (Vernen [www-sivut](#))

Litteroin kaikki seitsemän Luhurikassa tehtyä haastattelua, jotka äänitin talteen. Poimin haastatteluista työhöni omasta mielestäni oleellisimmat ja tärkeimmät kohdat tutkimuskysymysteni kannalta katsottuna, ja tein niiden pohjalta omat johtopäätökseni haastattelujen tuloksista aiheeseen liittyen, ja peilasin niitä löytämiini tutkimustuloksiin.

5 LUHURIKKA

Yhteistyökumppanini on siis Luhurikan hoivapalvelut Oy Kuortaneella Etelä-Pohjanmaalla, ja tarkemmin sanottuna siihen kuuluva psykiatrinen pienkoti ja päivätoiminta. Pienkodin ja päivätoiminnan asiakkailta on siis erilaisia mielen-terveyden ongelmia ja sairauksia. Pienkodin asukkailla on pääosin erityyppiisiä skitsofrenioita ja osalla on lievää kehitysvammaisuutta. Yhdellä asukkaal- la on dementia. Päivätoiminnan kävijöillä osalla on myös skitsofreniaa, vaka- vaa ja lievempää masennusta, persoonallisuushäiriöitä, paniikkihäiriöitä ja erilaisia harhaluuloisuushäiriöitä. Yhdellä haastatellulla on Aspergerin oireyhtymä.

Luhurikka on yksityinen yritys, joka myy palveluitaan esimerkiksi Kuortaneen kunnalle. Asiakkaina voivat olla siis kunnat maksusitoumuksia myöntämällä, erilaiset yhteisöt sekä yksityiset henkilöt. Luhurikan toiminnan osa-alueet ja toimintaympäristöt ovat psykiatrinen pienkoti, vanhusten pienkoti Oivankul- ma, päivätoiminta mielenterveyskuntoutujille ja jalkahoito. (Hoivaosuuskunta Luhurikan [www-sivut](#))

Psykiatrisessa pienkodissa on seitsemän asukaspaikkaa. Pienkodin ilmapiiri ja ympäristö ovat hyvin kodinomaisia. Asukkaita ohjataan kunkin tarpeen mukaisesti säännölliseen elämänrytmiin kuuluvissa päivittäisissä toimissa. Päivätoiminnan kävijöillä taas on mahdollisuus harjoitella päivittäisten kodin- hoidollisten taitojen ylläpitoa sekä ottaa osaa erilaisiin ryhmätoimintoihin. So- siaalisten taitojen kehittämiseksi on tarjolla keskusteluryhmiä ja toiminnallisia ryhmiä. (Hoivaosuuskunta Luhurikan [www-sivut](#)) Psykiatrisen pienkodin puo- lella ja välillä myös päivätoiminnassa asuu siis myös Poju-niminen kissa, jo- hon monet haastattelukysymyksistäni liittyvät. Poju on pienestä pennusta läh- tien luonut omaa tunnelmaansa Luhurikkaan parin vuoden ajan.

Kuvassa Poju makaa tyytyväisenä erään asukkaan huoneessa taljan päällä, joka on yksi sen lempipaikoista.



6 TULOKSET

6.1 Päivätoiminnan kävijöiden kommentteja lemmikeistä

Menin Luhurikan psykiatriseen pienkotiin ja päivätoimintaan 26.5.2014. Päätehtäväni oli haastatella osaa asiakkaita ja henkilökunnasta. Haastattelujen lisäksi sain kuitenkin kerättyä kommentteja muiltakin asiakkailta lemmikeistä, jotka eivät osallistuneet varsinaisiin haastatteluihin. Kun saavuin Luhurikkaan päivätoiminnan puolelle, paikalla oli useita päivätoiminnan kävijöitä, ja ruuan jälkeen he kokoontuivat yhteiseen olohuoneeseen istumaan, jolloin minulla oli hyvä tilaisuus kysellä heidän mielipiteitään Pojusta ja lemmikkieläimistä yleensä. Käytän päivätoiminnan

kävijöistä, joiden kommentteja on työssäni, koodeja H1, H2, H3, H4 ja H5. H tarkoittaa siis haastateltavaa ja numerot erottavat eri kommentoijat toisistaan.

Aluksi Luhurikan olohuoneessa oli hieman hiljaisempaa, mutta ei kestänyt kauaa että erilaisia kommentteja alkoi tulla. Pojusta päivätoimintalaiset kertoivat, että se on rauhallinen, nukkuu omissa paikoissa ja tuntee kaikki Luhurikassa. Poju tykkää kuulemma myös leikkiä lankarullilla. Kysyin yhteisesti kaikilta muun muassa, että onko tärkeää, että Poju on täällä heidän seuranaan. Vastaukseksi tuli:

”se tuo sisältöä”(H1)

”korianvärinen kattella”(H2)

”sitä on aina mukava nähdä”(H3)

Päivätoiminnan kävijöiden syliin Poju ei kuulemma tule. Eräs päivätoiminnan kävijä kertoi, että ulkopuoliset ihmettelevät, että heillä on kissa Luhurikassa. Erään asiakkaan mielestä päivätoimintaan on mukava tulla kun Poju on vastassa. Ylipäänsä eläimiin liittyen tuli erilaisia kommentteja:

”Hyviä muistoja tulee lapsuudesta mieleen eläimistä”(H3)

”Jokainen eläin on niin omanlainen”(H1)

”Ne on kuin tenavia. Niille puhutaan kuin lapsille.”(H2)

Myös eläinten empatia mainittiin, kuinka hyvin ne pystyvät eläytymään ihmisten tunteisiin ja osoittaa myötätuntoa ja aina aitoa hyväksyntää. Eräs päivätoiminnankävijä sanoikin osuvasti, että eläimet ovat terapeutteja.

”Eläimet ymmärtää ja aistii tunteita.”(H4)

”Ne helpottaa jännitystä”(H5)

”Eläimet rauhoittaa.”(H1)

”Elämänlaatu paranee kun kissa kehrää!”(H2)

Paljon tärkeitä asioita lemmikkieläinten erilaisista vaikutuksista tuli siis ilmi jo pienessä hetkessä olohuoneessa, kun kaikki saivat sanoa mitä mieleen tuli.

6.2 Haastattelut

Varsinaisiin haastatteluihini Luhurikassa osallistui kaksi päivätoiminnan kävijää, joilla on omia lemmikkejä, kolme asukasta ja kaksi työntekijää, joilla oli myös itsellään lemmikkejä kotona. Haastattelut tapahtuivat Luhurikassa pienessä sivuhuoneessa päivätoiminnan tilojen puolella, jossa oli rauhallista ja hiljaista, eikä muita ollut paikalla. Paikka oli siis oikein hyvä ja haastattelut toteutuivat jokaisen kohdalla rauhallisissa ja rennoissa tunnelmissa. Poikkeuksellisesti yksi haastattelu tapahtui haastateltavan pienkodin asukkaan omassa huoneessa hänen omasta toiveestaan, koska hän oli väsynyt ja halusi maata omalla sängyllään. Myös kyseinen haastattelu toteutui rennoissa ja rauhallisissa merkeissä. Haastattelukysymykseni ovat liitteenä opinnäytetyöni lopussa.

6.2.1 Päivätoiminnan kävijät

Ensimmäisenä haastattelin miestä, joka käy Luhurikassa päivätoiminnassa. Hänellä on tällä hetkellä kotonaan yksi kissa, jonka kanssa hän asuu. Aiemmin hänellä on ollut myös kissa, josta on sittemmin aika jättänyt. Olen käyttänyt litteroidussa haastattelussa hänestä nimitystä P1. Kyseessä on haastateltavan koodi, joka tarkoittaa päivätoiminnan kävijöistä ensimmäistä haastateltavaa. Sen jälkeen haastattelin naista, joka käy myös päivätoiminnassa Luhurikassa. Hänestä olen käyttänyt koodia P2, joka on lyhenne toisena haastattelemastani päivätoiminnan kävijästä. Naisella on itsellään kotona kaksi kissaa ja koira. Nainen kertoi, että heillä on ollut aina kissoja tai koiria, tai kumpaakin lajia yhtä aikaa.

Aluksi kysyin päivätoiminnan kävijöiltä mitä he ajattelevat lemmikeistään.

”... se on jotenkin niin semmonen hellyyttävä tapaus... minä olen huomannu aikain kuluessa, että mää oon enemmän tämmönen kissaihminen. ...kissat on tämmösiä itsenäisempiä... ne on vähän niinkun omasta mielestä ne ois älykkäämpiä niinku monet tosissaan... niinku koirat esimerkiksi.”(P1)

”...no niitä on aiva valtavan hieno hoitaa ja... ihan niiku tota nii saa ittelle hyvän mielen kun tuo niille vaikka jotain hyvää ruokaa esimerkiks sillon tällö, Sheba tai joku tällänen... kyllä ei niistä luopuisi, että kun kun mää oon jossaki käymässä nii... kyllä mulla aina tulee ikävä niitä. Mää venttaan niitä ku ihmisii, sitä mietin kans, että mitäköhän ne sielä touhuuaa ja sitte on mukava mennä sitten taas, ku mää huomaan niist, että nekin tykkää kun mää tuun kotia sitten nii... Ne helposti oppii johki, että just vaikka täs pöydällä, tässä tuolilla harjaat ja sitte tuolta saa ruokaa, tuolla nukutaan tai kaappien päällä mulla on semmoset kehikot, ja välillä ne hyppää sinne katon rajaan nukkumaan (naurahtaa). Se on sellasta, ne tuo sitä sisältöä.”(P2)

Seuraavaksi kysyin mitä hyviä asioita lemmikit ovat tuoneet heidän elämiinsä.

Mies kertoi, että oli aluksi ajatellut pystyykö hän ylipäänsäkään hoitamaan lemmikkiä, mutta huomattessaan, että pystyykin siihen oikein hyvin, se toi hänelle myös uudenlaista itsevarmuutta.

”...ja sitte ku tällainen, josta tulee aivan oikeasti niikun kaveri vuosien saatossa niin niin, johonka kiintyy todella paljon, ja se merkkää tosi paljon... se on läsnä oleva persoona. Että, että ei todellakaan tunne niiku oloansa yksinäiseksi, vaikka semmosta henkilöä, joka niinkun

ei, ei puhu ei tuu tuola kotona vastaan, mutta yhtä kaikki niin, siellä on selvästi niinkun huomiota vaativa persoona niin, niin niin se merkitsee Uskomattoman paljon... semmonen voimavara!”(P1)

”...meil ei oo lapsia niiku niin sellanen ainaki on, ku ne kivoja ku niitä on siinä ku mun mieskin käy niiku muuaallakin joskus töissä ja, ja tuota nii ei mun tarvi olla ihan yksin. Niistä saa ihan kaveruutta.” (P2)

Kysyin onko olemassa joitain huonoja asioita, mitä heidän lemmikkinsä ovat tuoneet mukanaan.

”No kyllä tiettyssä kohtaa on joutunu niiku miettimään, että tiettyssä kohtaa melkeen pitäs skarpata vähän niinkun.”(P1)

Myös eläinlääkärissä käynnit mietityttivät miestä kun hän ei oikein tiennyt miten usein kissaa tulisi käyttää siellä.

”Että niin, koitan luottaa siihen, että kissalla on yhdeksän elämää ja sillä tavalla. Ja koitan kuitenkin pitää sillä tavalla huolta, että niin niin perusterveys sillä on kunnossa. Ja kun kumminki kun ajattelee, että pienistä naarmuista ei kannata ruveta seinille hyppimään, että niin, ne paranee usein kuitenkin nii yllättävän nopeasti ja, ja tällä tavalla.”(P1)

Nainen oli sitä mieltä, ettei huonoja asioita taida lemmikkeihin liittyä. Hän kuitenkin kokee myös vähän ikäväksi asiaksi sen jos lemmikkejä joutuu käyttämään eläinlääkärillä.

”Leikattuja kaikki on järjestään me ollaan leikattu ne, koirat ja kissat niin kyl se niitten kannalta on ikävää, siinä nukut ja heräät ja toikkaroit mitenkä sattuu. Kyllä mää oon aina niitten kans valavonu illan tai sit nukkumaan enneku ne herää oikeen kunnolla.”(P2)

Seuraavaksi kysyin miten tärkeitä päivätoiminnan kävijöiden lemmikit ovat heille.

”Noh, ehkä tästäkin on tullu jo sen verran niin se, se on TODELLA niiku tärkeä. Se on semmonen pieni kaveri.”(P1)

Mies kertoi myös pohdiskelleensa juuri sitä, kuinka ihmisten pitäisi muistaa oma asemansa eläinkunnan ja luonnon kanssa ja keskellä.

”Ja itse asiassa ku tämmönen kissa on, on tos luona, niin se kyllä osottaa jo tota niin... ne osaa näyttää paikkansa, ja ne osaa näyttää arvonsa ja mäki oon tärkeä-tyyliin ja, ja sitten se tosissaan ku sen vielä niiku ymmärtää tulla tollasta pientä eläintä vastaan, antaa, osaa mennä sitä vastaan niin se merkkää tosi paljon... Ne on uskom...ne on KÄSITTÄMÄTTÖMÄN arvokkaita.”(P1)

”...mmm... aina ku on joutunu lemmikeistä luopumaan niin itku on tullut. Joka kerta on itku tullut, yks kissa on onnettomuuden kautta, niiku jääny auton alle ja... sitte syöpään kuoli yks koira... aivan niin tosi tärkeitä, että näin ku ne on elossa ja touhuaa siinä ja tohottaa...pitää muistaa, että aika silleki on ku joutuu niistä luopumaan, mutta sekin on sitte niitten elämänkaari, mikä niillä oli, että se on niin määrätty...”(P2)

Millainen olo haastateltaville tulee lemmikkiensä seurassa?

”Toisinaan HYVINKI liikuttunu. Ja tota niin, ku ajattelee esimerkiksi, että minkälainen ajatusmaailma tälläsella nelijalkaisella pörriäisellä niiku on.”(P1)

Nainen kertoi, että hänelle tulee semmoinen olo, että niille pitää aina jutella paljon.

"...mää niille aina toimitan jotain (naurahtaa) ja tota nii, kyllä niiku rauhottaa ja niitä on mukava kattoo kun ne, niitten eleitä ja ilimeitä ja mitä ne milloinki o vailla."(P2)

Nainen lisäsi vielä, että hänellä tulee lemmikkiensä seurassa rauhallinen olo, jos lemmikit ovat rauhallisia. Päivätoiminnan kävijän kissat olivat kuulemma rauhottuneet kun koira oli tullut taloon.

"...ihan samana päivän ku se tuli tuonii ne ihan rauhottu. Ne ei keskenänsä niin kauheesti hyppää huoneesta toiseen ja pure toisiaan, ja ja tappele (naurahtaa). Nii, se riippuu siitä, mutta nykyysin nii tosiaa rauhallinen olo tulee ja, ja se muistoja herättää, paljon muistoja. Meillä oli lapsena jo kissoja paljo ja kaks, pari koiraaki." (P2)

Kysyessäni mikä heidän lemmikeissään sitten on parasta, haastateltavani vastasivat:

"...kun on niin monenlaisia juttuja kun ajatellaan... siis sekin kun jokainen on ainutlaatuinen, ja sitten kun sen oppii tuntemaan niin sitä tosissaan niinkun, sitä oppii niinku ymmärtämään. Vaikka sitä ei välttämättä tänä päivänäkään tiedä mitä se niinkun kaipaa ja mitä se vaatii. Toisinaan miettii sitä ruokkiessakin, että jaha, että eikö ruoka kelpaakaan tyyliin, ja se on sitte kohta jo taas menossa esimerkiksi ulos, että niin niin, ai että sitäkö sää olitkin vailla. Niin päin pois ja miettii niiku sitä tyhmyyttä, omaa tyhmyyttänsä siinä... se on kerta kaikkiaan se on niin ainutlaatuinen, niin sitä ei pysty muuttamahan niiku lauseeseen eli virkkeeseen."(P1)

Naisen mielestä lemmikeissä parasta on niiden rohkeus ja se, että niitä saa hoitaa.

Millä tavoin lemmikit sitten ovat vaikuttaneet päivätoiminnan kävijöiden mielialaan?

”No se on ollu semmonen motivoiva ja piristävä ja lohoruttava ja hellyttävä ja... se on kumminki niiku semmonen oma vaativa persoonansa, joka niiku vaatii antamaan sille airosti huomiota... se niinku osaa pitää kumminki puolensa tämmöstä isompaa vastahan ja, ja ja näyttää missä kaappi seisoo ja mihnä sen kissanruokakupin pitäs olla ja näin niin niin... se on semmone motivoiva kerta kaikkiaan, se mones kohtaa niiku muistuttaa ja auttaa niiku ymmärtämään ihan perusasioita ja asioiden tärkeysjärjestystä...”(P1)

”Mmm, no se harjaaminen tai silittäminen, ja koiranki turkin harjaaminen ja silittäminen tai se rapsuttaminen se torella laskee verenpainetta. Joo aivan, mulla oli ennen tätä koirahommaa niin, niin tota verenpaine vähä... se on ny vuosi menny tässä nii nyt o aivan tasaantunu, normalisoitunu, ei oo mitään lääkkeitä... mää en halunnu tiiäksää mitää verenpainelääkkeitä... ei me nyt sen takia sitä hommattu, mutta kyllä se vaan sattuu niin tapahtumaan.” (P2)

Seuraavaksi kysyin millä muulla tavoin lemmikit ovat vaikuttaneet päivätoiminnan kävijöihin.

Mies totesi, että hänen kissansa on sellainen pieni elämänkumppani, ja sellaisen kun ensinnäkin uskaltaa ottaa luoksensa niin monet peruskuviot muuttuvat ihan totaalisesti.

”...ku ajatteleppa että sulla on vaikkapa tietyt systeemit, tietyt kuviot, ja nyt sitten kun sulla on tämmönen lemmikki, joka pääsöö niinkun yllättävänkin kätevästi sellaisiin paikkoihin mihinkä ei saisi mennä niin sitten täytyy niinkun, tosissaan niinkun tavaroitten sijoittelemistenkin kanssa jo ajatella, että tämä menee tänne, ettei se

menisi tuonne, ja tuota sen ei saa päästä kopeloomaahan ja niin niin, kyllä se on semmone.”(P1)

”No sillä tavoin ainaski, että sen mitä tuntee siitä lemmikistään niin ainakin haluaa pitää sen niinku omana... jotta niinku itsellä on vaan se, oma kissa on se paras tai oma koira on se paras.”(P2)

Nainen oli myös huomannut, että lemmikit avaavat keskustelua helpommin.

”...lenkillä koiran kans nii pysähtyy juttelemaan ja sit tulee joku koirantaluttaja niin siitä löytyy sitä juttua sitten. Näkee toisia. Nii. Sosiaalista. Ne kasvattaa jotenki sosiaalista... mää tarvisin sitä muuten iha hirveesti, että, mää en oikeen tiä pitäskö laittaa pyörän perään kissille semmonen kuljetus (naurahtaa)...” (P2)

Myös huonoja vaikutuksia oli ilmennyt.

”Noo, nyt just viime vuonna mun sisko on allergisoitunut ja se ei pysty enää käymään meillä. Eikä mekään oikee siellä.” (P2)

Ratkaisuksi oli kuitenkin tullut se, että he sopivat tapaamisia sitten muihin paikkoihin. Nainen on joutunut kokemaan myös epäilyjä sen suhteen pystyykö hän hoitamaan lemmikkejä mielen sairautensa vuoksi.

”...hyvä etteivät sano suoraan, voi ettei sun lemmikkis oo mitään. Mitä taas sitte, ei sitä voi, jokasella on se oma kokemus ja se, että sitä pitää kunnioittaa sitä, että myös minä pystyn pitää huolta vaikka mulla on mielensairaus nii... oon kokenu, että ihmetellään, että pystyykö hoitamaan mielialasairas lemmikkiä niiku oikeesti, oikeella lailla tai... niin niin, mää en oon sitte niiku niihin epäilyihin ja niihin nii aina sitte kommentoinu sitte mitään. Kyllä se sitte aika näyttää, että meilläki, meillä on niiku luonnollisen kuoleman kautta menny niistä kaikki. Paitsi ny sitte se kissa, Killi-kissa niin se, sitä auto töytäisi

(huokaisee). Niin toinen puoli meni, niin se oli ikävää. Sille ei voinu mitää.” (P2)

Millaista sitten oli ennen lemmikkejä ja nyt? Mitä on muuttunut?

”No oikeestaan kun, kun niin asuin itsenäisesti muutaman vuoden, ja olin niinkun rakentamassa semmosta omaa asuntoa ja omaa kotia ja sitä omaa niiku miljöötä ja ja, omaa paikkaa mää siinä niinku katselin ja näin päin pois nii... kyllä niinku suoraan sanottuna niin on tuntenu ittensä paljon vastuullisemmaksi. Kauheesti pystyn kantamaan paljon enemmän vastuuta niiku asioista ku tietää, että tollasestakin pystyy huolehtimaan. Auttaa myös niinkun uskomaan omaan itteensä ja tietyllä tavalla omiin voimavaroihinsa.”(P1)

Naisen oli hieman vaikea vastata, sillä hänellä ei ole ollut elämässään paljon sellaista aikaa ettei kissoja tai koiria olisi ollut.

”...no mää nyt sanon, että se on niiku outoa jos ei oo ollu. Kyllä siinä on tainnu joku kerta olla, että ei... kyllä, kyllä me kaivattiin sitä koiraa, koiran hommaamista sitte kans. Kolme vuotta sitä järkeiltii ja kyllä se piti vaan ottaa taas.”(P2)

Entä miten päivätoiminnan kävijöiden lemmikit ovat muuttaneet heitä itseään?

Mies mainitsi ensimmäisenä juuri sen kuinka hän on saanut huomata, että tosiaan pystyy hoitamaan lemmikkiä ja kantamaan siitä vastuuta. Hän myös kertoi kuinka hänelle oli kova paikka luopua ensimmäisestä kissastaan, jolle jouduttiin lopulta antamaan eläinlääkärissä nukutuspiikki, koska se todettiin olevan kissalle siinä vaiheessa paras ratkaisu pohdintojen jälkeen.

"...ja se oli tosissaan semmonen menetys, ja mää olin ajatellu, että tämmösen hetken johrosta mää tosiaankin päätin, että mä nyt en ota kyllä toista lemmikkiä ittelleni ainakaan vähään aikaan... siihen sitoutuu, siihen tulee niinku voimakas tunneside. Semmosta niinkun arvostan mahdollottoman paljon, jota vuosien varrelta niiku oppinu tuntemaan ja se on niiku oppinu tuntemaan sen, joka sitä yrittää huoltaa ja hoitaa ja, tosissaan niinku tossa sanoin, että semmosen ku joutuu menettämään niin niin... se, se on niin kova pala..."(P1)

Toinen ja nykyinen kissa kuitenkin sitten tuotiin hänen syliinsä joululahjaksi yllätyksenä. Kissa oli naaras ja sai myöhemmin kolme pentua. Se oli päivätoiminnan kävijälle ainutkertainen kokemus.

"...että sai niiku todeta, että on päässyt näkemään kissan koko elinkaaren."(P1)

"Hmm... oisko se vähä sosiaalisempaan tullu ja sosiaalisemmaksi ja sitten ku ajattelee noita lapsia, ne käy kylässä lapset, perhettä, joitaki tuttuja joskus nii, niin nehä on vasta oikee mestareita ku ne tykkää kissoista aivan." (P2)

Nainen kokee, että lemmikit ovat muuttaneet häntä sosiaalisemmaksi, rauhallisemmaksi, ja turha "pinkottaminen" on vähentynyt.

"...nii joku sellaanen tarkotus niillä niiku o... ja sellanen niiku, jotenki että ei viä pienistä, että niinku... ja sitte, emmää tiiä kuuluko se sitte mun luonteeseen, mutta niinku hyväksyy sitten paremmin ihmiset ja, joku tällänen. Että niinku jokaisella on se oma arvokas elämä, niin lemmikeillä kuin omistajilla." (P2)

Kerroin miten itselläniikin tulee rauhallisempi ja rennompia olo kissojeni seurassa, ja nainen jatkoi aiheesta.

”Joo. Tää meiän uus koira niin se tulee tähän ihan vierelle istuskelemaan ja se kans kattoo mua kun mulla on joku paha olo tai jotenki pinkottunu olo niin sekin vaan siinä istuu ja aivan ku vaistoais sen, että mikä tolla emännällä on hätänä.”(P2)

Toiseksi viimeinen kysymys koski Pojua, Luhurikan omaa kissaa, että kuinka sen oleminen päivätoiminnassa on vaikuttanut päivätoiminnan kävijöihin ja itse päivätoimintaan.

”Pojulle oon koittanu viestittää, ettei sen tarttisi minua niinku pelätä, mutta se on kans semmonen oma persoonansa että niin, sitä niinku, niitä ei voi pakottaa. Sanotaanko... ei mihneen tapaukses pidä yrittää mennä niinku väkisin tekemään tuttavuutta koska tota sillä, kissoille täytyy niiku antaa se oma aikansa.”(P1)

Naisen mielestä päivätoimintaan on mukavampi tulla kun Poju on paikalla.

”Mää tunsin sen pitkäks sen ajan edellisen kissan ja tämän välillä. Kun pienkodin asukas, jolla oli kissa niin kuoli, niin mulla kävi sillain mielessä, en mää sitä kellekään sanonu, mutta mää mää meinasin ehdottaa, että ottakaa tänne ny kissa... sitte yks kaunis päivä tulikin tuossa rappusissa alaspäin ja menossa tonne pihalle.”(P2)

Kysyin viimeiseksi mitä päivätoiminnan kävijät ovat pitäneet muitten eläinten vierailuista.

Luhurikassa käy välillä siis vierailemassa muitakin eläimiä kuten esimerkiksi erään työntekijän kani.

”...tosiaan tää justiin tämä kääpiökani niin, niin kyllä se oli niin maharoottoman, uskomattoman hellyyttävä tapaus”(P1)

Mies meinasi, että hän tykkää kuitenkin kaikkein eniten sellaisesta lemmikistä, joka saa olla ja mennä vapaasti.

”...joka tupsahtaa sylihin työpöyrälle, työtuoliin, mää olin johonki keskittynyt ja jaha, mä tuun tähän ny. Ja tosissaan kun, monesti kun iltasin oon kattomasssa televisiota niin ku (kissa) näköö, että jaha, mä olen tuossa nyt sitte. Se tulee siihen sitte, parhaalle paikalle.”(P1)

Nainen on myös tykännyt muiden eläinten vierailuista.

”Oon mää tykänny. No ihan kivahan se on jos ei kellään ilmesty mitään todettua allergiaa ja niin, onhan ne semmosia. Esimerkiks ne kuuntelee niin kun niille puhuu nii. Ne tosiaan kuuntelee niiku, eikä ne väitä vastaan (nauraa). On ne miellyttäviä kavereita kaikki.”(P2)

Päivätoiminnan kävijät olivat hyvin tyytyväisen oloisia kertoessaan lemmikeistään. Haastattelukysymykseni loppuivat, mutta varmistin vielä oliko heillä vielä jotain mielessä mitä haluaisivat sanoa. Nainen alkoi heti esitellä kissojensa kaulapantoja ja talutushihnaa, jotka hän oli aamulla siepannut mukaansa kun tiesi haastattelusta, ja kertoi niistä.

”Aattele kyllä ne niin merkittee paljon, että ne pitää säilyttää.”(P2)

Hän näytti myös paljon kuvia lemmikeistään.

”Mää oon aina niin tykänny eläimistä, meillä on ollu niitä metsäkanojakin kiepissä lumen alla... Ja sitte meillä pomppii siinä tietä pitkin joskus noita jäniksiä. Ja onpa siinä nähty kettukin siinä pellolla meiän lähellä. Tykkään niin niistä kaikista. Ja linnunlaulu on hienoa. Luonnonystävä oon. Tosin seuraan kaikkea ilimanvaihtelujakin, ja noita pilviä kuvaan ja pilviä tutkin ja kaikkee sellasta mikä rauhoittaa vähä sellasesta turhasta sellasesta hässätystä maailma täynnä niin, nykyään aivan tollasta, mitä ei voi käsittää.”(P2)

Sanoin miten hienoa on, että hän on löytänyt niin paljon mielenkiinnon kohteita ja asioita, jotka rauhoittavat häntä.

”Joo, on se ja kyllä mää aattelen, että kaikki on annettukin tänne meidän tarkkailtavaksi, puut, lehtien kasvut ja miten hieno oli tuomienkin tuoksu tuossa matkalla.”(P2)

6.2.2 Asukkaat

Seuraavaksi pääsin haastattelemaan psykiatrisen pienkodin asukkaita, jossa myös Poju-kissa asuu. Pienkoti on nimensä mukaisesti asukkaiden koti, ja kysymykseni siis käsittelevät pääosin Pojua, heidän omaa lemmikkiään. Ensimmäiseksi haastattelin erästä naista. Käytän haastatteluissa hänestä koodia A1, joka tarkoittaa ensimmäistä haastattelemaani asukasta. Asukkaan lapsuudenkodissa on ollut monenlaisia eläimiä, kuten lehmiä, kanoja lampaita ja kissoja. Seuraavana haastateltavana oli mies, joka asuu psykiatrisessa pienkodissa. Käytän hänestä koodia A2, koska hän oli toinen asukas, jota haastattelin. Hänen lapsuudenkodissaan on myös ollut kissa. Viimeisen asukkaan haastattelu tapahtui poikkeuksellisesti asukkaan omassa huoneessa, koska hän toivoi, että voisi jäädä omaan sänkyynsä lepäämään. Asukas on mies ja hänellä on myös poikkeuksellisesti dementia, jota muilla asukkailla ei pienkodissa ole. Mies ei välillä muistanut onko joissain kysymyksissä kyse Poju-kissasta vai koirasta, joka hänellä on kuulemma ollut, mutta se ei haitannut. Käytän hänestä koodia A3, koska häntä haastattelin asukkaista kolmantena. Asukkaalla on siis ollut itsellään koira.

Kysyin asukailta, mitä he sitten ajattelevat niistä eläimistä, joita heillä on ollut elämässään.

Dementiaa sairastava ajatteli koirastaan, että se on niin kuin yksi asukas talossa.

"No emmää oikee tierä, toi Poju, mun mielestä sei oo tyhymä ollenkaa toi Poju notta. Ja yhyreenki kerran tuos, tuol on sellane kaappi mis oli ovi auki nii, se niinku kissa käy kaks kertaa siellä kaapis olemas hetken aikaa, että mua sitte huvitti se kun mikä muu oisi hoksannu niiku se. Poju on sellane. Se kävi olemas sielä kaapis hetken aikaa nii. Joo, se o sellane."(A1)

"Soli nii suloone. Viisas kissa."(A2)

Seuraavaksi kysyin mitä hyviä asioita Poju on tuonut Luhurikkaan.

Ensimmäisenä haastatellulle asukkaalle tuntui olevan tärkeää se miten Pojukin arvostaa siisteyttä.

"...nii mää vaan sen tierän että se voi olla jotain hyötyäkin eläämistä ku tota nii ne yleensä kaikis siistiis paikoos viihtyy, ne eläimekki o sellaaasia ja nuo kissat o varsinki sellaaasia, jotta ku mun isä sanoonu, notta kissatki o sellaaasia, että ei ne mitää likaasis paikoos viihrykkää... täällä ainaki siivotaan ja piretähän siistinä nää yleensä ja kaikkea nii. Ne tykkää olla sitten nii sellaaasis paikoos. Tuo Pojuki o varmaa sellane notta."(A1)

Varmistin onko hänen mielestään Poju siis tuonut sit siisteyttä Luhurikkaan.

"Se on. Meillähän se yleensä siisteys on kaiken a ja o, notta kaikki ihmisekki varmaa sellaaasia, jotta ne tykkää että on siistit paikat ja kaikki nää nii ihmisekki o sellaaasia nii miksei eläimekki, kissat varsinki."(A1)

"Se on tuonu leikkimieltä. Jokaiselle... Nii ja syöö, ja toiset antaa ruokaa ja jotain maksaa ja...kissille mukavaa olotilaa ja...käy pihalla syömäs hiiriä ja, onko se tuonu yhren linnunki ja, kissat o vähä tuollaasia."(A2)

Toisena haastatellun asukkaan mielestä Pojua on myös mukava seuraila.

”...kyllä se tietysti on tuonu paljonki. Mutta ku ei oo ymmärtäny seurata oikeen... No, kyllä se ainaki on ystävällinen.”(A3)

Kukaan haastateltavista ei koe Pojun tuoneen huonoja asioita Luhurikkaan.

Ensimmäisenä haastateltua asukasta yksi asia tuntui kuitenkin hieman vaivaavan:

”...mutta vanhaksi se varmaa tuloo ja sitte joutuu kuolemaan ja kaikkee niiku sellasta.”(A1)

Toiselle asukkaalle tuli mieleen yksi asia, joka ei kyllä myöskään häntä tuntunut haittaavan.

”No on se paskannu vessahan. (nauraa) Noo, se on tytöt pyyhkiny pois sen.”(A2)

Seuraavaksi kysyin miten tärkeää Pojun oleminen Luhurikassa heille on.

Ensimmäisenä haastateltu sanoi, että Pojun oleminen Luhurikassa on hänelle tärkeää, ja Poju itsessään on hänelle tärkeä.

”Nii no kyllä se on... jos sille vaa ostetaa ruaat ja kaikki, ku mää ainaki hyväksynki Pojun ku mulla ei oo lapsiakaan eikä mitää... se on niiku sellane pieni olento notta (naurahtaa), sellane niiku tierät, notta ku joillaki meillä ei oo mitää... muuta ookkaan ku... mun siskolla vaa o kolme tenavaa, mutta neki oo aikuusia, että mitä niistä ny sitte mutta. Poju o sellane olento... notta sen pitää väkiseltäänkin

hyväksyä (naurahtaa), jotta sellaanen kerta kaikkiaan (naurahtaa).”(A1)

Toisen asukkaan mielestä Poju on ”mukava olento”. Varmistin vielä, että onko hänelle siis tärkeää, että Poju on Luhurikassa, ja vastauksena oli, että ”on!”. Kolmannelle kissa on myös tärkeä, ja hänen mielestään on mukavaa, että Poju on vähän niin kuin seuralaisena.

Kysyin millainen olo asukkailla tulee Pojun seurassa.

Ensimmäisenä haastateltu kertoi, ettei hän tykkää jos Poju menee hänen sänkynsä alle, eikä siksi päästä sitä huoneeseensa.

”En mää oikee silitlekkää sitä, mutta kyllä mää muuten siitä tykkään. On se joo hyvä olla olemas.”(A1)

Toiselle asukkaalle tulee Pojun seurassa mukava, leikkimielinen olo. Kolmas sanoi, ettei hän oikein tiedä millainen olo hänelle tulee, mutta ei hänelle kuulemma mitään erikoisempaa ole ainakaan tapahtunut.

Kysyin mikä Pojussa sitten on parasta.

”Se on, se on sellane...se on...se osaa syörä ja, ja on meirän kaveri se vaan on notta ei muuta mitää.”(A1)

Toisen asukkaan mielestä Pojussa parasta on se kun sitä saa leikittää.

”...jollain tukulla pyörittää. Langan perässä joku mytty niin sillä leikitetään... mää leikittäny ja toisetki samoon tekee.”(A2)

Kolmannen mielestä Pojussa parasta on se, että se on uskollinen omistajalleen.

Seuraavaksi kysyin millä tavoin Poju on vaikuttanut asukkaitten mielialaan.

”No se on, mulla nyt ei oikee oo huono mielikään, määhän pirä paljo ongelmana tommosia huonoja asioita... mulle on ainaki joku sanonukki, että mun pitää vaan ittestäni pitää huolta nii. Poju on iha niiku täällä muutki o sellaaasia yksinäisiä nii, jos se on niiku kaikkien kaveri niiku, meidän kaveri se vaa on notta.”(A1)

”Noh, se on mukava killi. Lämmin ja hellä, tuloo tähän polville istumaan ja kävelemään ja määhän silitän sitä ja häntä nousee ja...”(A2)

Kolmantena haastateltu asukas ei oikein tiennyt onko Poju vaikuttanut hänen mielialaansa, mutta kertoi kyllä aina tykänneensä eläimistä. Hänen mielestään niitä on myös aina mukava nähdä, ja sillä lailla kokee niiden vaikuttaneen positiivisesti mielialaansa.

Kysyin mitä muita vaikutuksia Pojulla on ollut asukkaitten elämään.

Yhtenä vastauksena oli, että ”se on sellaista ku se on, hyvää ja hauskaa”. Yhdellä ei tullut mieleen lisää vaikutuksia.

”No emmää tierä, tierä tuota nii, meillon aina ollu kissa kotona ja hyvin tuota tutustu ja tykkään kissasta.”(A3)

Millaista sitten oli ennen Pojua ja nyt?

”Täällähän oli kissa... mutta se kans kuoli se ja, se oli vissii huonompi tapaasee vielä, ku Poju osaa nuolla ittiänsä ja pitää ittensä siistinä notta... Poju o vähä siistimpi ja se osaa aamuyöstäki pyytää pihalle notta sitä pitää, hoitajaki on ainaki sanonu, että se pitää päästää aina

pihalle notta ei saa väkisten alkaa pitämään sisällä. Se tuloo huonotapaane jos pitää väkisin sisällä notta.”(A1)

Asukas oli ostanut Pojulle joskus kissanruokaa kaupasta, mutta Pojulle ei kyseinen ruoka kelvannutkaan.

”...se o opetettu jotenki sellaseksi tuo Pojukin notta määrättyjä ruokia se vaan syö. Niitä raksuja niitä kissan sellaaasia sellaaases isoos pussis notta. Ja sitte jotaki sellaaasia herkkuruokia se vaan syö. Se pani mun vaihtamaan sitte (naurahtaa). Mää nopiaa menin ku kissasta on kysymys niin sille piti olla se mitä se syö.”(A1)

Asukas tuntuu siis pitävän hyvää huolta kissasta.

Kun toinen asukas mietti millaista oli ennen Pojua ja nyt, hän kertoi, että se on tuonut mukanaan elämää Luhurikkaan varsinkin kun se oli vasta pieni pentu saapuessaan.

Kysyin olisiko joku erilailla jos Poju ei olisi Luhurikassa.

Ensimmäisenä haastateltu asukas totesi:

”Kyllä se niiku kaverista käy Poju, notta emmää muuta tieräkkää. Se on niinku joku elintason merkki.”(A1)

Toinen vastasi, että sitten heillä voisi olla koira. Kolmas sanoi, että kyllä se vähän jotain muuttaisi, mutta ei sen suurempia.

Sitten kysyin onko Poju muuttanut asukkaita itseään jotenkin.

”No ei se oikee oo, ei se oikee oo... tää psyykkine ongelmaki mulla on niiku vaa lievästi ku jotenki muuta vaa puuttuu, mutta ei se taida kissasta tarkoottaa se asia.”(A1)

”Miksei, hyvä kaveri. Ei antaisi millää pois. Koska se jää auton alle niin sillon sitä ei enää oo. Ku se loikkii tien yli... Jokainen tykkää Pojusta.”(A2)

Kolmas asukas koki, että hän on ollut niin vähän Pojun kanssa tekemisissä, ettei oikein osannut sanoa, onko Poju muuttanut häntä itseään jotenkin.

Kysyin mitä asukkaat ovat pitäneet muiden eläinten vierailuista Luhurikassa.

Luhurikassa vierailleesta kanista ensimmäisenä haastateltu ei kauheasti välittänyt.

”...Pojusta määh niinku paremmin vielä tykkään enkä niin siitä kanista.”(A1)

Toiset tykkäävät eläinten vierailuista, ja yksi sanoi, että ne ovat mukavaa vaihtelua.

Lopuksi kysyin tuleeko asukkailla vielä mieleen jotain lisättävää esimerkiksi Pojuun liittyen.

Kaikilla oli jotain sanottavaa.

”Se on sellane elintason merkki meille. Ku me siivotaan täällä ja piretähän huolta, niin kyllä meillä ny yks kissa saa olla sellane.”(A1)

"Poju on mukava ja ystävällinen eläin. Meirän rakas kaveri. Vaikka onki neljä jalkaa."(A2)

"No en tiiä tohon nyt justii, mutta kyllähän kissa on taloon asukas niin se on kyllä aika tärkeä. Vaikkei niitä tartte ny rottia pyytääkään."(A3)

6.2.3 Työntekijät

Seuraavaksi pääsin haastattelemaan työntekijöitä siitä miten he ovat kokeneet kissan olemisen Luhurikassa asukkaiden kannalta. Ensimmäisestä haastattelemastani työntekijästä käytän koodia T1. Hänellä on itsellään kotona kissa ja kani ja myös koiranpentu oli tulossa. Työntekijä itse tykkää kovasti eläimistään, ja esimerkiksi kanille pitää kuulemma jutella vähän jotakin joka aamu ennen töihin lähtöä. Työntekijä työskentelee enimmäkseen päivätoiminnan puolella, mutta on välillä pienkodinkin puolella töissä, missä Poju-kissa varsinaisesti asustaa. Toinen haastattelemani työntekijä työskentelee pääasiallisesti pienkodin puolella. Haastattelin häntä työntekijöistä toisena, ja käytän hänestä koodia T2. Hänellä itsellään on ollut kissoja lapsesta lähtien, ja heillä on ollut myös lehmiä, hevosia, kuttuja ja kanoja. Tälläkin hetkellä hänellä on kolme kissaa. Hänestä tuntuu, ettei osaisi olla ilman kissoja, ja jopa yksi tai kaksikin kissaa tuntuisi liian vähältä. Ne ovat hänelle kuin perheenjäseniä.

Ensimmäisenä kysyin, minkälaisia vaikutuksia työntekijät ovat huomanneet Pojulla olevan Luhurikan asiakkaisiin.

Työntekijät kertoivat, että päivätoiminnan asiakkaat näkevät aika vähän Pojua, silloin tällöin kuitenkin, ja he tykkäävät puhua ja jutella siitä lähinnä jokapäiväisiä juttuja kuten "Poju tulee sisälle" ja "Poju menee ulos" tai "onkohan Pojulla nälkä?". Pienkodin asukkaat taas enemmän kuulemma omivat kissan ja kertovat, että se on heidän. Pienkodin puolella myös huolehditaan kissan syömisistä ja ulkoiluista.

"...sitte eräski asiakas sano, että ku oli talviaika, kauhee pakkanen, nii se ei ois halunnu päästää sitä pihalle ollenkaa. Mutta ku Poju oli tottunu siihen, että pihalle pitää päästä, ja me päästettiin, nii tää asiakas sitte meinas, että se on eläinrääkkäystä kun tämä kissa päästetään talvella pakkasella pihalle. Ja illalla lähtee hoitaja kaheksalta pois, että se sitte jäi niiku sinne pakkaseen, mut sit sieltä käy pienkodin puolelta tupakoitsijoita ulkona nii ne päästää sisälle. Et siitä ei ny ollu pelkoa, että se ois sinne pitkään aikaan jääny, mutta...Tämä esiinty monta kertaa, että tämä asiakas sano, että tämä on eläinrääkkäystä. Että muisti vielä monta päivää sen pakkasjakson jälkeenki. Et huolehtiivat tosi hyvin lemmikistä..."(T1)

"Joo no tota, ne niinkun... huolehtii siitä sillä lailla, et missä se on se Poju, ja Pojua ettitään sitte aina sillon tällön piilopaikoista, et jos se haluaa vähä mennä, tai jos se on ulkona, ku se kuiteki ulkona joutuu olemaan, ja haluaaki mennä sinne, niin sitä sitten kutsutaan aina. Et se on niinku yks meistä, ja sittenku sillä on siinä oma istumapaikka, se on vähä niiku et sen pitää olla kiikkustuolissa tuolla pienkodin puolella. Se on niinku sen paikka, että sitä arvostetaan ja kunnioitetaan. Että kun mää yritän aina sanoa, että laitetaan ny Poju pois siitä, laitetaan Poju sinne sohvalle, että pääsee sitte nämä meirä asukkaat istumaan, joilla on vähä huonommat jalaat, niin ne aina sanoo, et "ei ei ei, Poju oli siinä ensiksi"... et se on niinku niille sellane läheenen... se ni vähä niinku olis niitten sukulaisia tai ystäviä, niin kissa vähä niiku ajaa samaa asiaa ja... kissa osottaa sellasta niinkun, kattoo niitä silmiin ja... kissa osottaa kiintymystä niitä kohtaan."(T2)

Seuraavaksi kysyin olivatko työntekijät huomanneet joitain vaikutuksia asiakkaiden mielialaan tai muuten elämään.

Kummatkin olivat huomanneet asiakkaissa positiivisia vaikutuksia, kuten esimerkiksi sen, että asiakkaat ilahtuvat aina kovasti Pojun nähdessään.

”...ne tulee niiku iloseksi ja melkee aina voi sanoo ku kissa näkyy tai kissa tulee sisälle, niin se on aina iso uutinen, että nyt Poju löyty, ja ne niiku innostuu siitä ja ilahtuu ja hymyilee. Se on aina, että kun kissa tulee lähelle niin sitte sille jutellaan... vois sanoo niin, että meillä on varmaan kaikki sellasia, joita se ilahruttaa. Et ehkä yks on sellane, joka ei niinku niin kauheesti niinku näytä sitä, että sillä olis mitää vaikutusta, ja se ei halua sitä ehkä niiku huoneeseensa kuitenkaa. Mutta että pääosin näin, että ollaan ilosia ja mieliala kohenee.”(T2)

Kysyin onko jokin muuttunut siitä kun Pojua ei vielä ollut Luhurikassa.

Toinen työntekijä kertoi joskus miettineensä sitä, että jos Poju jäisi esimerkiksi auton alle tai ei vaan tulisi enää sisälle, niin huomaisiko sitä kukaan asiakkaista.

”Ehkä ne niiku huomais, että Pojua ei oo, ja sit jos me kerrotais, että Poju ei enää tule nii, niin, ehkä niillä on niin paljo tunteet latistunu, että ne ei sitte sillä lailla...hoitajat vois vähä itkeä ja kaivata kissaa, mutta ei välttämättä nää asiakkaat. Et ne ei niiku sillai kiinny tähän kissaan.”(T1)

Aikaisemman pienkodissa olleen kissan kuoleman jälkeen oli tullut kuulemma tyhjä kohta Luhurikkaan, kun kissaan oli totuttu ja kaikki halusivat kissan.

”Et pitää ottaa niinkun uus kissa sitten nyt tilalle. Et kyllä varmaan ois sopeutunu siihen, että kissaa ei oisi ollu, mutta ehkä se oli sitte hoitohenkilökunta, jotka kans, me haluttiin niiku kissa myöski. Me sitä sitte kans niiku aktiivisesti metsästettiin sitä kissaa. Ja tottakai kun se on iha pennusta lähtien täällä ollu niin sitä on ihasteltu ihan pentupäivistä lähtien sitte sitä kissaa, että se on aivan alusta lähtien ollu perheenjäsenenä.”(T2)

Kysyin miten tärkeäksi työntekijät kokevat Pojun olemisen Luhurikassa asiakkaiden kannalta.

Kummatkin kokevat sen tärkeäksi. Toinen koki sen siinä mielessä tärkeäksi, koska se tuo paikkaan yhteenkuuluvuutta, ja asiakkaat tykkäävät sen hoivaamisesta tosi paljon.

”Mut sitten yks asiakas on vähä silleen... että hän luulee että Poju on hänen huoneessaan ja huutaa joskus tuolta huoneestaan, että tulkaa ottamaan se kissa pois täältä, vaikka sitten ei oliskaan, niin luulee että se on hänen huoneessaan (naurahtaa). Et se jotenki pääsee oven läpi sinne huoneeseen.”(T1)

”...Mää jossain välissä ajattelin niin, että kissa on sen takia tärkeä... et mä itte niinkun ilahrin ja tykkään siitä kissasta... mutta sitten meillä oli eilen sellanen tilanne missä yks meidän asukkaista pohti, että ”kyllä se on niinku mukavaa, että kyllä Poju varmaan niinku tykkää meistä”, et se niinku aatteli sen näin päin... että Poju tykkää heistä. Et se on tärkeä, että joku hyväksyy heidät, ja se Poju niinku osoittaa sellasta hyväksymistä...”(T2)

Kummatkin työntekijät kokivat Pojun olemisen Luhurikassa tärkeäksi myös itsensä kannalta.

”...Me ollaan nautittu, me tykätään ja sitten itteki ku on tosiaan lomalla niin miettii tosiaan, että mitenkähä Pojulla on täällä menny ja haluaa nährä, että sillä on kaikki hyvin ja... ihan positiivisia vaikutuksia.”(T1)

”...se on aivan semmonen mistä niinku huolehritaan. Sitä silitetään, ja siitä vielä silittämisestä mä unohrin tos sanoo, että meille tuli sellanen dementia-potilas täs pari vuotta sitten niin... vaikka sillä tahtoo se muisti ja muut toiminnot vähä niinku olla hyvinki huonot jo,

niin se sellanen silittäminen ja tällänen kissan lähellä pitäminen niin se on sellanen tärkeä ollu sille.”(T2)

Kyseinen asukas oli kuulemma aluksi Luhurikkaan tullessaan ollut vähän vihamielinen, ja hän oli haukkunut muita asukkaita. Poju oli oikeastaan ainut, jota kohtaan hän oli osoittanut positiivisia tunteita, hoitajien lisäksi. Dementiaa sairastava oli oikeastaan ainut, joka silitti Pojua todella paljon. Poju oli myös mennyt hänen syliin, mitä se ei yleensä tee.

”...ku Pojuhan ei kauheesti syliin tuu, niin Poju sitten hyppäs aina tämän, joka dementiaa sairastaa, niin sen syliin sitte vielä. Ja sit ilmeni jälkikäteen, et sillä oli ollu aikasemmin kissa, että se osas käsitelläkin sitte sitä kissaa.”(T2)

Osa asiakkaista ei kuulemma ehkä uskalla aina niin silittää kissaa, mutta se on kuulemma tärkeää, että se on näkyvissä.

”Jos se tekee jotain ihmeellisiä juttuja niin tuota siinä lattialla tai kieriskelee niin siihen vähän niinku samalla tavalla reagoidaan niinku vaikka pikkuvauva kääntyy ensimmäisen kerran, nostaa päätä tai kääntyy, niin vähä samanlaisia reaktioita. Poju aiheuttaa meille elämässä täällä niinku virikkeitä. Että jos se on pyydystänyt linnun tuolta niin me mennään kaikki ihmettelemään sitä lintua, että voi kamala paikka ja, että se niinku tuo meidän elämään ehkä sisältöä, se on ehkä tämmönen, muuten olis sitten ehkä ykstoikkosta kattella toisiansa niin...”(T2)

Osa hoitajista tuntuu myös kovasti itseään kiinnostavan Pojun touhut kun kerrankin he olivat katsoneet turvakamerasta mitä Poju tekee öiseen aikaan. Työntekijät olivat ennen Pojua miettineet, että voivatko he ottaa kissaa Luhurikkaan kun sitä joutuisi hoitamaan ja siitä voisi olla vaivaa. Poju kuulemma reippaana kissana kuitenkin todella hyvin sopeutui Luhurikkaan, ja kaikki ottivat sen todella hyvin vastaan.

”Et tota nii, meiän pelko oli aivan turhaa. Et jos Poju joskus sitten lähtee täältä pois, nii varmaa otetaan uusi kissa. Ja aikasemminha täällä oli yhdellä asiakkaalla Nelli-kissa, mut se oli sitten sen asiakkaan oma kissa, et sitä ei niiku muut millään lailla ominu. Toki huomioivat, mutta se oli sitte tämän asukkaan kissa.”(T1)

Seuraavaksi kysyin mikä on työntekijöitten mielestä Pojun hienoin vaikutus asiakkaisiin.

”No varmaan se, että jonkunmoisia tunteita tulee, semmosta niinku hoivaamisviettiä tulee näille asiakkaille. Että näillähän nyt tahtoo skitsofreenikoilla olla tunteet latistunu, että, et tota niin... niitä niiku saa sillai pintaan. Et jotaki sellasta hoivaamisjuttua, et niinku sillä on hyvin kaikki.”(T1)

”...se on se, että niitten mieliala kohenee. Ja ne hymyilee, ja ne kokee sellasia positiivisia tunteita. Se on varmaan se kaikkein hienoin, että ne niinku virkistyy ja ilahtuu ja innostuu ja... ehkä se on se tärkein.”(T2)

Toinen työntekijä oli myös huomannut, että jotkut voivat puhua ikään kuin kissan kautta esimerkiksi omista tarpeistaan.

”...et sen kissan kauttaki voidaan puhua. Et se on aina hyvä niiku alottaa keskustelu, et asiakas haluaa puhua jotaki hoitajan kanssa, sitte ei osaa niiku sanoa jotaki asiaa, ni voi alottaa se keskustelu kissan kautta. Et jotenki siitä kommentoidaan, ja sit se lähtee se keskustelu siitä rullaamaan eteenpäin.”(T1)

Työntekijä kertoi aiheeseen liittyen myös konkreettisen esimerkin.

”Niin sit yks asiakas puhuu sitte, ku se tykkää kauheesti ruuasta, niin sitte se niinku sanoo jotta ”Pojulla pitää olla TOSI hyvää ruokaa, et

sille ei mitää huonoa ruokaa saa syöttääkään”, koska sille on ittelle se ruoka tosia tärkeä, niin se Pojun kautta sitte sanoo hoitajalle niiku että ruoka pitää olla hyvää. Että me niiku ymmärrettiin se sen pointti siinä ku se tota nii puhu siitä ruuasta, ja me tiedetään, että se tykkää hyvästä ruuasta ja pitää olla hyvää ruokaa. Ja paljon.”(T1)

Työntekijä oli myös huomannut eroja pienkodissa olevan yhden dementiaa sairastavan ja muiden asiakkaitten välillä.

”...huomaa, että se on tosi tärkeä sille dementikolle se kissa, että tykkää silittää ja huomioi sit taas tosi erillä lailla ku nää mielenterveysasiakkaat nii... sillä niinku niitä tunteita sieltä herää... kaikki meidän asiakkaat ei koske, ei silitä kissaa, mut tää dementikko ku tulee vastaan niin aina silittää ja laittaa käden, että tuu kissa tänne näin että, et sen huomaa niiku eron tosiaan mielenterveysasiakkaitten ja sitten tämän vanhuksen, jolla on dementia niin eron. Että niinku skitsofreenikoilla on tunnepuoli aika silleen latistunu, että sen justii huomaa, että tulee sieltä sitte niitä joitaki tunteita, tunteita sitä kissaa kohtaan, et sen huomaa. Kyllähän näitä tarinoita löytyy.”(T1)

Mikä sitten on Pojun hienoin vaikutus työntekijöihin itseensä?

Pojun hienoin vaikutus toiseen työntekijään on kuulemma ehkä juuri se, että työn kannalta ajateltuna he eivät tehneet huonoa ratkaisua ottaessaan eläintä työpaikalle, vaan se on ollut pikemminkin erittäin positiivinen asia. Asiakkaista on myös ilmaantunut uusia puolia kissan tulon myötä.

”...se on niiku opettanu tosi paljon myös asiakkaitten niiku tästä tunnepuolen elämästä. Et niinku, tosi kiva seurata miten kuki suhtautuu tähän eläimeen. Et se on niiku hieno kattoo. Ja tulee ihan semmosia uusia piirteitä joistakin asiakkaista, jota ei niiku ennen oo huomannu, vaikka on vuosia nähny näitä, niin ni tulee iha jotaki aivan

uutta. Sit tota niin seki on niiku yllättävää, että yks asiakas, sitte ku se näkee joskus Pojun ja on aivan hiljasta ja Poju tulee huoneeseen niin se saattaa sitten tosia korkealla äänellä alkaa huutamaan, että... "Killi höppänä!"(naurahtaa) ja se tulee niin yhtäkkiä et mää en niiku käsitä mitä se tarkoittaa, mut se huudahtaa. Tosi korkealta niiku lujaa, vaikka ois aivan hiljasta ja se ei ois puhunu mitää eikä ois keskusteltu mitään, nii itte peljästy aina ku tollee "killi höppänä". Että se on niinku jääny vähä arvotukseks, että mitä se tarkoittaa."(T1)

Toinen työntekijä tykkää siitä, että Poju on niin itsenäinen, ja sitä on kiva leikittää.

"Asukkaat tykkää siitä, et sillä on hyvä paikka siinä ja se nukkuu ja se on ja sen annetaan olla rauhas. Ja ehkä me hoitajat ollaan sitte sellasia, että me vähän yritetään aktivoida sitä. Mulle on varmaan kivointa kissan kans, että sen kanssa saa leikkiä."(T2)

Työntekijä myös kertoi, että aina tulee vastaan se, että asukkaat ovat huolissaan siitä onko Pojulla ruokaa. Asukkaat myös huolehtivat siitä ovatko hoitajat huolehtineet, että Pojulle on raksuja annettavaksi vai pitääkö niitä lähteä hakemaan kaupasta.

Kysyin ovatko työntekijät havainneet Pojun aiheuttaneen huonoja vaikutuksia asiakkaisiin.

Työntekijät eivät pääosin olleet huomanneet Pojun aiheuttaneen huonoja vaikutuksia. Joitain asioita heille tuli kuitenkin mieleen.

"No varmaa se justii, tää yks asiakas... et tää kissa on hänen huoneessaan. Se on niiku tullu sinne ja se niiku, hän pelkää koiria... Ja sanoo, että on tuos edessä, että mee ny pois siitä. Et sillee. Se nyt on varmaa ainut, mutta kuitenkin. Kun huomaa sen kissan, niin jotaki tunteita on hänelläki sitä kissaa kohtaan. Mut ei mielellään

koske kissaan, ja tosiaan, aika harva silittää Pojua. Taisin sanookin sen, että... et varmaan aivan kaks kolme meiän porukasta.”(T1)

Toinen työntekijä kertoi, että välillä kun Poju ei tule illaksi tai yöksi kotiin, yksi asukas on saattanut yölläkin käydä sitä katselemassa.

”...mutta ei se ollu sellanen ehkä huono ollenkaa koska se on hyväjalakaane tää, ja aivan pystyy kattelemaan, mutta... kyl se sitä murehti ehkä vähän sitte. Mut nyt ne on tottunu siihen, että se on siellä ulkona, et sillä on joskus omia reissuja tuolla menollansa. Mut se ei oo pitkään koskaan pois, et aina se tuloo. Ja se on yks sellanen tietysti, et se on vähä riippuvainen niinku tietysti meirän asukkaista, et sitä kautta se on varmaan vähä positiivinenki. Mutta koskaan sitä ei oo kukaan niinku haukkunu eikä sanonu sille negatiivisesti sille kissalle mitään. Öö joskus hoitajat on saattanu, kun se on päästäny yhren kerran kakan vessaan, niin siinä me vähän pirettiin sille jöötä. Ei nää asukkaat. Ei, ei ne osota sille negatiivisia tunteita ikinä.”(T2)

Myös tietynlainen murehtiminen tai huoli kertoo siitä, että tunteita nousee pintaan.

”Nii-in. Tavallaan sellanen huoli, että kun... se on positiivinen tunne, kaipaus.”(T2)

Seuraavaksi kysyin mitä asiakkaat ovat kommentoineet tai kertoneet työntekijöille Pojusta.

”Joo-o... kyllä ne varmaan nyt siinä oli, mitä mää muistan kommentteja... se ”Killi höppänä” ja... ja varmaa aiva tälläset, on tosi paljo kommenttia, että ”ruokakippo on tyhjä”, ”vettä pitää antaa Pojulle”, ”ruokaa pitää tuoda kaupasta”... tavallaan se on yks asukas täällä, et sitte sillä pitää myös niinku olla sitä syömistä ja nukkumapaikka ja... tosi paljo nukkuu sielä A:n taljalla siellä

perähuoneessa, et varmaan tälläset jokapäiväset jutut on kommenttina. Ja kerranhan Poju toi hiiren tonne sisälle, että se oli sitte sellane suuri ihmetyksen aihe (nauraa). Herätti vähä kauhistusta ja jotaki muuta tunteeta.”(T1)

”...no tää meiän yks miesasiakas niin se oli varmaan alkuvaiheessa kyllä sano, että tosi hyvä, että meillä on täällä tämä Poju. Se nukku sen sängyssä alkuvaihees niin se tykkäs siitä, että se tuli sinne sänkyyn makaamaan. Ja tämä yks nainen tosiaan nyt eilen viimeksi sano siitä, että Poju niiku tykkää heistä ja hänestä... ”Ja se täällä tykkää olla meirän kans”, tää tulee usein siltä samaiselta. Sitten nää muut on vähä sitte sellasia, ne ei kommentoi aivan niin, vaikka tykkäävät kyllä, mut ei ne sano ääneen niitä.”(T2)

Kerroin, että äitini, joka myös työskentelee Luhurikassa, oli kertonut minulle joskus jonkun asukkaan sanoneen, että ”voi eihän meillä olis täällä mitään jos meillä ei ois täällä Pojua!” Työntekijä arveli, että asukas on ollut varmaan sama nainen, joka oli kommentoinut kuinka kissa tykkää heistä.

”(nauraa)... Joo, se on juuri tämä sama, joka eilen sano, että se tykkää se KISSA heistä, että se on niin ihana, että se kissa meistä tykkää näin. Et on joku eres, joka... niinku tälläki on taustalla tällä asukkaalla vielä se, että hän kokee, että kun hänen tykönänsä ei käy kukaan. Tämä on se mikä tulee tosi usein aina... että pitäis saada herkkuja tosi paljon, mutta kun hänen tykönänsä ei käy kukaan, niin niin tämä on se ku kokee sen, että pitää olla se kissa, että on edes joku joka välittää. Joku joka tykkää ja joku joka niinku osottaa sitä...”(T2)

Kun pienkodin olohuonetta siivotaan, Poju on kuulemma monesti mennyt erään miesasukkaan huoneeseen pakoon. Asukas itse on kertonut, että Poju tulee usein hänen huoneeseensa ja myös yöllä. Kyseinen mies myös päästää Pojun yöllä sisälle tupakalla käydessään. Myös dementiaa

sairastava mies kertoo juttuja kuinka Poju on istunut hänen ikkunalaudallaan koko yön ja katsellut ulos.

”...et kyl ne kertoo näistä mitä Poju on tehny yöllä. Et ku me ei olla nähty. Vähä niinku raporttia tulee aamulla jos on jotain erikoista tapahtunu.”(T2)

Varmistin vielä ovatko kyseiset asukkaat siis tykänneet Pojun huoneissa käymisistä, ja kuulemma olivat. Toinen heistä oli myös joskus sanonut, että ”älä laita sitä pois” kun hoitaja oli tullut hakemaan kissaa huoneesta. Sitä ei saanut viedä pois.

Asukkaat tuntuvat pitävän kovin hyvää huolta Pojusta ja he pitävätkin sitä kuulemma yhtenä pienkodin asukkaana. Toinen työntekijä kertoi myös, että kun asukas, jolla oli Nelli-kissa, kuoli, hänen kuolemastaan ei paljoa puhuttu. Hän olisi ajatellut, että asukasta kaivattaisiin enemmänkin kun on kuitenkin samassa paikassa asuttu.

”Mut sitte niillä oli semmonenki kuva, että se o jossaki, että se ei oo kuollu, että se jossaki elää muualla, että niinku tällasia juttuja. Et se varmaan vaikka Pojun kanssa ois sama juttu, että... et se samalla tyylillä menis sitte. Et se ny on pois, mut se voi olla jossaki muualla, ettei se kuollu oo, vaikka olis sitten kuollu, mutta...mielenkiintosta.”(T1)

Seuraavaksi kysyin miten työntekijät kokevat asiakkaitten suhtautuvan muihin Luhurikassa vieraileviin eläimiin.

Pienkodin asukkaat eivät kuulemma ainakaan olleet kovin piitanneet kanista.

”...sit se tuli tänne toiselle puolelle ja sit nää, jotka käy kotoa niiku täällä päivätoiminnassa niiku sillä lailla enemmän niinku sosiaalisempia, eivät oo nii laitostuneita, nii ne niiku enemmän

huomioi ja katteli sitä kania, ja ku se pompotteli siinä lattialla nii ne seuras sitä ja osa silitteli, mut pienkodin väki ei tullu kattomaan, että missäs se kani on, mihinkä se vietiin. Et niitä ei kiinnosta, että huomaa niiku eron, että on niiku laitostunu, jotka asuu tuolla pienkodin puolella ja sitte jotka tosiaa kotoa käy nii erilainen suhtautuminen.”(T1)

Mietiskelimme työntekijän kanssa, että jännä nähdä mitä pienkodin asukkaat meinaavat omista kissoistani kun vien ne pienkodin puolelle, ja tuleeko mitään reaktioita. Tässä vaiheessa kissani olivat siis olleet vasta päivätoiminnan puolella.

”Joo-o katotaa silittääkö ne ja ottaako, no ei varmaan syliin ota kun Pojuakaan ei, tai Poju antaa yhden ottaa syliisä. Et hyvin Poju niiku tuntee tämän väen, että se osaa tosin hyvin luikkia pakoon, jos niiku tulee käytävälläkin vastaan... se oppii kenen kannattaa kohdata käytävällä, ja että kuinka kannatta niiku mennä luikahtaa ettei jää mihinkää jalakojen alle tai ovien väliin...”(T1)

Kyseinen työntekijä on kokenut, että asiakkaat ovat olleet kiinnostuneita myös muista Luhurikassa vierailleista eläimistä.

”Kyllä ne on kiinnostuneita kaikista, et mitä tahansa tulee. Yks meillä on, joka vähä pelkää koiria koska meillä koiraki on joskus ollu täällä vierailulla. Että se yks pelkää sitä, mutta muut kyllä tykkää, mut ei ne satu siihen koiraan... mut kissa kun on ollu vieraana niin sitten siihen satutaan. Kyl ne varmaan näitäki ehkä silitteli, tai onko nää vielä nähnykkää?”(T2)

Työntekijä viittasi omiin kissoihini, joita en ollut vielä kerinnyt käyttää pienkodin puolella.

Mitä työntekijät itse pitävät vierailevista eläimistä?

Haastatellut työntekijät tykkäävät kovasti Luhurikassa vierailevista eläimistä, onhan osa niistä myös toisen työntekijän omia lemmikkejä. Toinen työntekijä kertoi, että olisi kiva saada Luhurikkaan vierailemaan joskus myös hevonen, kun hän oli joskus kuullut sellaisen jossain vierailleen. Työntekijät sanoivat, että olisi varmaan vielä paljon juttuja kerrottavana, mutta kaikkea ei vain aina muista.

7 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

7.1 Tulosten tarkastelu

Tutkimustulosten mukaan lemmikkieläimillä on siis erittäin paljon erilaisia sosiaalisia, psyykkisiä ja fyysisiä vaikutuksia erilaisiin ja eri-ikäisiin ihmisiin. Luhurikassa tehdyistä haastatteluista päätellen lemmikkieläinten pääosin erittäin positiivisia vaikutuksia näkyy paljon myös erilaisissa mielenterveysasiakkaissa. He itse kertoivat kokemuksistaan ja työntekijät toivat omaa näkökulmaansa ja kokemuksiaan aiheeseen liittyen. Eläimet loivat haastateltaville mielikuvia ja puhetta, ja heidän oli selvästi helppo puhua lemmikeistään.

Luhurikan asiakkaila olevien erilaisten mielenterveysongelmien vuoksi heidän kommenttinsa, ajatuksensa ja kokemuksensa lemmikkieläimistä tuntuvat jotenkin erityisen tärkeiltä ja merkittäviltä. Esimerkiksi se kuinka he kokevat eläinten rauhoittavan heitä, helpottavan jännitystä, ja kuinka eläimet ymmärtävät heitä, ovat jo itsessään merkittäviä asioita niin mielenterveysasiakkaan kuin kenen tahansa ihmisen kannalta katsottuna.

Huonoina asioina tuli ilmi, että toisen haastatellun päivätoiminnan kävijän sisko oli allergisoitunut, eivätkä siskokset voi enää sen takia oikein käydä toistensa luona kylässä. He voivat onneksi kuitenkin tapaila muissa

paikoissa. Kyseinen päivätoiminnan kävijä oli myös joutunut kokemaan epäilyjä pystyykö hän hoitamaan lemmikkejään mielen sairautensa vuoksi.

Lemmikin tuomia sosiaalisia vaikutuksia näkyi Luhurikassa. Kaikki haastateltavat kokivat, että heidän lemmikkinsä ovat heidän tärkeitä kavereita. Ne luetaan perheenjäseniksi ja Poju on yksi Luhurikan asukkaista. Asukkaat pitävät selvästi erittäin hyvää huolta Pojusta. Asukkaat pitävät Pojua mukavana ja ystävällisenä eläimenä, ja yksi jopa hyvän elintason merkinä. Sen myös koettiin tuovan leikkimielisyyttä, ja sen seurassa ei tunne itseään yksinäiseksi. Osalle lemmikki on tuonut mukanaan myös itsevarmuutta ja vastuuntuntoa ja uskoa itseensä. Lemmikit myös rauhoittavat asiakkaita, ja heidän mielestä niitä on mukava katsella ja seurata, ja osa tykkää jutella niille, ja osa silittää.

Työntekijät ovat havainneet Pojun olemisen Luhurikassa vaikuttaneen monin erilaisin tavoin asiakkaisiin. Vaikutukset ovat olleet pääosin erittäin positiivisia. Myös työntekijät kokevatkin Pojun olemisen Luhurikassa tärkeäksi. Se tuo Luhurikkaan muun muassa yhteisöllisyyttä, iloa ja tunteiden näyttämistä. On tärkeää, että asiakkailla on sellainen olo, että joku hyväksyy heidät ja Poju osoittaa heille juuri sellaista aitoa hyväksyntää ja kiintymystä heitä kohtaan. Osa myös kertoo omista tarpeistaan ikään kuin kissan kautta. Asiakkaat voivat siis käyttää eläimiä kanavina, joihin he siirtävät tunteitaan tai fyysisiä tarpeitaan, kuten esimerkiksi syömisen tarvetta. Työntekijät kertoivat, että asiakkaiden kanssa on muutenkin helppo aloittaa keskustelua eläimistä, ja sitä kautta keskusteluja voidaan johtaa tarvittaessa helpommin myös muihin aiheisiin.

Lemmikin tuomia psyykkisiä vaikutuksia asiakkaisiin on monenlaisia. Työntekijät kokevat, että Pojun hienoin vaikutus asiakkaisiin on se, että heidän mieliala kohenee silminnähävästi Pojun läsnä ollessa. He hymyilevät, kokevat positiivisia tunteita, virkistyvät, ilahtuvat ja innostuvat. Ylipäänsä se tuntuu työntekijöistä tärkeältä, että jonkinmoisia tunteita tulee esiin ja hoivaamisviettiä, koska skitsofreenikoilla tunteet ovat yleensä aika latistuneet, ja pienkodin puolella hyvin monella on skitsofreniaa. Tämä on asia, joka itseäni yllätti eniten koska en ollut ennen kuullut paljoa

skitsofreenikoiden tunteiden latistumisesta. Jotkut asukkaista saattoivat joskus myös olla huolissaan siitä missä Poju on, joka myös osoittaa heissä omalla tavallaan positiivisten tunteiden, kuten kaipauksen, nousemista pintaan.

Työntekijä, joka on enimmäkseen päivätoiminnan puolella, kertoi joskus miettineensä sitä, että jos Pojua ei enää olisikaan, niin huomaisiko sitä kukaan pienkodin asukkaista. Hän mietti, että asukkaiden tunteet ovat sen verran latistuneet, etteivät he välttämättä osaisi sitä niin kaivata. Tähän ajatukseen toista kantaa kuitenkin antaa asukkaitten haastatteluissa itse kertomansa huoli siitä, että Pojusta joskus aika jättää kun siitä ei millään tahtoisi luopua.

Dementiaa sairastavan asukkaan haastattelusta voi saada sellaisen kuvan, ettei häntä niin kauheasti kiinnosta Pojun oleminen Luhurikassa. Työntekijät kertoivat kuitenkin juuri hänestä, kuinka hänestä huomaa, että kissa on hänelle tosi tärkeä. Hän tykkää kuulemma silittää paljon kissaa ja huomioi sitä aivan erilailla kuin pienkodin mielenterveysasiakkaat. Kaikki asiakkaat eivät koske tai silitä kissaa, mutta kyseinen asukas kutsuu kissaa aina luokseen. Vaikka dementikon muisti ja muut toiminnot voivat olla hyvinkin huonot, niin kissan silittäminen ja lähellä pitäminen ovat hänelle selkeästi tärkeitä. Kissa on tuonut dementikolle siis ajoittain omalta osaltaan myös arjessa nykyhetkessä elämisen taitoa.

Työntekijöillä oli hieman eri näkemyksiä siitä kiinnostavatko vierailevat eläimet asukkaita vai eivät. Toinen, joka ei niin paljon pienkodin puolella ole ollut kertoi, että pienkodin asukkaat eivät ole olleet kiinnostuneita oloisia Luhurikassa vierailulla olleista eläimistä. Toinen taas, joka on nimenomaan pienkodin puolella töissä, kertoi, että asukkaat ovat kiinnostuneita kaikista vierailevista eläimistä. Kun vein omat kissani päivätoiminnan ja pienkodin puolelle, kummassakin paikassa kissani aiheuttivat selvästi iloa ja kiinnostusta, ja niistä kyseltiin, ja jotkut silittivät niitä myös pienkodin puolella. Kissani toivat päivätoiminnan kävijöiden ja pienkodin asukkaiden kasvoille hymyä ja innostusta. Myös työntekijöille Pojun oleminen Luhurikassa tuntuu

olevan hyvin tärkeää, ja mieltä nostattava asia, ja he tykkäävät kovasti myös vierailevista eläimistä.

Haastattelujeni perusteella on suositeltavaa koettaa ottaa lemmikkejä myös erilaisten mielenterveysasiakkaitten, kuten skitsofreenikkojen, seuraksi ja kuntoutuksen tueksi. Lemmikki voi todella tukea mielenterveysasiakkaiden kuntoutumista hyväksymällä kaikki aina sellaisina kuin he ovat, ja ilahduttavalla ja myönteisiä tunteita tuovalla läsnäolollaan. Toki lemmikkien tulee olla kuhunkin paikkaan soveltuvia, ja jos kyseessä on juuri jokin pienkoti tai laitos, toki esimerkiksi erilaiset mielipiteet asiasta ja mahdolliset allergiat on otettava huomioon.

7.2 Eettiset kysymykset

Tein opinnäytetyöni ja haastattelut eettisesti, haastateltavien yksityisyyttä kunnioittaen. En käytä opinnäytetyössäni kenenkään nimiä, ja hävitän haastattelut kokonaan sitten kun en enää niitä tarvitse, eli viiden vuoden jälkeen opinnäytetyön valmistumisesta. Sen ajan säilytän Luhurikasta saatuja aineistoja lukollisessa kaapissa. En myöskään laittanut työhöni haastateltavien omien lemmikkien nimiä heidän yksityisyyden suojan parantamiseksi. En käytä haastatteluja mihinkään muuhun käyttöön kuin opinnäytetyöhöni.

Kaikki tulivat haastatteluihin omasta tahdostaan, eikä ketään painostettu siihen, ja ilmapiiri oli hyvä. Kohtelin myös Luhurikan asiakkaita, ja toki myös työntekijöitä, ystävällisesti ja arvostavasti, huomioiden jokaisen yksilön ainutlaatuisuuden ja tärkeyden.

Tiivistin aineistojani niin, että pystyin tarkastelemaan teorialähtöisten aineistojen ja haastattelujen välisiä yhteyksiä ja aiheeseen liittyviä ilmiöitä. En löytänyt eroavaisuuksia käyttämieni erilaisten tutkimusaineistojen tuloksien välillä, vaan selkeää ja yhtenäistä tietoa aiheesta. Löytämästäni teoriasta saatu tieto varmasti ohjasi osittain haastattelujeni analyysia. Pyrin kuitenkin

esittämään haastatteluista saamani tiedot niin, etten tulkitse niitä liikaa, ja annan litteroiduista haastatteluista poimittujen useiden suorien lainausten puhua puolestaan. Toki poimin haastatteluista työhöni omasta mielestäni oleellisimmat aiheeseen liittyvät asiat, ja tein niiden pohjalta omia johtopäätöksiä haastattelujen tuloksista peilaten niitä samalla muihin tutkimustuloksiin.

Erittelen työssäni lemmikkien tuomia fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia vaikutuksia. Lemmikkien avulla voi tuottaa esimerkiksi paljon mielihyvää, mikä tarkoittaa sitä, että ihmisen psyykkinen, emotionaalinen tarve saa vastakaikua eläimiltä. Fyysisiä vaikutuksia on, että eläimet voivat aktivoida asiakkaita jonkin verran liikkumaan, esimerkiksi kun kissaa mennään katselemaan pihalta tai koira viedään lenkille. Lemmit saavat asiakkaita myös havainnoimaan ja osallistumaan kissan hoitoon ja siitä huolehtimiseen.

Lemmikeillä voi olla paljon erilaisia merkityksiä erilaisten sairauksien tai esimerkiksi syrjäytymisen ennalta ehkäisemisessä, tai ne voivat olla erilaisten ihmisten tehokkaamman kuntoutumisen apuna ihmisten erilaisissa elämäntilanteissa. Lemmit voivat parhaimmillaan antaa jopa elämälle tarkoitusta, opettaa arvostamaan itseään, luottamaan itseensä paremmin ja auttaa luomaan esimerkiksi uusia sosiaalisia kontakteja.

7.3 Luotettavuuden pohdinta

Koen, että opinnäytetyöni on luotettava siinä mielessä, että olen käyttänyt teoriaosuudessa luotettavia lähteitä, ja haastatteluista sain täysin luotettavaa tietoa aiheeseen liittyen asianomaisilta itseltään, sillä vastaukset ovat heidän aitoja omia kokemuksiaan. En voi sanoa, olisivatko tutkimustulokseni kenties jollain lailla erilaisia, jos minulla olisi enemmän vertailukohtia, ja haastatteluja paljon useammalta mielenterveysasiakkaalta tai työntekijältä aiheeseen liittyen. Opinnäytetyöni kertoo kuitenkin ainakin sen miten lemmikki ja lemmikit ovat vaikuttaneet juuri Luhurikan asiakkaisiin.

Kaikki muut löytämäni tutkimukset myös tukivat omani tuloksia. Esimerkiksi Elisa Tuunasen tekemässä opinnäytetyössä (Nelijalkainen hoitaja-eläimet mielenterveyttä tukemassa, 2008) oli tullut samanlaisia tuloksia mielenterveysasiakkaitten kokemuksista lemmikkieläimistä. Tuunanen oli havainnut tutkimuksessaan esimerkiksi kuinka koira oli tuonut paljon iloa ja rentoutunutta ilmapiiriä hänen tutkimuksessaan mukana olleiden mielenterveysasiakkaitten keskuuteen, ja he kokivat eläinten koskettamisen lohduttavaksi ja rauhoittavaksi. (Tuunanen 2008, 46–47) Joidenkin aiheeseen liittyvien aineistojen tutkimusten alkuperää oli hieman vaikea selvittää, ja joidenkin alkuperää en löytänyt ollenkaan. Siksi en voinut käyttää kaikkia löytämiäni aiheeseen liittyviä tutkimuksia, mutta käyttämäni lähteet pitäisivät olla luotettavia.

7.4 Lopuksi

Jos lemmikeillä on näin suuret määrät erilaisia positiivisia vaikutuksia erilaisiin ihmisiin tuntuu oudolta, ettei eläimiä ole juurikaan käytetty hoidossa ja kuntoutuksessa jo paljon aikaisemmin ja enemmän. Ehkä koko asiaan ei vain ole kiinnitetty jostain syystä tarpeeksi huomiota? Toivon, että opinnäytetyöni voi omalta osaltaan olla valaisemassa ja muistuttamassa eläinten hienoista ominaisuuksista ja moninaisista hienoista vaikutuksista ihmisiin, ja innostaa hyödyntämään eläinten tarjoamia mahdollisuuksia myös työelämään sovelletuna, ja mielikuvitus voi toimia rajana. Itse tykkäisin löytää joskus jonkun työn, jossa voisin hyödyntää rentouttavia ja rauhoittavia lemmikkejä asiakkaitten hyväksi.

Täytyy myöntää, että myös tämän opinnäytetyön tekeminen tuntui mukavammalta kuin vierelle tai syliin tuli välillä kiehnäämään kehräävät, suloiset ja onnelliset kissat. Ne ovat opettaneet minulle itselleni paljon esimerkiksi elämänasenteesta, rentoutumisesta ja siitä, että turhaa ei kannata hätäillä tai murehtia, asiat aina järjestyvät. Nämä asiat muistuvat minulle monesti mieleen jo pelkällä kissojeni katselemisella, kun ne makaavat rennosti ja tyytyväisinä jossain, ja katselevat minua rauhoittavasti ja aina hyväksyvästi. Tun-

tui myös oudolta kun löysin yhtäkkiä itseni aamulenkeiltä, kun minulla oli hoidossa koira kymmenen päivää opinnäytetyön tekemisen aikoihin. Niin ei ole koskaan ennen tapahtunut, enkä koskaan olisi uskonut niin käyvän. Lemmikit voivat siis todella saada aikaan ihmeitä.

Kuvassa on omat rakkaat kissani ja ”terapeutini”, Pörrö ja Pulla.



LÄHTEET

Barker, S, Dawson, K. 1995. The Effects of Animal-Assisted Therapy on Anxiety Ratings of Hospitalized Psychiatric Patients. Viitattu 28.10.2014.
<http://ps.psychiatryonline.org/data/Journals/PSS/3490/797.pdf?resultClick=1>

Baxterin www-sivut. 2014. Viitattu 27.10.2014.
http://www.baxter.fi/hoitohenkilosto/terapia_alueet/immunoglobuliinit/index.html

FSD:n www-sivut. Viitattu 30.7.2014.
http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3.html
http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_3.html

GreenCare Finlandin www-sivut. Viitattu 20.10.2014.
<http://www.gcfinland.fi/MitaOnGreenCarePaavalikko>

Henry Ford Health Systemin www-sivut. 2011. Viitattu 27.10.2014.
<http://www.henryford.com/body.cfm?id=46335&action=detail&ref=1427>

Hoivaosuuskunta Luhurikan www-sivut. Viitattu 30.7.2014.
<http://personal.inet.fi/yritys/hoivaosuuskunta.luhurikka/esittely.htm>

Ikäheimo, K. T. 2013. Karvaterapiaa – eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Yliopistopaino.

Rautiainen, S-M. T. 2011. Ratsastusterapia. Juva: Bookwell Oy.

Ruukki, J. 2004. Joko teillä on nelijalkainen terapeutti. TIEDE 4, 16–19.

Suomen Karvakavereitten www-sivut. Viitattu 29.10.2014.
<http://suomenkarvakaverit.fi/luetaan-koiralle>

Terve:n www-sivut. Viitattu 25.10.2014. <http://www.terve.fi/terveyden-abc/lemmikkien-terveysvaikutukset>

Tuunanen, E. 2008. Nelijalkainen hoitaja-eläimet mielenterveyttä tukemassa. AMK-opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu Diak Etelä, Helsinki. Viitattu 29.10.2014.
http://kirjastot.diak.fi/files/diak_lib/Helsinki2008/0fa12c_Helsinki_Tuunanen_2008.pdf

Uyemura, B-A. 2014. The Truth About Animal-Assisted Therapy. Viitattu 27.10.2014. <http://psychcentral.com/lib/the-truth-about-animal-assisted-therapy/00010295>

Vartiovaara, I. 2006. Lemmikkieläimet ja ihmisen terveys. Viitattu 25.8.2014.
http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=onn00009

Vernen www-sivut. Viitattu 29.10.2014.
<http://www.tut.fi/verne/tutkimusmenetelmat/tiedon-analysointi/>

Villanutun www-sivut. Viitattu 25.8.2014 <http://www.villanuttu.fi/elaimet/>

Zisselman, M, Rovner, B, Shmuely, Y, Ferrie, P. 1996. A Pet Therapy Intervention With Geriatric Psychiatry Inpatients. Viitattu 28.10.2014.
<http://ajot.aota.org/article.aspx?articleid=1862311&resultClick=1>

HAASTATTELUKYSYMYKSET LUHURIKKAAN

Kysymykset asukkaille:

1. Onko itselläsi ollut eläimiä? Mitä ajattelet niistä?
2. Mitä hyviä asioita Poju on tuonut Luhurikkaan? Entä mitä huonoja asioita, onko semmoisia?
3. Kuinka tärkeää sinulle on, että Poju on Luhurikassa?
4. Millainen olo sinulla tulee Pojun seurassa?
5. Mikä Pojussa on mielestäsi parasta?
6. Millä tavoin Poju on vaikuttanut mielialaasi?
7. Mitä muita vaikutuksia Pojulla on ollut elämääsi?
8. Millaista oli ennen Pojua ja nyt? Mitä on muuttunut?
9. Miten Poju on muuttanut sinua?
10. Mitä olet pitänyt muiden eläinten vierailuista täällä?

Kysymykset päivätoiminnan kävijöille joilla on omia lemmikkejä:

1. Onko itselläsi eläimiä? Mitä ajattelet niistä?
2. Mitä hyviä asioita lemmikkisi on tuonut elämääsi? Entä mitä huonoja asioita?
3. Miten tärkeä lemmikkisi on sinulle?
4. Millainen olo sinulla tulee lemmikkisi/lemmikkiesi seurassa?
5. Mikä lemmikissäsi/lemmikeissäsi on parasta?
6. Millä tavoin lemmikkisi on vaikuttanut mielialaasi?
7. Mitä muita vaikutuksia lemmikilläsi/lemmikeilläsi on ollut elämääsi?
8. Millaista oli ennen lemmikkejasi ja nyt? Mitä on muuttunut?
9. Miten lemmikkisi on muuttanut sinua?
10. Miten Pojun oleminen päivätoiminnassa on vaikuttanut sinuun ja itse päivätoimintaan?
11. Mitä olet pitänyt muiden eläinten vierailuista Luhurikassa?

Kysymykset työntekijöille:

1. Onko itselläsi tai onko sinulla ollut eläimiä? Mitä ajattelet niistä?
2. Minkälaisia vaikutuksia olet huomannut Pojulla olevan asiakkaisiin?

(Oletko huomannut Pojulla olevan vaikutuksia asiakkaiden mielialaan tai muuten elämään?)

3. Onko jokin muuttunut siitä kun Pojua ei vielä ollut Luhurikassa?

4. Miten tärkeäksi koet Pojun olemisen Luhurikassa asiakkaiden kannalta?
Entä itsesi kannalta?

5. Mikä on Pojun hienoin vaikutus asiakkaisiin? Entä sinuun?

6. Oletko havainnut Pojun aiheuttavan huonoja vaikutuksia asiakkaisiin?

7. Mitä asiakkaat ovat kertoneet tai kommentoineet teille Pojusta?

8. Miten olet huomannut asiakkaiden suhtautuvan muihin Luhurikassa vierailuviin eläimiin? Mitä itse pidät vierailevista eläimistä?