

Opinnäytetyö (AMK)  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Sosiaalipalvelutyö  
2015

Katriina Melkkilä

# "MÄ VOIN PAREMMIN, JOS MÄ TULEN TÄNNE"

–Kokemuksia kuntouttavasta työtoiminnasta  
hevostallilla



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU  
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

OPINNÄYTETYÖ (AMK) | TIIVISTELMÄ

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaalialan koulutusohjelma | Sosiaalipalvelutyö

2016 | Sivumäärä

Liisa Pirinen

**Katriina Melkkilä**

## "MÄ VOIN PAREMMIN JOS MÄ TULEN TÄNNE"

- Kokemuksia kuntouttavasta työtoiminnasta hevostallilla

Hyvinvointia Hevostoiminnalla ry tarjoaa kuntouttavaa työtoimintaa pitkäaikaistyöttömille. Toiminta tapahtuu maatilanomaisessa ympäristössä hevostallilla. Olin kyseisessä paikassa työharjoittelussa kolme kuukautta loppusyksystä 2014 alkukevääseen 2015.

Tutkimuksen tavoitteena oli saada tietoa Hyvinvointia Hevostoiminnalla ry:n kuntouttavan työtoiminnan asiakkaiden kokemuksista toiminnan ja sen ympäristön vaikutuksista elämönhallintaan ja jaksamiseen. Tulosten avulla yhdistyksen on mahdollista kehittää palveluaan asiakaslähtoisemmäksi. Lisäksi hevostalli kuntouttavan työtoiminnan ympäristönä on suhteellisen uusi. Tutkimuksen tarkoitus oli lisätä tietoisuutta hevostalliympäristön ja kuntouttavan työtoiminnan vaikutuksista.

Tutkimus on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus ja se toteutettiin teemahaastattelumenetelmää käyttäen. Haastattelut tehtiin keväällä 2015 yksilöhaastatteluina. Haastatteluihin osallistui viisi Hyvinvointia Hevostoiminnalla ry:n järjestämän kuntouttavan työtoiminnan asiakasta. Haastateltavista kaikki olivat naisia, heistä neljä oli alle 25 -vuotiasta ja yksi yli 30 vuotias. Haastatelussa tiedusteltiin asiakkaan motivaatiota käydä toiminnassa, ympäristön ja yhteisön vaikutuksia sekä sitä, miten toiminta näkyy asiakkaiden elämönhallinnassa.

Tutkimuksen tulokset osoittavat, että toiminta tuo paljon sisältöä asiakkaiden elämään ja aktivoi heitä. Arkirytmien korjaantuminen oli tavoite, joka kaikilla toiminnan myötä parantui. Kaikki kokivat hevosten ja tallilla olevan yhteisön auttavan heitä nousemaan aamuisin ylös ja lähtemään kotoaan liikkeelle. Toiminta koettiin mielekkääksi ja hyödylliseksi, mikä oli merkityksellistä toimintaan sitoutumisessa.

ASIASANAT:

Kuntouttava työtoiminta, elämönhallinta, green care, yhteisö

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Degree programme of social services | Social service work

2016 | Total number of pages

Liisa Pirinen

Katriina Melkkilä

## “I FEEL BETTER, IF I COME HERE”

### - Experiences of rehabilitative work at a horse stable

Hyvinvointia Hevostoiminnalla registered association offers rehabilitative work experience for the long-term unemployed. Work experience takes place in a farm-like environment at a horse stable. I did a three month internship at concerned horse stable between late autumn 2014 and early spring 2015.

The objective of this study was to gather information about experiences and rehabilitative work experience's environment's impacts on Hyvinvointia Hevostoiminnalla registered association rehabilitative work experience participants' management of their lives and coping. With the outcome of this study it is possible for the Hyvinvointia Hevostoiminnalla registered association to create their service more customer oriented. In addition a horse stable as an environment for rehabilitative work experience is fairly novel. The purpose of this study was to improve the awareness of a horse stable environment's and rehabilitative work experience's effects.

This is a qualitative study that was implemented using the theme interview method. The interviews took place in individual interviews spring 2015. Five Hyvinvointia Hevostoiminnalla registered association rehabilitative work experience's clients participated in interviews. All five interviewees were female. Four of them were under 25 years old and one over 30 years old of age. In interviews the client's motivation to keep participating the workfare, the effects of the environment and the workfare's society as well as the impacts of the workfare to participants' management of their lives were questioned.

The results of the study indicate that the workfare brings plenty of content to participants' lives and activates them. An important aim was the improvement of weekday rhythm. Every participant met this goal in this study. All participants felt that the horses and the horse stable's society assisted them to get up in the mornings and to get in motion. The workfare was experienced as a meaningful and beneficial activity, which was significant in the commitment to the workfare.

Keywords:

Rehabilitative work experience, management of life, Green Care, society

# SISÄLTÖ

<b>1 JOHDANTO</b>	<b>3</b>
<b>2 KUNTOUTTAVA TYÖTOIMINTA GREEN CARE -YMPÄRISTÖSSÄ</b>	<b>5</b>
2.1 Kuntouttava työtoiminta pitkäaikaistyöttömiä aktivoimassa	5
2.2 Green Care -kuntouttavan työtoiminnan menetelmänä	10
2.3 Hevostallilla yhteisö on keskeinen elementti	15
2.4 Elämänhallinta kuntouttavan työtoiminnan tavoitteena	17
<b>3 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN</b>	<b>21</b>
3.1 Tutkimuksen tarve, tavoitteet ja tutkimustehtävät	21
3.2 Haastateltavat ja aineiston keruu	22
3.3 Aineiston analyysi	23
<b>4 TUTKIMUKSEN TULOKSET</b>	<b>26</b>
4.1 Haastateltavien esitiedot	26
4.2 Asiakkaan motivaatio ja hakeutuminen toimintaan	26
4.3 Kuntouttavan työtoiminnan Green Care -ympäristön vaikutukset asiakkaaseen	28
4.4 Kuntouttavan työtoiminnan yhteisön vaikutukset asiakkaaseen	29
4.5 Kuntouttavan työtoiminnan vaikutukset asiakkaan elämänhallintaan	31
<b>5 POHDINTA</b>	<b>34</b>
5.1 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	34
5.2 Tulosten tarkastelu	36
5.3 Ammatillinen kasvu	40
<b>LÄHTEET</b>	<b>42</b>

## LIITTEET

Liite 1. Haastattelurunko

Liite 2. Suostumus haastatteluun osallistumisesta

## KUVIOT

Kuvio 1. Kuntouttavan työtoiminnan asiakkaat iän ja sukupuolen mukaan 2010 ja 2013. (Kuntouttava työtoiminta 2013 - Kuntakyselyn osaraportti, 2014).

## JOHDANTO

Kuntouttavalla työtoiminnalla on kaksi tavoitetta toinen niistä on ohjata pitkään työttömänä ollut asiakas työhön tai ensiin työllistymistä edistäviin toimenpiteisiin. Toinen tavoite on parantaa asiakkaan elämänhallintakykyä. Kuntouttava työtoiminta on yhteiskunnallisesti tärkeä palvelu, sillä sen tavoitteiden toteutuessa ja työttömän työllistyessä se säästää yhteiskunnan varoja. Tutkimukseni ei kuitenkaan käsittele kuinka tämä edellä mainittu tavoite toteutuu vaan yleisesti haluan tietää millaisia vaikutuksia kuntouttavalla työtoiminnalla on asiakkaiden elämänhallintaan ja millaisia merkityksiä hevostalli kuntouttavan työtoiminnan ympäristönä antaa asiakkaille. Tutkimukseni keskittyy enemmän toiseen tavoitteeseen eli siihen mitä vaikutuksia kuntouttavalla työtoiminnalla, sen ympäristöllä ja yhteisöllä on asiakkaan elämänhallintaan.

Hyvinvointia Hevostoiminnalla ry on tarjonnut kuntouttavan työtoiminnan palvelua talli- ja maatilaympäristössä 2014 vuoden alusta lähtien. Yhdistyksen tarkoituksena on edistää erityistä tukea tarvitsevien ja syrjäytymisvaarassa olevien lasten, nuorten sekä aikuisten fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia. Tarkoituksensa toteuttamiseksi yhdistys tarjoaa yhtenä palvelumuotonaan kuntouttavaa työtoimintaa talli- ja maatilaympäristössä. Palvelu on suunnattu syrjäytymisvaarassa oleville nuorille ja pitkäaikaistyöttömille. (HHRY 2014.)

Teoriaosuudessa käsittelen kuntouttavaa työtoimintaa, mitä Green Care toiminta on ja mitä sana elämänhallinta pitää sisällään ja miten se näkyy yhtenä kuntouttavan työtoiminnan tavoitteena. Kuvailen hieman myös minkälaista kuntouttava työtoiminta on juuri kyseisellä hevostallilla, missä tutkimukseeni osallistuvat asiakkaat käyvät. Tulososassa esittelen toteuttamieni haastattelujen tulokset miten kyseinen kuntouttava työtoiminta, sen ympäristö ja yhteisö on vaikuttanut asiakkaiden elämänhallintaan ja millaisia merkityksiä se on antanut

heidän elämäntilanteeseen. Lopuksi tarkastelen tutkimuksen tuloksia, pohdin tutkimuksen luotettavuutta, eettisyyttä ja omaa ammatillisuuttani.

Tutkimusaiheen valinta perustui omaan mielenkiintoni siitä millaisia kuntouttavia vaikutuksia hevostalliympäristöllä voi aikuisille ihmisille olla. Olen itse harrastanut ja tehnyt töitä hevosten kanssa pitkään ja olen kiinnostunut millaisia muita kuin urheilullisia tavoitteita voi hevosten kanssa. Onko esimerkiksi hevostalliympäristö kuntoutumisen näkökulmasta tuloksellinen.

Kuntoutava työtoiminta on kehitetty parantamaan pitkäaikaistyöttömien elämänhallintaa ja lisäämään mahdollisuuksia työllistyä (TE-palvelut 2014). Työttömiä oli Suomessa syyskuussa 2015 225 000 henkilöä, joka oli 7000 enemmän kuin viime vuonna samaan aikaan (Tilastokeskus 2015). Yhteiskunnassamme työttömyyden kustannukset ovat olleet nousussa. Viime vuonna työttömyys maksoi kelalle ja työttömyyskassoille 4,76 miljardia euroa (Taloussanomien 2015). On siis tärkeää kehittää kustannustehokkaita palveluita. Kuntouttava työtoiminta hevostalliympäristössä on suhteellisen uusi palvelunmuoto, siksi on tärkeää saada tietoa palvelunmuodosta sen vaikutuksista ja tehokkuudesta.

Asiakas hakeutuu Hyvinvointia Hevostoiminnalla yhdistyksen toimintaan kaupungin palveluiden, kuten KOHO:n (nuorille suunnattu työllistymispalvelu) tai työvoimatoimiston kautta. Osa asiakkaista on hakeutunut myös itsenäisesti ja jo paikan tiedettyään hakeneet kuntouttavan työtoiminnan paikkaa kaupungilta. Asiakkaat ovat itse saaneet vaikuttaa siihen mihin kuntouttavan työtoiminnan palvelun pisteeseen he itse haluaisivat osallistua. Siksi monilla olikin jo aikaisempaa hevostaustaa. Tutkimukseni aineisto koostuu viiden toiminnassa käyvän asiakkaan haastatteluista. Aineiston olen kerännyt helmikuussa 2015.

# KUNTOUTTAVA TYÖTOIMINTA GREEN CARE - YMPÄRISTÖSSÄ

## 1.1 Kuntouttava työtoiminta pitkäaikaistyöttömiä aktivoimassa

Aktiivisen työvoima- ja sosiaalipolitiikan tavoitteena on parantaa pitkään työttömänä olleiden asiakkaiden työllistymismahdollisuuksia (Lindqvist & Oksala 2001, 13). Työttömyyden alentaminen ja työllisyysasteen nostaminen ovat olleet keskeisiä tavoitteita yhteiskunnassamme jo pitkään (Tem 2014). Sosiaali- ja työllisyyspolitiikassa työttömien sosiaaliturvaa ollaan pyritty 1990 -luvulta lähtien muuttamaan yhä enemmän vastikkeelliseksi (Ala-Kauhaluoma 2005, 42). Taustalla on sosiaalipoliittinen ideologia, jossa pyritään ihmisiä saamaan passiivisesta eli sosiaaliturvavetoisesta aktiiviseen eli palkkavetoiseen työelämään (from welfare to workfare) (Tuusa 2005, 14).

Suomessa keskeisiä aktivointipolitiikan uudistuksia ovat olleet muun muassa työmarkkinatuen määräaikainen pidättäminen nuorilta sekä toimeentulotuen määräaikainen alentaminen (1996), työnhakusuunnitelma (1998), aktivointisuunnitelma osana kuntouttavaa työtoimintaa (2001) ja työmarkkinatuen aktivointiehto (2006). Suomessa on Pohjoismaisen perinteen mukaan painotettu enemmän työttömien työllistämisen mahdollistavaa ja tukevaa toimintaa, kuten erilaisten palvelumuotojen käyttöä. Nyt enenevässä määrin ollaan otettu käyttöön erilaisia sanktioita aktiivitoimiin osallistumisen lisäämiseksi. (Karjalainen & Keskitalo 2013, 12; Julkunen 2013, 18.)

Työ vaatii nykyisessä yhteiskunnassamme yhä enemmän psykososiaalisia taitoja. Työelämän pelisäännöt sekä elämäkulun ja elämäntilanteiden yksilöllistyminen ovat vaikuttaneet uudella tavalla turvattomuuden tunteen syntyyn. Työelämä, koulutus ja yhteiskunnalliset muutokset nivoutuvat toisiinsa ja vaikuttavat välillisesti syrjäytymiseen. 2000 -luvulla elävät aikuistuvat erilaiseen yhteiskuntaan. Rakenteellinen työttömyys on laajentunut. Työttömyys

on yhteiskunnassamme suurimpia haasteita. (Eduskunnan tarkastusvaliokunnan julkaisu 2013, 59.)

Aktivoinnilla on perinteisesti kaksi pääsuuntausta, jotka pyrkivät 1) työkeskeisiin tai velvoittaviin toimenpiteisiin 2) Inhimillistä pääomaa kehittäviin tai mahdollistaviin toimenpiteisiin (Karjalainen & Keskitalo 2013, 8-9). Aktiivisen työvoima- ja sosiaalipolitiikan yksi keskeinen toimintamuoto on kuntouttava työtoiminta. Kuntouttavalla työtoiminnalla on kaksi tavoitetta ohjata pitkään työttömänä ollut asiakas joko työhön tai ensin työllistymistä edistämiin toimenpiteisiin. Toinen tavoite on parantaa asiakkaan elämänhallintakykyä. (Lindqvist & Oksala 2001, 13.)

Kuntouttavan työtoiminnan laki astui voimaan vuonna 2001. Lain avulla työllistymisen edistämiseen ja syrjäytymisen torjuntaan pyritään työvoima- ja sosiaaliviranomaisten tehostetun yhteistyön, velvoittavuuden ja aktivoivien toimenpiteiden avulla. Laki kuntouttavasta työtoiminnasta kytkee oikeuden vähimmäisturvaan entistä tiiviimmin työhön. (Ala-Kauhaluoma ym. 2004, 3.) Kuntouttavan työtoiminnan laki (1372/2014) velvoittaa kuntien järjestämään kuntouttavaa työtoimintaa lain mukaisesti riippumatta järjestämistavasta ja aktivointisuunnitelmassa tai monialaisessa työllistymissuunnitelmassa määritellyllä tavalla.

Kunta voi järjestää kuntouttavaa työtoimintaa itse tai se voi tehdä kirjallisen sopimuksen sen järjestämisestä muun palvelun tarjoajan toimesta. Näitä järjestäviä tahoja voivat olla toinen kunta, kuntayhtymä, rekisteröity yhdistys, rekisteröity säätiö, valtion virasto tai rekisteröitynyt uskonnollinen yhdyskunta. Yritykset eivät voi tuottaa palvelua, koska pyritään välttämään ettei asiakkaiden työpanosta käytetä taloudellisen hyödyn saavuttamiseen. Kuntouttavassa työtoiminnassa ei synny virka- tai työsuhdetta toimintaa järjestävän tai toteuttavan tahon ja asiakkaan välille. (STM 9/2014.)

Tutkimusten mukaan ohjautuminen kuntouttavaan työtoimintaan tapahtuu tyypillisesti työvoiman palvelukeskuksen tai työ- ja elinkeinotoimiston kautta (Tammelin 2010, 51). Kuntouttavan työtoiminnan asiakas on henkilö, joka



nostaa työttömyyden perusteella toimeentulotukea ja/tai työmarkkinatukea (Lindqvist & Oksala 2001, 13). Kuntouttava työtoiminta ei ole tarkoitettu työttömille henkilöille, jotka pystyisivät osallistumaan julkisiin työvoimapalveluihin tai työhön (STM 9/2014).

Lakitasolla kuntouttavan työtoiminnan kesto ollaan pyritty määrittelemään hyvin joustavasti. Kuntouttavan työtoiminnan jakso on vähintään kolme kuukautta ja enintään 24 kuukautta. Päivittäisen toiminnan tulee olla kestoaltaan vähintään neljä tuntia ja enintään kahdeksan tuntia. Viikossa kuntouttavaa työtoimintaa tulee järjestää vähintään yhtenä päivänä enintään viitenä päivänä viikossa. (Lindqvist & Oksala 2001, 49.)

Kuntouttavan työtoiminnan lisäksi laki velvoittaa työvoimaviranomaisia ja kuntaa laatimaan yhteistyössä asiakkaan kanssa hänelle aktivointisuunnitelman. 2001 astuneen lain tavoitteena oli luoda myös yhtenäiset puitteet koko maahan pitkäaikaistyöttömien työllistymismahdollisuuksien parantamiseksi. (Lindqvist & Oksala 2001, 13.) Pitkäaikastyötön on henkilö, joka tutkimusajankohtana on ollut yhtäjaksoisesti työttömänä 12 kuukautta tai pidemmän ajan (Tilastokeskus). Työmarkkinatukea saaneet alle 25 -vuotiaat kuuluvat kuitenkin kuntouttavan työtoiminnan lain piiriin jo 8,5-12 kuukauden työttömyyden jälkeen. (Lindqvist & Oksala 2001, 14).

Aktivointisuunnitelmassa kartoitetaan elämäntilannetta ja mietitään toimenpiteitä, jotka tukisivat asiakkaan työllistymistä. Viranomaiset kutsuvat henkilön, joka täyttää kuntouttavan työtoiminnan laissa säädetyt edellytykset työttömän aktivointisuunnitelman laadintaan toimeentulotuen ja työmarkkinatuen jatkuttua lain määräämän ajan mukaan. Kuntouttava työtoiminta suunnitellaan yksilöllisesti työ- ja toimintakyvyn sekä osaamisen mukaan niin että se tukisi mahdollisimman paljon tulevan työpaikan tai koulutuksen löytymistä. (Ala-Kauhaluoma 2005, 42.)

Kuntouttavan työtoiminta ja siinä tehtävä aktivointisuunnitelma ovat syntyneet yhteiskunnan huolesta sille kasvavista kustannuksista. Yksilöllisestä näkökulmasta tavoitteena on sosiaalisen osallisuuden lisääminen, yksilön

oikeuksien ja velvollisuuksien toteutuminen. Yleinen toiminnan pyrkimys on sosiaaliturvan tiukempaan ehdollistamiseen ja työvoiman tarjontapuoleen liittyviin toimenpiteisiin. Aktivointi parhaimmillaan palvelee yksilöä sekä yhteiskuntaa. Yksilön kannalta se parantaa työllistymisvalmiuksia ja ehkäisee työttömyyden negatiivisilta puolilta, kuten syrjäytymiseltä. Yhteiskunnan kannalta se lisää työvoiman tarjontaa, vahvistaa integraatiota ja alentaa kustannuksia. (Ala-Kauhaluoma 2005, 43.)

On tehty paljon tutkimuksia siitä, mitä vaikutuksia asiakkaalle on ollut kuntouttavasta työtoiminnasta. Ala-Kauhaluoman ym. (2004, 142) tutkimukseen osallistujista 73% pitivät parempana vaihtoehtona kuntouttavaan työtoimintaan osallistumista kuin jos eivät olisi osallistuneet. Karjalaisen ja Karjalaisen (2010, 58) raportissa 82% vastanneista pitivät kuntouttavaa työtoimintaa tarpeellisena sekä Tammelinin (2010, 60) tutkimuksessa 90%. Melko vähän on tehty tutkimusta siitä miten hyvin kuntouttavan työtoiminnan jälkeen työllistytään (Sandelin 2014, 14). Kuntakyselyn osaraportissa 2013 kartoitettiin tietoja kuntouttavasta työtoiminnasta. Kunnilta kysyttiin, mihin henkilöt siirtyvät kuntouttavan työtoiminnan jakson jälkeen vastanneista vain 3 prosenttia vastasi tähän työllistymisen. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2014, 4.)

Kuntouttavasta työtoiminnasta kieltäytymisen tai sen keskeyttämisen seuraamukset ovat samanlaiset kaiken ikäisille 1.1.2010 alkaen. Kuntouttavasta työtoiminnasta kieltäytyjät tai sen kesken jättävät menettävät oikeuden työmarkkinatukeen 60 päivän aikana kieltäytymisestä ja voivat menettää enintään 20 prosenttia toimeentulotuen perusosasta. Tämä alentaminen voi olla enintään 2 kuukautta kerrallaan. Toistuvasta kuntouttavan työtoiminnan kieltäytymisestä tai kesken jättämisestä voi seurata työssäolovelvoite tai toimeentulon perusosaa voidaan leikata 40 prosentilla. (STM 14/2009.)

Kuntouttavan työtoiminnan lain taustalla on ajatus siitä, että ihmisen elämänlaatu, elämänhallinta, aktiivisuus ja työkyky vaikuttavat hänen työllistymismahdollisuuksiinsa (Ala-Kauhaluoma ym. 2004, 23). Kuntouttavan työtoiminnan tavoite on myös katkaista nuorten syrjäytyminen mahdollisimman aikaisessa vaiheessa (Lindqvist & Oksala 2001, 14). Elämänhallintaa

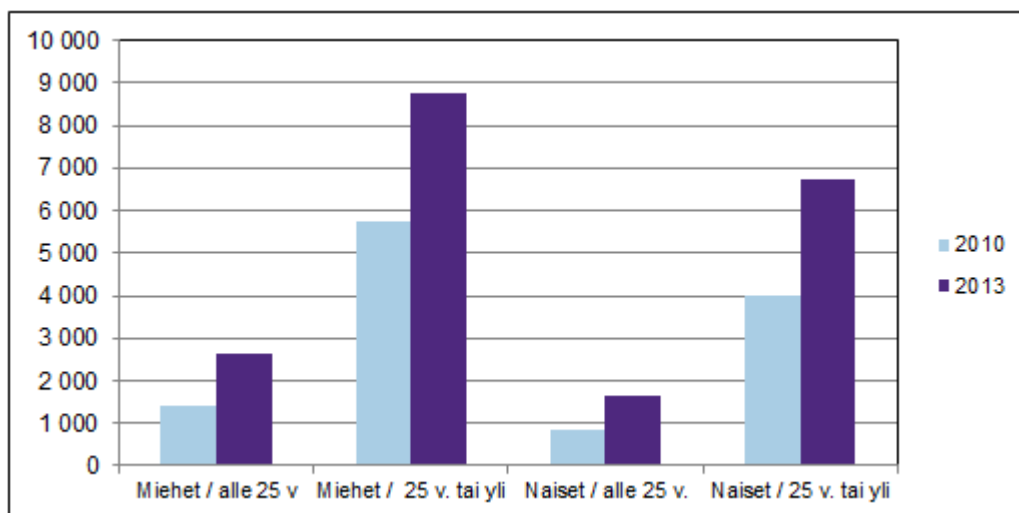
käsittelenkin myöhemmin teoriaosuudessani ja jätän työkyvyn tarkastelun vähemmälle.

Kaikki eivät kuitenkaan koe kuntouttavaa työtoimintaa oikeana vaihtoehtona itselleen (Tammelin 2010, 60). Ira Sandelin (2014) laatimassa kirjallisuus katsauksessa kielteiset kokemukset liittyvät lähinnä taloudellisiin etuuksiin, asiakkaiden tiedottamiseen, ohjaukseen sekä toiveisiin yksilöllisemmästä ohjaamisesta ja kuntouttavan työtoiminnan sisällöstä. Esille nousi Sandelinin tutkimuksessa, että asiakkaat toivoivat otettavan enemmän huomioon heidän aikaisempi kokemus mielekkäistä työtehtävistä. (Sandelin 2014, 17.)

Myös Karjalainen ym. toteavat, että aktiivitoimien tulokset ovat usein jotain aivan muuta kuin työllistymistä avoimille työmarkkinoille. Kuntouttavan työtoiminnan positiivisiksi vaikutuksiksi ovat nousseet kuntoutuminen, elämän selkiytyminen, itsetunnon vahvistuminen, ja hyvinvoinnin lisääntyminen. (Karjalainen ym. 2008, 15.)

Tammelin (2010, 59) pohtii, onko kuntouttavalla työtoiminnalla mahdollista saavuttaa työllistymisen ja koulutuksen tavoite, jos arkeen ja elämään liittyvät tekijät eivät vastaa avoimilla työmarkkinoilla tai koulutuksessa tarvittavia taitoja, tietoja ja elämäntilannetta. Siksi onkin tärkeää nähdä miten kuntouttavan työtoiminnan toinen tavoite elämäntilannan parantuminen vaikuttaa myös merkittävästi toiseen tavoitteeseen työllistymisen tai koulutuspaikan löytymiseen.

Nuorten työllistyminen on työ- ja elinkeinoministeriön strategian tärkeimpiä tavoitteita. Nuorten yhteiskuntatakuu tarkoittaa että viimeistään kolmen kuukauden kuluessa siitä kun työnhaku on alkanut nuorelle tarjotaan hänen palvelutarvetta vastaava palvelu tai toimenpide jolla edistetään hänen työllistymistä ja tulevaisuudessa hänen työmarkkinakelpoisuuttaan. (Winqvist 2011, 77-79.) Yksi toimenpiteistä on juuri kuntouttava työtoiminta. Alapuolella diagrammi havainnollistaa kuntouttavaan työtoimintaan osallistuvien asiakkaiden määriä iän ja sukupuolen mukaan vuosina 2010 ja 2013.



\*= Arvioitu lukumäärätieto, joka on korotettu vastausten lukumäärästä väkiluvusta lasketun vastausprosentin mukaisesti koko maan tilannetta vastaavaksi olettaen että, vastaamatta jättäneiden kuntien tilanne on sama kuin vastanneiden.

Kuvio 1. Kuntouttavan työtoiminnan asiakkaat iän ja sukupuolen mukaan 2010 ja 2013 (Kuntouttava työtoiminta 2013 - Kuntakyselyn osaraportti, 2014).

## 1.2 Green Care -kuntouttavan työtoiminnan menetelmänä

Green Care -toiminta on luontoon ja maaseutuympäristöön sijoittuvaa toimintaa, jonka tavoitteena on edistää ihmisen hyvinvointia ja elämänlaatua (Green Care 2015a). Hiljaisuutta, yhteisöllisyyttä, kasveja, arkirutiineja ja eläimiä voidaan käyttää hyvinvoinnin edistämiseen (Maaseutupolitiikan yhteistyöryhmä 2010). Suomennettuna Green Care tarkoittaa vihreää hoivaa. Hyvinvoinnin vaikutuksia saavutetaan luonnon elvyttävyyden, osallisuuden ja kokemuksellisuuden kautta. (Green Care 2015a.) Green Care toiminnan yksi vahvuuksista on sen soveltuvuus hyvin erilaisille asiakasryhmille (Salovuori 2014, 10).

Hassink ym. (2006) on vertaillut Euroopan ja yhdysvaltojen Green Care -toiminnan tietoja ja saanut sieltä nostettua esille kolme eri suuntausta toiminnalle. Ensimmäinen on toiminnan sijoittuminen maatilalle, jossa hyödynnetään maatilan eri resursseja. Näitä ovat esimerkiksi maataloustyöt, eläinten hoito ja luonnossa liikkuminen. Olennaista on, että maatila nähdään

kuntouttavana ympäristönä ja sitä hyödynnetään siihen. Eniten vastaavaa toimintaa on ollut Norjassa, missä koulujen ja lähimaatilojen yhteistyötä on harjoitettu jo pitkään. Myös Hollannissa on paljon panostettu hoivamaatalouteen. (Hassink 2006 Yli-Viikari ym. 2009, 10-11 mukaan.)

Toinen Green Care -suuntaus keskittyy sen terapeuttiseen hyötyyn. Tätä toteutetaan paljon puutarhaterapian avulla. Puutarhaterapiaa on käytetty etenkin Saksassa, Iso-Britanniassa ja Itävallassa. Tätä on hyödynnetty usein sairaaloiden, hoitokotien ja koulutuksien yhteydessä. (Hassink 2006 Yli-Viikari ym. 2009, 10-11 mukaan.)

Kolmas Green Care -suuntaus on hyödyntää kuntoutustyössä kotieläimiä. Eläimiä käytetään tällöin tavoitteellisesti asiakkaan kuntoutukseen, hyvinvoinnin kohentamiseen tai johonkin muuhun ennalta asetettuun tavoitteeseen. Tällöin puhutaan eläinavusteisesta terapiasta tai eläinavusteisesta toiminnasta. Eläinavusteinen toiminta lukuunottamatta ratsastusterapiaa ei ole vielä kovinkaan levinnyttä vaikka kiinnostus onkin kasvanut sitä kohtaan koko Euroopassa. Erityisesti saksankielisessä Euroopassa ja Suomessa ratsastusterapia on kasvattanut suosiotaan. Jako on karkea ja toiminnan kokonaisvaltaiseen kuvaamiseen on vielä vähän tietoa. (Hassink 2006 Yli-Viikari ym. 2009, 10-11 mukaan.)

Green Care Finland ry on yhdistys, joka toimii valtakunnallisesti Suomessa. Yhdistyksen tavoitteena on Green Care -toiminnan tunnettavuuden lisääminen ja toimialan yleisten edellytysten parantaminen. Green Care Finland ry:n toisena tavoitteena on edistää Suomessa luonto-, eläin- ja maatalavusteisten menetelmien käyttöönottoa terveys- ja hyvinvointipalveluissa. Yhdistys on mukana kehittämis- ja tutkimustoiminnassa. (Green Care Finland ry 2015b.)

Green Care – toiminnan perustana on kolme osa-aluetta, joista tärkeimpänä on luonto. Toisena tekijänä on toiminta, etenkin luonnossa tai luonnon kanssa. Kolmantena tekijänä on yhteisö, joka mahdollistaa osallisuuden, jota ihminen kokee vuorovaikutuksessa luonnon ja toisten ihmisten kanssa. Green Care – toiminnan kolme osa-aluetta tukee ammatillisuus, johon sisältyy

lainsäädännön ohjeet, eettisyys ja koulutus. Toiminta on aina tavoitteellista ja pitkäjänteinen työote edellyttää sitoutumista niin palvelun tarjoajalta kuin asiakkaaltakin. Toiminnan vastuullisuus kertoo laadusta, kestävästä kehityksestä, turvallisuudesta ja yleisestä hyvinvoinnista. (Soini ym. 2011, 323–326.)

Innovaatioiden merkitystä yhteiskunnan taloudelliselle kehitykselle korostetaan voimakkaasti. Määritelmällisesti innovaatiot ovat uusia ideoita ja asioita jotka tuottavat parempaa, enemmän, laadukkaammin tai tehokkaammin. (Soini ym 2011, 326.) Green Care -palveluilla voidaan kehittää ja täydentää suomalaista sosiaalijärjestelmää. Sen avulla voidaan esimerkiksi helpottaa asiakkaan siirtymistä laitos- ja sairaalahoidosta omaan kotiin tai tukiasuntoon. Maatiloilla voidaan järjestää päivätoimintaa tai kuntouttavaa työtoimintaa ja tuoda niiden avulla tukea ja turvaa arkeen. (Salovuori 2014, 16.)

Jo vuosikymmenten ajan on tiedostettu luontoympäristön positiiviset vaikutukset hyvinvointiin. Vaikka tieteellistä tietoa luontoympäristön parantavista vaikutuksista ei ole ollut kovin pitkään kuitenkin esimerkiksi psykiatrisia sairaaloita ollaan sijoitettu maaseutu ympäristöön jo kauan aikaa sitten. (Salovuori 2014, 7-8.) Nykyään on huomattu että esimerkiksi laitosoiloissa luonto antaa normaalin elämän tunnetta ja tuo osallisuuden ja voimaantumisen kokemuksia kuntoutujalle. (Green Care Finland 2015a). Hoito- ja kuntoutusjärjestelmä keskittyi aikaisemmin usein vain sairauden tai muun terveydellisen ongelman hoitoon. Viime vuosikymmeninä mielenkiinto luonnon hyödyntämiseen hyvinvoinnin tukemisessa on taas herännyt. Nyt nähdään miten luonnosta voi saada apua laaja-alaisemmin, kuten rentoutumiseen ja voimavarojen keräämiseen. (Salovuori 2014, 8.)

Suomessa Green Care -käsite on melko uusi. Käsite esiteltiin ensimmäisen kerran Suomessa vuonna 2006 maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskuksessa. Green Care on sateenvarjokäsite, joka sisällyttää toimintaansa hyvin erilaisia palveluita ja tapoja toteuttaa niitä. Green Care -toiminnan käsite on niin uusi että on vaikeaa arvioida kuinka paljon Green Care -toiminnan harjoittajia Suomessa on. Kaikki eivät välttämättä markkinoi

palveluaan Green Care –nimikkeellä, vaikka palvelu olisikin juuri sitä. (Vehmasto 2014, 8-10, 14.) MTT:n ja Tulevaisuuden tutkimuskeskuksen hankkeessa (2006-2008) arvioitiin Suomessa olevan noin 300 hoivapalveluita päätoimisesti harjoitettavaa maatilaa (Yli-Viikari ym. 2009, 3).

Hevosavusteinen toiminta on yksi suomalaisen Green Care -toiminnan edelläkävijöistä. Hevosen kanssa toimiminen on ennaltaehkäisevää ja ihmisen hyvinvointia lisäävää toimintaa. Hevosavusteisia kuntoutuspalveluita voidaan hyödyntää lasten, nuorten, aikuisten ja ikääntyneiden parissa. Kela korvasi ratsastusterapiaa fysio- ja toimintaterapiaa liki 1,74 miljoonalla eurolla vuonna 2013. (Laitinen & Mäkituuri 2014, 8.) Hevosen käyttäminen kuntoutuksessa on jo useassa maassa pitkään käytetty toimintamalli. Keski-Euroopassa, Yhdysvalloissa sekä Pohjoismaista Ruotsissa ja Tanskassa on talleja, jotka yhteisöllisen ja sosiaalisen kasvun näkökulmasta tekevät työtä lasten ja nuorten syrjäytymiskiirteen katkaisemiseksi ja jo syntyneiden vaurioiden korjaamiseksi. (Koistinen 2005, 4-5.) Esimerkiksi kuntouttava työtoiminta Green Care -ympäristössä on jo monissa maissa hyvin yleistä ja samanlaista toimintaa kaivattaisiin lisää Suomeenkin (Maaseutupolitiikka 2010).

Hevosella on suuri merkitys psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin edistäjänä. Hevosen kanssa voi kehittää fyysistä kuntoaan ja irtautua arjen kiireistä. Tallin sosiaalinen verkosto tarjoaa monelle rentouttavaa sosiaalista kanssakäymistä ilman työmaailman hierarkioita ja paineita. Psyykinen terveys, johon liittyy vahvasti myös emotionaalinen terveys, on yksi lajin peruspilareita. Ihmisen on tunnettava sekä hevosen että itsensä välittämät tunnetilat. Ihmisen tunnetilat heijastuvat helposti hevoseen ja tätä kautta hevosen kanssa työskentelyyn. (Hyttinen 2012, 3.)

Terveys näkyy tallin sosiaalisessa toiminnassa, sen turvallisuudessa ja arvoissa. Tallissa toiminnan keskipiste on aina hevonen ja siksi siellä on luonnostaan selkeät arvot. Nämä arvot syntyvät niistä asioista mistä hevosen hyvinvointi saadaan aikaan. Hevosen hyvinvointi koostuu pitkälti samoista asioista kuin ihmisenkin. Näitä ovat esimerkiksi säännöllinen arkirytmii, hyvä ruoka, riittävä lepo, liikunta ja lauma. (Hyttinen 2012, 3.)

Liukko (2008, 21) toteaa Aila Järvikoskea ja Kristiina Härkäpäästä lainaten, että kuntoutuskäsitteen laajentaminen perustuu siihen ajatukseen, että ihmisten erilaisissa ongelmissa on kysymys ihmisen ja hänen ympäristönsä välisestä vuorovaikutuksesta. On alettu puhua kuntouttavasta työotteesta, jolla tarkoitetaan muun muassa sellaista asiakastyön toimintatapaa, jossa kiinnitetään huomiota asiakkaan subjektiiviseen ja osallisuuteen sekä valinta- ja vaikutusmahdollisuuksiin (Liukko 2008, 21). Green Care -toiminta pyrkii juuri tukemaan ihmisen ja ympäristön välistä vuorovaikutusta.

Kuntouttava työtoiminta sisältää käsitteen kuntoutus. Kuntoutus on aikaisemmin liitetty lähinnä sairauden, vian ja vamman käsitteisiin ja sosiaalihuollossa kuntouttavaa toimintaa on toteutettu yleensä vain päihdehuollossa tai vammaispalveluissa. 1990 -luvulta lähtien käsitettä on alettu käyttämään laajemmin ja se on liitetty psyykkisen ja fyysisen vajaakuntoisuuden ohella myös sosiaaliseen syrjäytymiseen, syrjäytymisen uhkaan ja työttömyyteen sekä sen vakaviin seurauksiin. (Liukko, 2008, 7, 18.) Green Care:n peruselementeistä yhteisöllisyys keskittyy ihmisen sosiaaliseen hyvinvointiin.

Vaikka Green Care -menetelmä on vielä melko uusi Suomessa on siihen liittyen tehty jo jonkin verran tutkimuksia ja opinnäytetöitä. Johanna Alasaari ja Hanna Ala-Nissilä (2010,35) opinnäytetyössään tarkastelivat, miten luontoa sosiaalipedagogisen hevostoiminnan osana voidaan hyödyntää sosiaalisen ja psyykkisen hyvinvoinnin edistämiseksi. Heidän tutkimuksen tulokset osoittivat, että toiminnalla on selvät positiiviset vaikutukset psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin edistämiseksi.

Heidi Kajander (2013) tutki opinnäytetyössään, mitä merkityksiä luonnolla ja eläimillä voi olla vankien hoidossa. Tämä toteutettiin vankilan puutarhassa tapahtuvassa työtoiminnassa. Puutarhatyöskentely koettiin hyvin tärkeäksi osaksi hoitoa. Vankilaa ympäröivä luonto miellettiin kaiken kaikkiaan hyvin merkittäväksi osaksi vankien hyvinvointia. Vankien kokemana työtoiminta piristi mielialaa ja auttoi rentoutumaan. Puutarhatoiminnan vastualueisiin kuului myös lampaiden hoito. Tämä koettiin erityisen merkitykselliseksi, koska se



tarjosi tilaisuuden vastuunkantoon. Kaiken kaikkiaan tutkimus osoitti, että Green Care -toiminnot soveltuvat vankeinhoidollisiin tehtäviin hyvin. (Kajander 2013, 48-55.)

Suomessa on viime vuosina käynnistynyt useampia hankkeita liittyen Green Care -toimintaan. Tämä kertoo sen sosiaalisesta innovaatiosta. (Soini ym. 2013, 330.) Esimerkiksi toteutettiin hanke "Työhön kuntouttava Green Care Etelä-Suomessa" (1.1.2013-31.12.2014). Tämän hankkeen tavoitteena oli parantaa työ- ja toimintakykyä ja kehittää niitä tukevia toimintamalleja Green Care -ympäristöön (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015a).

### 1.3 Hevostallilla yhteisö on keskeinen elementti

Tutkimuksessani tarkastelen asiakkaiden kokemuksia kuntouttavasta työtoiminnasta talli- ja maatilaympäristössä. Esittelen seuraavaksi hieman mitä toiminta pitää sisällään kyseisellä hevostallilla. Työtoiminnan tehtäviä ovat mm. eläintilojen siistiminen, eläinten (kissojen, koirien, hevosten) ruokinta, hoito ja liikutus sekä tarha-, laidun- ja piha-alueiden kunnossapito. Virkistystarkoituksessa hyödynnetään lähellä sijaitsevaa luonnonsuojelualuetta liikkumalla siellä eläinten kanssa. Kaikki työtoiminta tehdään yhdessä.

Toiminnalla pyritään edistämään erityistä tukea tarvitsevien nuorten ja aikuisten fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia. Kuntouttavan työtoiminnan palvelu on suunnattu syrjäytymisvaarassa oleville nuorille ja pitkäaikaistyöttömille. Kuntouttava työtoiminta ei ole kyseisessä paikassa varsinaisesti sosiaalipedagogista hevostoimintaa, vaikka siihen liittyy paljon metodiin sisältyviä elementtejä. (HHRV 2014.) Yhteisö on hyvin merkityksellinen syrjäytymisvaarassa oleville pitkäaikaistyöttömille. Sosiaalipedagogista hevostoimintaa käytetään paljon syrjäytymistä ennaltaehkäisevänä ja korjaavana sosiaalisena kuntoutuksena (Salovuori 2014, 20). Monella kyseiseen toimintaan osallistuvalla on sosiaalisten tilanteiden pelkoa, joten yhteisössä toimiminen on hyvää harjoittelua tulevaisuutta varten.

Voidaan puhua Green Care -toiminnasta. Green Care -toiminnassa luonnon positiivisia ulottuvuuksia käytetään tavoitteellisesti ihmisten hyvinvoinnin lisäämiseksi ja ylläpitämiseksi. (Salovuori 2014,10). Green Care -toiminta sopii erityisesti asiakkaille, joilla kuntoutumiseen liittyy motivaation ongelmia tai tarvetta uudenlaisten ajattelu- ja toimintatapojen löytämiseen. Uuden oppiminen ja taitojen harjoittelu mahdollistuu usein luontoympäristössä, jossa tarjolla on monitasoisia tehtäviä. Käytännön tuomat kokemukset voidaan ottaa keskusteluun ja käydä yhteisesti läpi niiden merkitystä. (Green Care Finland ry 2015a.)

Motivaatio vaikuttaa ratkaisevasti henkilön haluun työllistyä silloin, kun työkykyä on menetetty ja sosiaaliturva on tai alkaa olla realistinen vaihtoehto (kuntoutusportti 2011). Motivaatio on kokonaistila, monien motiivien summa (Vilkkö-Riihelä 2008, 156). Motiiveilla tarkoitetaan toiminnan psyykkisiä syitä: miksi joku ihminen toimii niinkuin se toimii. Ne ovat toimintaa liikkeelle panevia ja suuntaavia voimia, jotka tähtäävät tavoitteiden ja päämäärien saavuttamiseen. (Eronen ym. 2007, 39.) Kuntouttavan työtoiminnan alussa laaditaan asiakaille aktivointisuunnitelma, jossa mietitään toiminnalle tavoitteita. Motivaatio on silloin olennainen tavoitteiden saavuttamisessa.

Talli- ja maatilaympäristö antaa paljon mahdollisuuksia eri tasoille ja vaihteleville työtehtäville. Työtehtävien vaatimusta on helppo lisätä. Työtoiminta pyrkii vastaamaan mahdollisimman paljon asiakkaan tarpeita ja tavoitteita. Kaikki työtehtävät ovat tarpeellisia, joten jokaisen osallistuminen on tärkeää. Työpäivä alkaa yhteiselle työtehtävien jakamisella ja suunnittelulla. Tärkeä elementti päivissä on, että työtä tehdään yhdessä. (HHRY 2014.)

Asiakas on väistämättä vuorovaikutuksessa toisten ihmisten, eläinten sekä luonnon kanssa. Vuodenaikojen vaihtelu tuo lisäarvoa toiminnalle kun työskennellään ulkona jossa myös eläinten ja luontoympäristön terapeuttiset elementit ovat läsnä. (HHRY 2014.)

#### 1.4 Elämänhallinta kuntouttavan työtoiminnan tavoitteena

Kuntouttavalla työtoiminnalla on kaksi tavoitetta ja toinen niistä on parantaa kuntouttavaan työtoimintaan osallistuvan asiakkaan elämänhallintakykyä (Lindqvist & Oksala 2001, 13). Elämänhallinta on hyvin laaja käsite, mikä herättää varmasti meissä kaikissa joitakin ajatuksia siitä, mitä se pitää sisällään.

Elämänhallinta on voimavara, joka kuvaa ihmisen psyykkistä, fyysistä ja henkistä hyvinvointia (Terveiden ja Hyvinvoinnin laitos 2011). Psykkisen toimintakyvyn käsite liittyy olennaisesti elämänhallintaan. Psykkinen toimintakyky pitää sisällään itsearvostuksen, mielialan, omat voimavarat ja erilaisista haasteista selviytymisen (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2015b).

Kuntoutuksen lähtökohtana on tavallisesti hyvin konkreettinen elämänongelma: pitkäaikaissairaus, vamma, päihdeongelma, toiminnanrajoitus, työkyvyttömyys tai sen uhka. Näitä moninaisia ongelmia voidaan myös kuvata sosiaalisen selviytymisen tai elämänhallinnan heikkenemisenä. (Järvikoski 2000, 247.)

Eräänä elämänhallinnan määrittelyn käynnistäjänä on toiminut 1990 -luvun lama. Tuolloin alkanut merkittävä yhteiskunnallinen ja taloudellinen muutos vaikutti ihmisten arkielämään voimakkaasti, jolloin sosiaalipolitiikka joutui uusien haasteiden ja kehitystehtävien eteen. Tämän seurauksena kansaneläkelaitoksella tehtiin kartoitus elämänhallinnasta sosiaalipoliittisena peruskäsitteenä. (Raitasalo 1995, 7.)

Antony Antonovsky (1979) on kehittänyt teorian koherenssin tunteesta. Koherenssin tunteesta ollaan käytetty myös nimityksiä elämänhallinta ja elämänhallintakyky. Koherenssin tunne käsittää kolme osatekijää: ymmärrettävyys, hallittavuus ja mielekkyys. Ymmärrettävyys tarkoittaa yksilön varmuuden tunnetta siitä, että mitään yllättävää tai negatiivista ei tule tapahtumaan ja mikäli näin tulisikin käymään, tilanteista voi selvitä. Hallittavuuden tunne vuorostaan viittaa yksilön stressin hallinnan resursseihin ja tunteeseen siitä, että omistaa kaikki tarvittavat resurssit ja tarpeen tullessa pystyy niitä hyödyntämään. Mielekkyyden tunne syntyy, kun yksilö kokee elämänsä ja siihen liittyvien tapahtumien olevan mielekkäitä myös

emotionaalisesti, ei ainoastaan kognitiivisesti. Mielekkyys on koherenssin tunteen keskeinen elementti ja motivaation luoja. Jos mielekkyyden tunne puuttuu, on myös hallittavuuden ja ymmärrettävyyden tunteilla taipumus heikentyä. (Antonovsky 1979, Vastamäen 2010, 5 mukaan.)

Tutkimustuloksista on vaikeaa sanoa, onko heikko elämäntilanne johtanut työttömyyteen vai onko työttömyys johtanut heikkoon elämäntilanteeseen. Joissakin tutkimuksissa työn menettämisen on todettu vahingoittavan koherenssia eli elämäntilannetta (Volanen ym. 2007, 433-440). Kun taas toisissa tutkimuksissa todetaan, että henkilöt joiden koherenssi on alunperinkin heikko, menettävät helpommin työpaikkansa kuin vahvan koherenssin henkilöt (Feldt ym. 2005, 68-83).

Uutela kirjoittaa, että hyvä elämäntilannetunne on sitä, että ympäristö ja ihminen ovat sopusoinnussa keskenään. Elämäntilannetunneen piirteitä ovat mielekkyyden kokemus ja tyytyväisyys. Elämäntilannetunneen omaava ihminen tunnistaa siitä, että hän kokee elämänsä arvokkaaksi ja hän toimii oma-aloitteisesti hyvän elämän ylläpitämiseksi. (Uutela 1996, 50.)

Liisa Keltikangas-Järvinen on taas kritisoinut elämäntilannetta termillä: "ihminen ei todellakaan voi hallita elämää". Tarve hallita elämää on kuitenkin yksi ihmisen perustarpeista. Ennakoimattomuus ja vastoinkäymiset, taas lisäävät ihmisen turvattomuuden tunnetta. Keltikangas-Järvinen näkee, että elämäntilanne ja siitä puhuminen ovat nousseet pintaan yksilöllisestä kulttuurista, jossa omat tarpeet ovat nousseet kaiken muun edelle. Yhteiskunnan lisääntyvä epävarmuus ja jatkuvat muutokset saattavat olla myös syy siihen miksi ihmisillä on niin suuri tarve hallita omaa elämäänsä ja miksi sen tunteen puuttuminen on niin ikävää. Nykyään elämää ei eletä vaan sitä rakennetaan, se on ikäänkuin ainainen projekti, jossa pyritään vaikuttamaan omilla ratkaisuilla tulevaan. (Keltikangas-Järvinen 2008, 253-254.)

Elämäntilannetta käsitteeseen liittyviä tutkimuksia löytyy paljon sosiaalipedagogiikan, sosiologian, psykologian ja sosiaalipolitiikan aloilta. Sosiaalitieteissä elämäntilanne jaetaan usein ulkoiseen ja sisäiseen toimintaan.

Roos (1987) näkee elämänhallinnan käsitteen jakautuvan ulkoiseen ja sisäiseen elämänhallintaan. Ulkoinen elämänhallinta on sitä, että ulkoiset elämää horjuttavat tekijät pystytään torjumaan. Ulkoisen elämänhallinnan tekijöitä ovat muun muassa sukupuoli, sukupolvi, koulutus ja ammatti. Tässä keskeisiä tekijöitä ovat aineellinen, henkinen sekä taloudellinen asema. Ihmisen sisäinen elämänhallinta taas liittyy siihen, että ihminen pystyy sopeutumaan riippumatta siitä mitä hänen elämässään tapahtuu. Sisäinen elämänhallinta on jotain mitä tapahtuu ihmisen pään sisällä ja sitä opetellaan vähitellen jo lapsuudessa. (Roos 1987, 65-66.)

Elämänhallinnan yhteydessä puhutaan usein resursseista tai voimavaroista (Raunio 1990, 187). Resurssit ovat voimavaroja, joiden avulla ihminen ohjaa omaa elämäänsä haluamaansa suuntaan ja näin ollen voi myös hallita sitä. Resurssit auttavat ihmistä ajattelemaan ja ymmärtämään asioita. Erilaisia resursseja ovat esimerkiksi sosiaalinen- ja kulttuurinen pääoma, jotka sisältävät paljon erilaisia ulottuvuuksia. Resurssit sisältävät sekä ulkoiseen, että sisäiseen elämänhallintaan liittyviä tekijöitä. (Ylistö 2009, 21-22.)

Kuntouttavasta työtoiminnasta on tehty paljon erilaisissa viitekehyksissä olevia tutkimuksia. Kuntouttavan työtoiminnan vaikutukset elämänhallintaan ovat lukemissani tutkimuksissa olleet yleensä positiivisia. Sirpa Tervo (2012, 5, 57) tutkimuksessaan selvitti kuntouttavan työtoiminnan vaikutuksia sekä nuoren oman henkilökohtaisen kokemuksen, että kuntouttavan työtoiminnan ohjaajien näkökulmasta Kainuun alueella. Tuloksista käy ilmi, että vaikutukset liittyivät pääasiallisesti arkeen ja hyvinvointiin. Nuoret, joiden tavoitteena oli ammattitaidon kehittäminen kokivat erityisen hyvänä sen, että he kuntouttavan työtoiminnan ajaksi lähtivät pois kotoaan muiden ihmisten pariin tekemään hyödyllistä työtä.

Työpaja toiminnalla on monissa tutkimuksessa todettu olevan positiivisia vaikutuksia ihmisten elämään. Esimerkiksi Seppä (2013) on tutkinut pro gradu - tutkimuksessaan mitä merkityksiä työpajatoiminta tuo nuorten elämään. Tuloksissa käy ilmi, että työpaja toiminta auttoi nuoria löytämään oman koulutusalan ja antoi motivaatiota suorittaa aikaisempia opintoja loppuun.

Eräs tutkimuksen nuori kertoi, että työpajatoimintaan osallistumisen myötä hänen alkoholinkäyttönsä oli vähentynyt, elämään oli tullut rytmiä ja sosiaaliset taidot ja itsetunto olivat parantuneet. Monen koulunkäynti oli parantunut, kun arjen rytmi unen ja levon välillä oli työpajatoiminnan avulla tasoittunut. Toiminta oli rohkaissut nuoria lähtemään pois kotoa ja monella vähentänyt alkoholin käyttöä. (Seppä 2013, 61-66.) Kaiken kaikkiaan tuloksista tulee esille paljon elämänhallintaa tukevia positiivisia vaikutuksia. Tärkeimmiksi tavoitteiksi nuorilta nousivat Sepän (2013, 57.) tutkimuksessa esimerkiksi koulutus- ja työsuunnitelmien tekeminen tai elämänhallinnan ja sosiaalisten taitojen tukeminen.

Mitä merkityksiä nuorten näkökulmasta työpaja toiminta on antanut? Minna Jerohin (2012, 86) tutkimuksessaan tuo esille näitä merkityksiä. Työpajoja koskevan puheen ja aineiston purkamisen kautta saadut merkitykset näyttivät muodostavan kuusi eri teemaa: ilmapiiri ja yhteisöllisyys, asioiden hoitaminen, psyykinen vointi, päihteiden käyttö, ihmissuhteet sekä opiskelu. Sandelinin (2014, 14) kirjallisuuskatsauksen perusteella kuntouttavan työtoiminnan asiakkaille toiminta tuo muun muassa arjen rytmiä, sosiaalisen ympäristön, työyhteisön, mielekästä työtä ja tekemistä, paremman taloudellisen tilanteen, itsetunnon kehittymistä, aktivoitumista, parempaa työ- ja toimintakykyä sekä uusia oppimiskokemuksia. Näissä, kuten monissa muissakin tutkimuksissa korostuu kuntouttavan työtoiminnan psykososiaalista hyvinvointia tuova vaikutus.

Luhtasela (2009) lisensiaatintyössään ja Tammelin (2010) tutkimusraportissaan ovat jäsentäneet kuntouttavan työtoiminnan vaikutuksia kuuteen teemaan: rytmiä elämään, työyhteisö tukee, osaaminen lisääntyy, mielekäs työ, aktivoituminen ja etuudet. Tutkimusten perusteella kuntouttava työtoiminnan tärkeimmät vaikutukset löytyvät sosiaalisen ja psyykkisen hyvinvoinnin puolelta.

## TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

### 1.5 Tutkimuksen tarve, tavoitteet ja tutkimustehtävät

Tutkimukseksi valikoitui kvalitatiivinen haastattelututkimus, sillä halusin tuoda esille juuri pienen otannan kokemuksia. Kvalitatiivista tutkimusta käytetään, kun halutaan kuvata sanallisesti ja lauseilla tutkittavaa ilmiötä (Kananen 2014, 18). Kuntouttava työtoiminta hevostalliympäristössä on melko uusi palvelun muoto, enkä löytänyt aiheesta aikaisempia tutkimuksia. Pääsääntöisesti laadullista tutkimusta käytetään silloin, kun tutkimuksen kohteena olevaa ilmiötä ei tunneta, eikä ole vielä valmiita teorioita, jotka selittäisivät sitä (Kananen 2014, 16). Talliympäristön kuntouttavista vaikutuksista ja kuntouttavasta työtoiminnasta erikseen löytyi kattavastikin tutkimuksia, mutta ei aivan tässä kontekstissa, jossa nämä edellämainitut yhdistyvät.

Aihe on mielestäni tarpeellinen, sillä toiminta kaipaa näkyvyyttä. Asiakkaiden kokemukset eli tutkimukseni tulokset auttavat Hevostoiminnalla Hyvinvointia ry:tä kehittämään toimintaansa asiakaslähtöisempään suuntaan. Lisäksi itselläni on suurta mielenkiintoa siihen, miten hevosia voidaan hyödyntää psykososiaalisessa kuntoutumisessa.

Tutkimukseni tarkoitus oli selvittää asiakkaiden kokemuksia kuntouttavan työtoiminnan ja sen ympäristön vaikutuksista heidän elämänhallintaan ja jaksamiseen. Halusin saada näkökulmia siihen, miten juuri Green Care -ympäristö tukee asiakkaan kuntoutumista. Mikä tekee kuntouttavasta työtoiminnasta hevostalliympäristössä erityisen? Vai vaikuttaako kuntouttavan työtoiminnan ympäristö, siihen kuuluva yhteisö ja hevoset merkittävästi palvelun käyttäjien parempaan elämänhallintaan ja jaksamiseen. Laadullinen tutkimus antaa mahdollisuuden saada ilmiöstä syvämpi näkemys (Kananen 2014, 17).

Tutkimukseni tutkimustehtävät olivat: 1. Mitä vaikutuksia kuntouttavalla työtoiminnalla on asiakkaan elämänhallintaan ja jaksamiseen? 2. Mitä vaikutuksia kuntouttavan työtoiminnan ympäristöllä on asiakkaan elämänhallintaan ja jaksamiseen? Tutkimuksessa halusin korostaa

kuntouttavan työtoiminnan ympäristöä, sillä toiminnan tapahtuminen enimmäkseen ulkona on jo itsessään erikoisuus. Jotta palvelu olisi tuloksellista on tärkeää, toiminnalla tulee olla konkreettisia positiivisia vaikutuksia asiakkaiden elämään. Tutkimuksen tarkoitus on antaa tietoa siitä, onko juuri tämän kaltaisesta kuntouttavasta työtoiminnasta hyötyä. Tutkimus perustuu vain muutamaaan havaintoyksikköön, joten sen suurempia yleistyksiä ei voida tutkimuksesta tehdä (Kananen 2014, 17).

## 1.6 Haastateltavat ja aineiston keruu

Tutkimukseni aineisto koostui viiden henkilön yksilöhaastatteluista. Haastattelut toteutin Helmikuussa 2015. Haastateltavat olivat Hevostoiminnalla hyvinvointia ry:n järjestämän kuntouttavan työtoiminnan kaikki asiakkaat. Haastateltavista neljä oli alle 25 -vuotiasta nuorta ja yksi yli 30 -vuotias. Kaikki haastateltavat olivat naisia. Haastateltavat valitsin sillä perusteella, että heillä oli omakohtaista kokemusta haastateltavasta asiasta eli tieto perustui henkilökohtaiseen kokemukseen. Laadullisen tutkimuksen tarkoituksena ei ole yleistää eli pienikin otos riittää.

Haastattelumenetelmänä käytin teemahaastattelua. Laadin tutkimusaineiston hankintaan teemahaastattelurungon, jota ohjasivat työni tutkimustehtävät sekä tietoperusta. Haastattelun teemat perustuivat työni viitekehykseen eli tutkittavasta ilmiöstä jo tiedettyyn. Teemojen alle kokosin ranskalaisin viivoin apukysymyksiä keskustelun synnyttämistä varten.

Haastateltaville kerroin kuukautta ennen haastatteluja mitä haastattelu koskee ja mihin tulen käyttämään aineistoa. Haastattelu perustui täysin vapaaehtoisuuteen. Muistutin heitä tästä vapaaehtoisuudesta vielä haastattelutilanteessa ja mainitsin, että jokaiseen kysymykseen voi olla myös vastaamatta. Kerroin omasta salassapitovelvollisuudestani ja tulevan aineiston käsittelystä. Annoin heille mahdollisuuden esittää omia kysymyksiä haastatteluun liittyen ennen haastatteluja, haastattelujen aikana ja haastattelujen jälkeen.



Haastattelun etuna on joustavuus. Kysymyksiä voidaan tarkentaa ja varmistaa niiden ymmärrettävyyttä. On tärkeää etukäteen tutustuttaa haastateltava tulevaan aiheeseen ennen haastattelua. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 72-74.) Haastattelu muodostui viiden aiheen kokonaisuudeksi, jonka pääaiheet olivat: esitiedot, asiakkaan motivaatio, Green Care -ympäristön vaikutukset asiakkaaseen, kuntouttavan työtoiminnan yhteisön vaikutukset asiakkaaseen ja kuntouttavan työtoiminnan vaikutukset asiakkaan elämänhallintaan. Kysymykset muodostuivat teemoista: motivaatio, ympäristö, yhteisö ja elämänhallinta.

Tutkimukseni aineiston eli haastattelut äänitin nauhurille. Haastattelutilana käytin työtoiminnan kahvitilaa. On tärkeää, että tila on haastateltaville tuttu ja turvallinen sekä varmistaa haastattelutilanteiden rauhallisuus. (Salonen 2011, 8). Ennen haastatteluja minulla oli aina hyvin aikaa valmistautua haastatteluihin. Teknisen välineistön toimivuus on hyvä varmistaa ennen haastattelua ja täten parantaa tulevan aineiston laatua (Hirsjärvi & Hurme 2000, 184-185).

Varasin kullekin haastattelulle kaksi tuntia aikaa. Todellisuudessa kaikki haastattelut kestivät alle tunnin. Varmistin, että haastattelussa jää aikaa myös vapaamuotoiselle keskustelulle. Henkilökohtaiseen haastatteluun on olennaista varata riittävästi aikaa (Hirsjärvi & Hurme 2000, 68, 74- 75).

Tutkimukseni otos on pieni, koska palvelun asiakkaita oli vain viisi. Pieni otos sopii hyvin, sillä laadullinen tutkimus tutkii yksittäistä tapausta (Kananen 2014,19). Laadullisessa tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita merkityksistä eli siitä kuinka ihmiset kokevat ja näkevät reaali maailmaa (Kananen 2014, 19). Kokemukset suodattuivat tutkimustuloksiksi kun olin ensin litteroinut ne.

## 1.7 Aineiston analyysi

Tutkimustuloksia käsiteltäessä puretaan ääninauhat ensin teksteiksi eli ne litteroidaan. Tämä on hyvä tehdä mahdollisimman pian haastattelujen jälkeen, jotta taattaisiin aineiston hyvä laatu. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 143.; 2004, 140, 185.) Haastatteluista kertyi yhteensä 30 sivua litteroitua aineistoa. Kuuntelin nauhoitukset kolmesti ja litteroin haastattelut teksteiksi mahdollisimman pian

haastattelujen jälkeen. Luin litteroidun tekstin useaan otteeseen läpi, jotta minulle syntyi ymmärrys aineistosta. Näin aineisto tuli tutuksi ja analysointi oli helpompaa. Pyrin saamaan kuvan siitä, mitä aineisto sisältää suhteessa tietoperustan keskeisiin käsitteisiin ja tutkimustehtäviin.

Pyrin löytämään tekstistä samankaltaisuuksia ja ryhmittelin pelkistetyt ilmaukset eri alaluokiksi pääluokkien alle. Pääluokat tulevat tietoperustasta ja tutkimustehtävistä. Laadullisessa tutkimuksessa rajaaminen on tärkeää. Laadullisen tutkimuksen aineistosta löytyy usein mielenkiintoisia asioita, joita ei etukäteen ole välttämättä osannut odottaa (Tuomi & Sarajärvi 2013, 92).

Analyysimenetelmillä tutkimusaineistosta on tarkoitus saada vastaukset tutkimustehtäviin. Analyysimenetelmien valintaan vaikuttaa mitä tiedonkeruumenetelmiä ja tutkimusotteita on käytetty. Laadullisessa tutkimuksessa aineistoa käsitellään sisältöanalyysin keinoin. (Kananen 2014, 99-102.) Ensin aineisto litteroidaan eli purataan tekstiksi. Esimerkiksi haastattelut nauhoitetaan ja sen jälkeen kuunnellaan ja avataan ne tekstimuotoon. Kolmanneksi koodataan eli tiivistetään ja hajotetaan teksti. Seuraavaksi luokitellaan eli kategorisoidaan ja lopuksi yhdistetään saatuja tietoja. (Kananen 2014, 101.)

Tein teoriaohjaavan sisällönanalyysin kerätystä aineistosta. Sisällönanalyysissä on kolme päätavoitetta. Ensimmäisenä tavoitteena on saada tietoa kommunikaation sisällöstä ja toisena kommunikaation tuottajasta. Kolmantena tavoitteena voidaan pitää tietoa kommunikaation vastaanottajasta ja vaikutuksista. (Toivonen 1999, 126-127.)

Teoriaohjaava sisällönanalyysi lähtökohdiltaan etenee aineiston ehdoilla. Teoriaohjaava muistuttaa aineistolähtöistä analyysiä aikaisemmin mainitun perusteella, mutta poikkeaa siitä siten, että teoreettiset käsitteet eivät kumpua pelkästään aineistosta. Teoriaohjaavassa sisällönanalyysissä käsitteet tulevat valmiina teoreettisesta tietoperustasta "jo tiedettynä". (Tuomi & Sarajärvi 2013, 117.) Teoriaohjaavassa sisällönanalyysissä aikaisempi tieto ohjaa analyysiä ja

analyysiyksiköiden valintaa, mutta se ei pohjautu suoraan tiettyyn teoriaan. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 92–97).

Tarkoitus on löytää tiettyä teemaa kuvaavia näkemyksiä. Kun aineiston keruu tapahtuu teemahaastattelulla, on aineiston pilkkominen suhteellisen helppoa, koska teemat muodostavat jo itsessään jäsennyksen aineistoon. (Tuomi & Sarajärvi 2011, 93.) Haastateltavat kertoivat haastattelun aikana muutakin kuin vastauksia kysymyksiini. Tämä keskustelun vapaus mielestäni auttoi luomaan aidomman keskusteluympäristön.

## TUTKIMUKSEN TULOKSET

### 1.8 Haastateltavien esitiedot

Tutkimuksen haastateltavina oli viisi naista. Haastateltavat olivat 19-35 –vuoden ikäisiä. Neljä heistä oli alle 25 -vuotiaista. Takanaan heillä oli kuntouttavaa työtoimintaa Hyvinvointia Hevostoiminnalla ry:n tarjoamassa palvelussa muutamista viikoista 12 kuukauteen. Kaksi oli ollut kuntouttavassa työtoiminnassa jossakin toisessa paikassa ennen tätä. Kaikilla oli jonkin asteisia mielenterveysongelmia ja kahdella sosiaalisten tilanteiden pelkoja, mitkä olivat ainakin osasyynä heidän pitkittyneeseen työttömyyteensä.

Haastateltavien hevoskokemuksessa oli eroavaisuuksia. Kaikilla oli aikaisempaa kokemusta hevosista ja ratsastamisesta. Kaksi haastateltavista oli opiskellut hevosenhoitajakoulussa ja toinen valmistunutkin. Kolmella oli ehtinyt olla jo useampi vuosi taukoa hevosista ennen toiminnan aloittamista. Toimintaan osallistuminen ei edellyttänyt kuitenkaan hevostaustaa. Kaikkia yhdisti kiinnostus hevosiin ja ylipäättään eläimiin. Kaikille hevostalli ympäristönä oli mieluinen työskentelypaikalta jo ennen toiminnan aloittamista.

### 1.9 Asiakkaan motivaatio ja hakeutuminen toimintaan

Neljä haastateltavista kertoi hakeutuneensa Hyvinvointia Hevostoiminnalla yhdistyksen kuntouttavaan työtoimintaan alle 25 -vuotiaille Turkulaisille työttömille suunnatun KOHO -toiminnan kautta. Yksi haastateltavista kertoi hakeneensa tänne kuntouttavaan työtoimintaan erään työvoimatoimiston virkailijan ehdotuksesta, joka hoiti hänen työnhakuasioitaan. Kaikki olivat itse halunneet juuri kyseiseen kuntouttavan työtoiminnan palveluun. Kaikille oli tärkeää saada olla tekemisissä eläinten ja erityisesti hevosten kanssa. Yksi haastateltavista haaveili tulevaisuudessa voivansa työllistyä hevosalalle.

"Mul oli iha se et halusin johonkin tallille. Sit ku katottiin mitä siel on ni sit siel sanottii et tääl on paikka vapaana." (H2)

"Koska eläinten kanssa on kiva olla. No mun mielest se oli mun sossu, joka alunperin puhus täst paikast ja sitku kävin yhel toisel työpajal tutustumas ni halusin vielä tänne ja sit paikka vapautu pääsinki tänne." (H5)

Kolme mainitsi, että työn osa-aikaisuus oli aloittamiselle tärkeää. He olivat sitä mieltä, etteivät olisi pystyneet aloittamaan heti täyspäiväisessä työtoiminnassa. Kahdelle oltiin lisätty kuntouttavan työtoiminnan päiviä toimintaan osallistumisen aikana.

"Se oli yks virkailija, joka on erikoistunut kaikkiin työnhakuasioihin niin kertoi tästä tallista. Luki, että mahdollista olla osa-aika ei heti tartte olla 8h tuntii. Se kiinnosti kun mä halusin, että alku olis vähän helpompi ja saa olla hevosten kanssa tekemisissä ja on samanlaisten terveysongelmien kanssa kamppailevia ihmisiä." (H1)

"Oon aatellu et pikkuhiljaa lisätää ja et saan sen koko tuntimäärän mitä oppisopimuksessaki sit. Nyt oon jo pystyny onnistuu tuntien lisäämisessä ja se on kyl tosi iso harppaus mul." (H2)

Kaikilla toiminnan tavoitteena oli saada sisältöä päiviin ja jotain hyödyllistä tekemistä kodin ulkopuolella. Tämä oli keskeistä, koska monen elämä oli kovin kotiympäristöön rajoittunutta. Alkuvaiheessa tehtyihin tavoitteisiin kuului kaikilla arkirytmien korjaaminen. Haastateltavilla oli univaikeuksia ja ennen kuntouttavaa työtoimintaa päivärytmi oli sekaisin.

"Mullahan oli se unirytmien korjaantuminen et mä oon niinkun paikalla, ku mul on ollu niinkun koulus ollu sillai et mä en oo motivoitunu tai mitään. Noi nyt on jääny ja siin oli ihan se et unirytmien korjaantuu ja mä oon paikalla. Mun mielest se on korjaantunu ihan hyvin ja oon ollu paikalla." (H2)

"Mä voin paremmin jos mä tulen tänne, täällä saa olla ihmisten kanssa tekemisessä, koska jos mä olen työtön ja menen kuppilaan tai kirjastoon ni ei siel oo mitään jutteluseuraa ei voi jutella kenenkään kanssa sä vaan istut siinä vaikka on paljon ihmisiä mut sä et oo tekemisissä." (H1)

"Sit oli se et ois päivisin jottain tekemistä ettei oo vaan himas. ja sit tota arkirytmien parantaminen kun kyl se sit aina karkaa jos ei mitää tee." (H5)

Haastattelussani kysyin, mitkä asiat saavat heidät tulemaan paikalle. Kaikki nostivat hevoset keskeiseksi tekijäksi. Myös hyvä ilmapiiri, paikalla olevat ihmiset ja kivat työtehtävät nousivat esille vastauksissa. Kaikki haastateltavat olivat sitoutuneet kiitettävästi toimintaan ja poissaoloja oli vähän. Tämä oli sikäli hyvin positiivista, koska kolme mainitsi heillä olleen aikaisemmassa kuntouttavassa työtoiminnassa, työkokeilussa tai opiskelupaikassa vaikeuksia sitoutua. Monet näistä olivatkin jääneet kesken. Nyt osallistujilla oli vain muutamia myöhästelyjä tai sairaspöissaoloja.

"Hevoset, et saa tehdä niitten kans kaikkee ja hoitaa niit. Ja sit tietty sek in, et mä oon niinku tehny sen sopimuksen ja sitoutunu olee täällä, ja mä en haluu sössi mitää. Mä haluan olla sillane tunnollinen työntekijä, et tulee ajois paikanpääl ja ei mielellää nuku pommii. Sit se, et ois jotai tekemistä ja tälle." (H4)

"Tääl on hyvä ilmapiiri, tykkään olla tosi paljon. Ei oo semmone, et ei kai taas emmä haluu. Ja sit mulla on toi lemppariheppa Joy, se on tosi kiva. Muutenki must tuntuu, et tää on ollu ihan paras paikka mis mä oon ikinä ollu." (H2)

#### 1.10 Kuntouttavan työtoiminnan Green Care -ympäristön vaikutukset asiakkaaseen

Haastattelussani kysyin, miten juuri kuntouttavan työtoiminnan Green Care -ympäristö vaikuttaa asiakkaaseen ja siellä käymiseen. Kuntouttava työtoiminta tapahtui maatilanomaisessa rauhallisessa ympäristössä, jossa tunnelma oli kaukana vain muutaman kilometrin päässä olevasta kaupungin keskustasta. Jokaisena päivänä työskenneltiin ulkona, esimerkiksi kun hevosia vietiin ulos, haettiin hevosille heinää tai käytiin luonnonsuojelupoluilla kävelemässä hevosten kanssa. Neljällä haastateltavista toiminta oli lisännyt ulkoilun ja liikunnan määrää. Ainoastaan yksi haastateltavista ei kokenut ympäristön vaikuttavan mitenkään erityisesti omaan jaksamiseen. Neljä haastateltavista mainitsi, että työskentely ulkona oli heille tärkeää.

"Ei se ympäristö oo musta vaikuttanu mun jaksamiseen käydä tääl." (H4)

"Mä oon ainaki huomannu, et oon paljon pirteempi just päivisin kun ollaan ulkona. Ku en hirveest muute ulkona ni olisin vaa sisäl. Tykkään et ollaa ulkona. Tää on tosi rauhallinen oma pieni paikka tääl keskel, vaik onkin lähellä keskustaa." (H2)

"Tää nelinkertaistaa sen mitä mä yleensä päivisin oon ulkona. Sit se niinku virkistää." (H4)

"Kyllä tä on kiva kun on metsä lähellä ei oo mitään autoja täällä jatkuvasti, ei oo meteliä. Tää on sellainen eläinten paikka, aika hiljaista kuitenkin." (H1)

Kaikki kokivat hevosilla olevan merkittävä positiivinen vaikutus omaan jaksamiseen. Mieluisimpia tehtäviä olivat kaikki tekeminen, jossa sai olla kontaktissa hevosten kanssa, kuten hevosten harjaus ja taluttaminen. Haastateltavien mielestä hevoset vaikuttivat myös kävijöiden keskinäiseen vuorovaikutukseen. Hevoset olivat monille keskusteluille hyviä jäänmurtajia. Kaksi mainitsi miten ensin tuli juteltua toisten kanssa vain tallin hevosista ja sitten myöhemmin muistakin asioista. Kaksi piti tärkeänä, että työskentely hevosten kanssa ei ollut turhaa työtä. Hevostallilla työskenneltäessä sai tuntea itsensä oikeasti hyödylliseksi.

"Kun on eläimet, ni kokee et eläinten kans on helppo olla ja on varmasti auttanu mua jaksamaan. Mä tykkään tosi paljon eläimistä. Entises työtoiminnan paikas motivaatio loppu siihen ku oon kuitenkin 21 ni tuntus ku vaa askarrellii ja sellast et vähän ku ois ollu jossai lastentarhas." (H3)

"Kivoint on se ku sä esimerkiks viet sen hevosen ulos ja tuot se hevosen sisäl ja sit se kun päivän lopuks harjataa ja putsataa kaviot ni saa olla sen hevosen kans." (H4)

"Nää työt on sellasii niinku et nää tehää jokatapaukses." (H2)

"Joo kyllä on sellasii hevosia, että voi olla koomisia kertomuksia esimerkiks mitä joku hevonen teki hauskasti, niistä on helppo kertoa hauskoja juttuja toisille." (H1)

### 1.11 Kuntouttavan työtoiminnan yhteisön vaikutukset asiakkaaseen

Hevostallilla yhteisö on iso osa toimintaa. Myös Green Care -toiminnassa yhteisö on tärkeä elementti. Haastattelussa kysyin kokemuksia paikan

yhteisöstä, sen ilmapiiristä ja tasa-vertaisuudesta. Kysyin myös, miten toiminta on vaikuttanut ihmissuhteisiin ylipäätään. Yksi asiakkaista mainitsi sosiaalisten tilanteiden pelon vähentyneen hänellä toiminnan alettua.

Paikan ilmapiiri koettiin hyväksi ja rennoksi. Kaikki kehuivat toiminnan ohjaajaa joustavaksi ja ymmärtäväksi. Kaikkien mielestä apua on aina saanut tarvittaessa, ja on ollut helppoa kysyä, jos tarvitsee apua tai ei tiedä mitä pitäisi tehdä. Työtehtävät olivat jakaantuneet kaikkien mielestä hyvin ja työnjako oli ollut tasavertaista. Työtehtävät eivät ole tuntuneet liian vaikeilta ja niitä on ollut sopivasti. Osa työtehtävistä on mieluisampia kuin toiset, mutta mitään sellaista työtehtävää ei mainittu, mitä ei oltaisi oltu valmiita tekemään. Tärkeäksi koettiin, että kaikki tekivät kaikkea, niin ohjaajat kuin asiakkaatkin. Työntekoon oli helppo tarttua vähän huonompanakin aamuna. Aamulla työtehtävät ovat lähestulkoon aina samanlaiset ja aamun rutiinit helpottavat työn aloittamista. Iltapäivän työtehtävät vaihtelivat enemmän ja toivat vaihtelua päiviin.

"Ilmapiiri on hyvä ja rento. Mä en oo ainakaa kuullu et kukaa ois kenellekään kiukutellu." (H5)

"Kyl sitä hommaa on koko ajan riittäny, sit jos tänne tulee ni kyl mä haluan niit hommii tehdä." (H4)

"Aika helppoo et kysyy vaan ni kyl tekemistä aina on." (H3)

"Tänään oli huono päivä, mut ainaku aamusin tulee ni se on sellast rutiinii ottaa vaa ekana kärryt ja talikot ja alkaa vaa tekee." (H5)

Päällimmäiseksi vastauksissa nousi haastateltavien positiiviset ajatukset ilmapiiristä ja siitä, miten se vaikutti heidän toimintaan sitoutumiseen kyseiselle tallille. Yksi haastateltavista kertoi aikasempia kokemuksia siitä, miten joidenkin tallien hierarkia ja ilkeät ihmiset olivat saaneet hänet tuntemaan tallin epämielyttäväksikin paikaksi. Kolme, jotka olivat käyneet jo pidempään kuntouttavassa työtoiminnassa kokivat saaneen sitä kautta uusia kavereitakin elämäänsä.

"Tosi mukavii tyypei, oon tykänny. Ei syrjitä ketään. Mä tykkään tosi paljon. Mul on ollu tosi helppo tulla tänne. Nyt mul on enemmänki se, et mä haluan tulla ajois ja sit ketuttaa tosi paljon jos oon myöhäs tai oon pois. Ihmiset on mul tosi iso osa.



Täälhän on pakko puhua ja pysyy kärryil et jos ei semmost et en haluis puhua muil ni emmä sit tulis." (H2)

"Joo täällä ihmiset ovat positiivisia. Ei oo semmost huutamista täällä saa apua, jos tarvii eikä tartte häpee kysyy ja se toimii koko ajan, keskustelu toimii." (H1)

"No kyl mul yks oli sillai, et meist tuli kavereita. Pystyttii puhua muistakin asioista kuin hevosista keskenämme." (H3)

"On tullu joo joitain kavereitakin, tääl on helppo puhua kaikkien kans." (H5)

Haastattelussa kysyin myös, miten kuntouttava työtoiminta on vaikuttanut hevostallin ulkopuolisiin ihmissuhteisiin tai onko toiminnan aikana tullut tutustuttua uusiin ihmisiin. Neljä sanoi toiminnan vaikuttaneen ihmissuhderintamalla positiivisesti. Monelle unirytmien korjaantuminen oli lisännyt ihmisten tapaamista ja ystävyysuhteiden ylläpitämistä. Varsinaisia uusia ystäviä haastateltavat eivät kuitenkaan kokeneet saaneensa, mutta oma rohkeus lähestyä uusia ihmisiä oli parantunut ja sosiaalinen aktiivisuus ylipäättään kolmen haastateltavan mielestä lisääntynyt.

"Positiivisesti vaikuttanu sillee, et ei oo nii paha se sosiaalisten tilanteitten kammo enää." (H5)

"No mä oon huomannu, et oon ollu tosi paljon sosiaalisempi ja ilosempi ollu sillee ku tää toiminta on alkanut ja mulle on sanottukin siitä kans, et must huomaa, et tää on vaikuttanu tosi hyvin. Ja mulla on lähteny rullaa eteenpäin, et mä en niinku jumita paikoillani. Mä oon jotenki tosi paljon tasasempi ja mä en oo öitä enää hereil sillo ku muut nukkuu. Ni enne mä olisin jossai koneel ja nyt sit taas jaksan sit päivän aikaa nähä ihmisii ja mul on se rytmi siin sama." (H2)

"Aika samallaista mun mielestä, mää en oo kauhee sosiaalinen ihminen muutenkaa ja tykkään olla yksin, mut tarvittaessa pystyn kommunikoimaan. Emmä lähtis pölyttämään kenen tahansa ihmisen kans yhtäkkii." (H3)

## 1.12 Kuntouttavan työtoiminnan vaikutukset asiakkaan elämänhallintaan

Elämänhallintaa käsittelevät kysymykset liittyvät arjen jaksamiseen ja hallittavuuteen sekä omaan psyykkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin. Haastattelun

vastauksissa on jo aikaisemmin tullut esille paljon elämänhallintaan liittyviä vaikutuksia. Kaikkien haastateltavien mukaan toiminnasta on ollut apua arjen rytmin löytämisessä. Kaikilla oli ollut ongelmia sopivan unen ja levon välisen rytmin kanssa. Ennen toimintaa moni kertoi nukkuneensa päivät tai ainakin hyvin pitkälle päivää ja valvovansa öisin. Toiminnan avulla he ovat saaneet normaalistettua unirytmiaan.

"Unirythmi pysyy varmasti paljon parempana, kun käy täällä kun et ei ois missää. Öisin väsyttää enemmän kun on tehny päivällä jotain." (H3)

"Ennenkuin tulin tänne mulla oli rytmi ihan sekaisin. Melkein aina heräsin kahdelta päivällä ja nyt rytmi on tullut normaaliksi." (H2)

Kahdella myös unen määrä ja laatu olivat parantuneet toiminnan myötä ja he uskoivat fyysisellä toiminnalla olleen vaikutusta tähän. Neljä viidestä kertoi oman toimeliaisuuden lisääntyneen, heidän aloitettuaan kyseisen kuntouttavan toiminnan. Toiminnalla on ollut myös positiivisia vaikutuksia heidän ihmissuhteisiinsa. Kolme kertoi tapaavansa kavereita enemmän kuin ennen. He kertoivat sen johtuvan siitä, että he jaksavat nykyään lähteä paremmin kotoa liikkeelle ja että unirythmi alkaa olla toisten kanssa sama, jolloin kaverit ovat hereillä samaan aikaan.

"On tullut enemmän intoa tehdä asioita, vaikka lähteä luistelemaan illalla." (H1)

"Aika paljon tää on vaikuttanu. Tosi paljon helpompi tehdä asioita. Kaikki ei siirry huomiseen. Pystyn laskemaan eteenpäin "et mul on töitä huomen" ni teen sen mukaa asioita. Mul on tullu se, et on ottanu kii siit mitä tekee." (H2)

"Kylhän mul tulee päivän aikana tehty enemmän. eilenki kävin salilla ja menin kaverille yöks. Oon niinku maanantaisin tulla kotii ja lähtenyt viel ostaa viikon ruuat. Välil taas en jaksa töiden jälkeen mitään. Mut on must lisääntynyt tää toimeliaisuus, kun mun olo on nyt ihan erilainen." (H4)

Yksi kysymykseni koski onnistumisen kokemuksia. Kaksi piti itsetunnolleen hyvin tärkeänä jo pelkästään kuntouttavaan työtoimintaan pääsyä ja sitä, että on pystynyt toiminnassa säännöllisesti käymään.

"Ainaki se, et mä oon päässy kumminki töihin. Se oli mul tosi iso juttu ja must tuntuu, et mä oon onnistunu jossakin et mul on joku, joka on pysyny ja se on kivaa, et se on se suurin juttu." (H2)

"Se et sit on tullu paikal, esimerkiksi silleenki et on ollu kauhee väsyny ja sit on kumminki lähtenyt ni on kyl siitä tullu hyvä olo." (H5)

Haastattelussa viimeisenä kysyin miten he näkevät kuntouttavan työtoiminnan jakson auttavan heitä eteenpäin elämässä. Tähän tuli hieman erilaisia vastauksia. Kaikissa vastauksissa kuitenkin jollakin tavalla kävi ilmi, että toiminta on kasvattanut heidän luottamustaan omiin kykyihinsä tehdä jotakin.

"Tämä antaa motivaatiota etten halua palata vanhaan huonoon kuntoon, tää toiminta todistaa että kun pääsee tekemään ja osallistumaan niin olo paranee. Se että syö aamulla aamiaista ja pääsee pois asunnosta. Ei tarttee heti mennä kotiin istumaan." (H1)

"Oon mä aika paljon itsevarmempi. On tullu itsevarmuutta." (H5)

"Mä saan ainaki tost sillee jonku todistukse ja must mul on menny tosi hyvi. Nyt mä tiedän et tää on se mitä mä haluan tehdä. Oon ollu muillakin aloilla, mut ne ei oo ollu mun juttu. Nyt mä tiän et tää on." (H2)

"No siis se, et mul on täs tekimistä ni se auttaa mua tulevaisuudes jo ihan siltki kannalt, et mun ei tarvii selitellä et mitä mä oon sit tehny. Et sit muute vois tulla sellane kuva ettei mua vaa ois kiinnostanu tehdä mitää." (H4)

## POHDINTA

### 1.13 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Laadullisessa tutkimuksessa haasteena on saavuttaa täysin objektiivisiä tuloksia (Tilastokeskus 2014). Tutkimuksen teossa tärkeää on arvioida koko ajan toteutetun tutkimuksen luotettavuutta (Hirsjärvi ym. 2009, 231). Aineisto esitetään tekstinä eikä numeroina, joten tulkintoja on helpompi tehdä omasta näkökulmasta käsin. On paljon kiinni haastattelijasta pystyykö hän olemaan sekoittamatta omia uskomuksia, asenteita ja arvostuksia tutkimuskohteeseen. Tutkija yrittää ymmärtää haastateltavan näkökulmia ja ilmaisua yhteisen vuorovaikutuksen kautta (Tilastokeskus 2014).

Kokemustiedon keräämiseen teemahaastattelu sopii oikein hyvin, sillä siinä tuodaan esille ihmisten tulkintoja asioista, heidän asioille antamiaan merkityksiä sekä sitä, miten merkitykset syntyvät vuorovaikutuksessa (Hirsjärvi & Hurme 2004, 48). Teemahaastattelu tarjoaa useita etuja kokemustiedon keräämiseen. Esimerkiksi mahdollisuus säädellä haastatteluaiheiden järjestystä haastattelun aikana, mahdollisuus selventää haastateltavan vastauksia, sekä syventää saatavia tietoja lisäkysymyksillä. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 34–35.)

Ennen haastatteluja olin työharjoittelussa paikassa, jossa haastateltavat osallistuivat kuntouttavaan työtoimintaan. Osan kanssa ehdin työskennellä kolme kuukautta, osan kanssa vain muutamia viikkoja. Uskon pienenkin ajan vaikuttaneen positiivisesti minun ja haastateltavien välisen luottamuksen syntymiseen, jolloin haastattelut oli helpompi toteuttaa. Mielestäni kysymysten laatiminen oli helpompaa, kun olin itse ensin työskennellyt ja tutustunut kyseiseen paikkaan. Harjoitteluni aikana tutkimukseni aihe ja tutkimustehtävät selkiintyivät.

Tutkimuksen vaikein ja raskain osuus oli mielestäni kokonaisuudessaan tutkimuksen-, haastattelukysymysten- ja haastattelusta saadun aineiston rajaaminen. Avainkäsitteeni Green Care ja elämänhallinta olivat haastavat, sillä niistä oli tehty melko niukasti aikaisempia tutkimuksia ja tutkimustietoa oli vain

vähän. Varsinkin elämänhallinta on käsitteenä niin arkipäiväinen, että oli vaikeaa erottaa mikä siihen liittyen on tutkittua tietoa ja mikä taas yksittäisten ihmisten oletuksia.

Ennen varsinaista aineiston keruutani en tehnyt siihen valmistelevaa esihaastattelua. Olin kuitenkin laatinut haastattelurungon, teemat ja kysymykset etukäteen ja pohtinut niiden järjestyksen loogisesti eteneväksi. Kyseisessä Kuntouttavassa työtoiminnassa osallistujien määrä oli niin pieni, että halusin saada heidän kaikkien haastattelut tähän varsinaiseen tutkimukseen. En tavoittanut muun yhdistyksen tarjoavan vastaavanlaista kuntouttavaa työtoimintaa hevostalliympäristössä. Täten en löytänyt samanlaista kohderyhmää, joka olisi voinut vastata samoihin kysymyksiin.

Ennen haastatteluja kerroin haastateltaville omasta salassapitovelvollisuudestani, sekä heidän anonymiteetistään. Lisäksi haastateltavat allekirjoittivat suostumuksen haastatteluun osallistumisesta. Siinä salassapitovelvollisuuteni ja heidän anonymiteettinsä lisäksi haastateltavat antoivat luvan haastattelun nauhoittamiseen ja nauhoituksista syntyneen aineiston hyödyntämiseen tutkimuksessani. Ennen haastatteluiden nauhoittamista kerroin haastateltaville, että tutkimuksen jälkeen nauhurille taltioitunut aineisto hävitetään asiaankuuluvalla tavalla. Tutkimuksen aikana säilytin nauhoja paikassa, jonne ulkopuoliset eivät päässeet.

Työvaiheista mieluisimmaksi koin haastatteluiden toteuttamisen. Oli todella mielenkiintoista keskustella asiakkaiden kanssa ja saada kuulla heidän kokemuksia toiminnasta, jota olin saanut seurata hyvin läheltä harjoitteluni aikana. Haastatteluissa nousi esiin paljon merkityksiä, joita en etukäteen osannut ajatella niin tärkeäksi heille. Oli yllättävää miten avoimesti haastateltavat vastasivat kysymyksiin. Mielestäni haastattelutilanne tuntui yllättävän rennolta ja keskustelunomaiselta tuokiolta.

Tutkimukseni haastattelurungon olisin voinut viimeistellä paremmin. Oli harmi etten pystynyt toteuttamaan esihaastattelua. Ensimmäisen haastattelun jälkeen huomasin, että kysymysten eteneminen olisi voinut olla sulavampaa ja toistoa

olisi saanut olla vähemmän. Toisaalta haastateltavat olivat runsassanaisia ja monesti huomasin että toistamisen kautta sai samaan asiaan lisää näkökulmia.

Toteutin tutkimukseni yhdistykselle, joka oli minulle entuudestaan vieras. Minulla ei ollut ennakkokäsityksiä paikasta tai heidän tarjoamasta palvelustaan, eikä myöskään kokemusta vastaavasta toiminnasta. Uskon, että tämä paransi tutkimukseni objektiivisuutta. Minulla ei ollut tarvetta saada tietynlaisia tutkimustuloksia.

#### 1.14 Tulosten tarkastelu

Kuntouttavan työtoiminnan tavoite on mahdollistaa pitkään työttömänä olleelle väyliä työelämään tai ainakin työllistämistä edistäviin toimenpiteisiin. Toinen kuntouttavan työtoiminnan tavoite on parantaa toimintaan osallistuvan asiakkaan elämönhallintakykyä. (Lindqvist & Oksala 2001, 13.) Kvalitatiivisen tutkimuksen avulla on vaikeaa vastata ensimmäiseen kuntouttavan työtoiminnan tavoitteeseen, siksi keskityinkin pelkästään toiseen tavoitteeseen eli elämönhallintaan. Elämönhallinnankyvyn tarkastelu on enemmänkin asiakkaan kokemukseen perustuvaa.

Tutkimukseni tavoitteena oli selvittää asiakkaiden kokemuksia kuntouttavan työtoiminnan ja sen ympäristön vaikutuksista heidän elämönhallintaan ja jaksamiseen. Halusin saada näkökulmia siihen, miten juuri Green Care -ympäristö tukee asiakkaan kuntoutumista. Mikä tekee kuntouttavasta työtoiminnasta hevostalliympäristössä erityisen? Halusin kuulla heidän kokemuksistaan toiminnan hyvistä puolista sekä mahdollisista puutteista.

Haastatteluista löysin piirteitä, jotka toistuivat useissa haastatteluissa. Teemahaastattelun kautta tutkimustehtäviini. Kuntouttava työtoiminta ja sen ympäristö vaikuttivat positiivisesti asiakkaiden elämönhallintaan ja jaksamiseen.

Green Care -toiminnan perustana on kolme osa-aluetta, joista tärkeimpänä on luonto. Toisena tekijänä on toiminta, etenkin luonnossa tai luonnon kanssa. Kolmantena tekijänä on yhteisö, joka mahdollistaa osallisuuden, jota ihminen kokee vuorovaikutuksessa luonnon ja toisten ihmisten kanssa.

Kyseisellä hevosallilla näkyy Green Care -toiminnan kolme elementtiä. Vaikka paikka on lähellä kaupunkia, sitä ympäröi metsä ja luonnonsuojelualueen kävelypolut. Monesti asiakkaat kävivät kävelemässä hevosten kanssa näillä luonnonsuojelualueiden kävelypoluilla ja haastattelussa mainitsivatkin tämän olleen mieluisimpia tehtäviä. Hevosten jokapäiväiseen arkeen kuuluu ulkoilu aidatussa tilassa. Pelkästään hevosia ulos viedessä ollaan väistämättä tekemisissä luonnon kanssa. Vuodenajat vaikuttavat merkittävästi hevosallin työtehtäviin. Neljä haastateltavaa kertoi olevansa enemmän ulkona toiminnan myötä ja neljä piti tärkeänä ulkona työskentelyä. Ainoastaan yksi haastateltavista oli sitä mieltä ettei työskentely ulkona vaikuttanut ollenkaan hänen jaksamiseen.

Hevosallilla toiminta on keskeistä, sillä hevosen päivittäinen hoito vaatii paljon erilaisia toimenpiteitä. Lisäksi monet hevosen hoitoon kuuluvat tehtävät ovat hankalia toteuttaa yksin. Hevosallilla on väistämättä yhteisö. Yhteisö voi koostua tallin omistajista, yksityishevosten omistajista, tallityöntekijöistä, asiakkaista ja asiakkaiden tuttavista. Lisäksi hevosalleilla käy paljon satunnaisia ihmisiä hevosten hoitoa varten kuten kengittäjä, eläinlääkäri tai hieroja. Ilman vuorovaikutusta hevosen kokonaisvaltaista hoitoa ei voitaisi toteuttaa.

Talliyhteisö koettiin tärkeäksi ja se auttoi paikkaan sitoutumisessa. Yksi haastateltavista mainitsi, ettei tulisi ollenkaan paikalle jos ilmapiiri olisi huono. Haastateltavat kokivat tallin ilmapiirin hyväksi. Kahdella sosiaalisten tilanteiden pelkokin oli lieventynyt toiminnan aikana ja he sanoivat sen näkyvän myös tallin ulkopuolella. Toinen heistä kertoi, että tämä näkyi esimerkiksi siten, että hän pystyi taas käymään kaupungilla ostoksilla. Neljä haastateltavista sanoi toiminnan vaikuttaneen positiivisesti heidän ihmissuhteisiinsa. Positiivisia vaikutuksia olivat esimerkiksi ihmisten tapaaminen useammin, yhteyden pidon lisääntyminen, oman mielialan parantuminen ja virkistyminen.

Mielekkyys on elämänhallinnan tunteen keskeinen elementti ja motivaation luoja. Kaikki haastateltavat osasivat mainita kuntouttavassa työtoiminnassa mielekkäitä tehtäviä. Esimerkiksi kaikki hevosten kanssa lähemmässä

kontaktissa toteutettavat tehtävät haastateltavat kokivat mieluisimmiksi. Monet olivat ehtineet kiintyä yksittäisiin hevosiin ja yksi haastateltavista kertoi, miten hänen täytyy aina aamuisin käydä ensin tervehtimässä hänen lempihevostaan. Kaksi haastateltavaa erikseen mainitsi hevosten läsnäolon rauhoittavaksi.

Elämäntilanne on voimavara, joka kuvaa ihmisen psyykkistä, fyysistä ja henkistä hyvinvointia (Terveystieteiden ja Hyvinvoinnin laitos 2011). Kaikkien asiakkaiden aktivointisuunnitelmassa keskeiseksi tavoitteeksi oli mainittu arkirytmien ja unirytmien parantuminen. Tämä tavoite vaikuttaa varmasti kaikkiin kolmeen elämäntilanteeseen liittyvään voimavaraan. Kuntouttavan työtoiminnan aikana kaikki haastateltavat kertoivat unirytmensä parantuneen. Yksi asiakkaista antoi konkreettisen esimerkin siitä, miten tämä vaikuttaa myös hänen sosiaaliseen hyvinvointiinsa. Asiakas kertoi, että on helpompaa nähdä ja olla tekemisissä ihmisten kanssa, kun ei nuku silloin kun muut ovat hereillä.

Yksi työtoimintaan osallistujista koki toiminnan olevan joskus liiankin ohjattua. Kyseinen osallistuja kertoi, että itsenäisempi työskentely motivoisi häntä enemmän. Hevostalleilla on kuitenkin tyypillistä, että toiminta on usein hyvin ohjattua turvallisuuden lisäämiseksi. Palvelun tarjoajalle on mielestäni haasteena eritasoiset asiakkaat. On varmasti vaikeaa kehittää haasteita jo osaaville, kun samoja tehtäviä ei voi tarjota kokemattomammille.

Mielestäni osallistujista kolme oli motivoituneita oppimaan ja kehittymään hevosten hoidossa. Nämä tavoitteet lisäsivät heidän motivaatiotaan käydä toiminnassa. Esimerkiksi yksi kertoi itsestään lähtöisin olevia tavoitteita tallityöskentelyssä, miten hän halusi oppia laittamaan hevosille oikein ulkoloimet ja käsittelemään niitä niin hyvin, että voisi hakea vähän villimpiäkin hevosia sisälle. Kuitenkin kaikki viisi kuntouttavassa työtoiminnassa kävijää olivat harjoittelun ajan hyvin sitoutuneet toiminnassa käymään.

Yksilöhjauksen tarve koettiin hieman vaihtelevasti. Ensimmäisen jakson aikana työnhakuvalmennusta oli sopimuksen mukaan oltava vähintään 8 tuntia. Osa piti sitä melkein turhana, sillä he kokivat ohjausta tulevan jo niin monelta eri taholta riittävästi. Kaksi heistä taas koki saaneensa paljon apua



yksilöohjauksesta oman tulevaisuuden suunnitteluun ja elämänhallintaan. Mielestäni tämä näkyikin siinä, että yksilöohjaukertoja sai itse pyytää ja ohjaaja tiedusteli suoraan asiakkailta kokivatko he tarvitsevansa yksilöohjausta. Jos he kokivat tarvitsevansa sitä heille järjestettiin.

Hevosavusteinen toiminta on yksi suomalaisen Green Care -toiminnan edelläkävijöistä. Hevosen kanssa toimiminen on ennaltaehkäisevää ja ihmisen hyvinvointia lisäävää toimintaa. (Laitinen & Mäkituuri 2014, 8.) Haastatteluissa huomasi, että hevonen nousi monen vastauksissa hyvin merkittäväksi. Esimerkiksi kun kysyin mitkä asiat saavat tulemaan paikalla kuntouttavaan työtoimintaan kaikissa vastauksissa mainittiin hevoset. Teemoja laatiessani ajattelin sen olevan enemmänkin vain osa laajempaa kokonaisuutta, kuten ympäristöä tai työtehtäviä. Näin jälkikäteen hevonen olisi voinut olla mielenkiintoinen isompana osana tutkimusta.

Ratsastusta moni toivoi enemmän. Kuntouttavassa työtoiminnassa oli aikaisemmin syksyllä päässyt ratsastamaan ja nytkin sitä oli tarkoitus uudelleen järjestää. Palvelu ei kuitenkaan lupaa ratsastusta, mutta mahdollisuuksien mukaan sitä pyrittiin järjestämään satunnaisesti. Itselläni nousi sellainen ajatus, että jos olisi mahdollista ratsastusta voisi järjestää satunnaisesti aina maanantaille. Maanantait olivat usein haastateltaville kaikista haastavimpia päiviä ja tällainen pieni porkkana voisi olla hyvä motivaattori palata viikonlopun jälkeen arkirytmiiin.

Tutkimukseni avulla en löytänyt oikein yleistettäviä kehittämissuhteita. Joitakin yksittäisiä kehittämissuhteita nousi haastatteluissa esille, mutta ne olivat melko vaihtelevia osallistujien kesken. Palvelun räätälöinti yksilöllisemmäksi moni mainitsi tärkeäksi. Tämä olikin ainut haastatteluista noussut kehittämisen kohta, vaikka tätä mainittiin jonkin verran olevan jo.

Palvelu oli melko uusi tutkimukseni toteuttamisen aikana, sitä oltiin tarjottu vasta noin vuoden verran. Jatkotutkimuksissa olisi mielenkiintoista haastatella usempaa asiakasta ja saada myös miehienkin kokemuksia toiminnasta. Kaikilla palveluun osallistujista oli tällä kertaa aikaisempaa kokemusta hevosista.

Olisikin mielenkiintoista nähdä miten palvelu vaikuttaisi asiakkaaseen, jolle hevostalli ympäristönä olisi täysin uusi. Haastateltavat olivat käyneet hyvin vaihtelevan ajan toiminnassa. Osalla oli jo vuosi toimintaa takana, osalla vain muutamia viikkoja. Olisi helpompi vertailla tuloksia jos kaikki haastateltavat olisivat käyneet toiminnassa ajallisesti saman verran.

### 1.15 Ammatillinen kasvu

Koen oppineeni paljon kuntouttavasta työtoiminnasta ja siitä millaisia kuntouttavia vaikutuksia hevostallilla voi olla asiakkaaseen. Aikaisemmin olen nähnyt hevoset enemmänkin kilpaurheiluvälineinä ja urheilutavoitteiden toteuttajana. Toki olen kokenut kiintymystä hevosiin ja huomannut miten paljon iloa ne voivat tuoda elämään. Siksi halusinkin tarkastella hevostalliympäristöä uudesta näkökulmasta. Nyt olen vakuuttunut siitä, että hevosympäristö voi olla hyvinkin tehokas kokonaisvaltainen kuntouttaja monelle ihmiselle. Hevosen hyvinvointi koostuu hyvin samanlaisista tekijöistä kuin ihmisenkin. Arkirutiinit, säännöllinen ruokailu, liikunta ja lepo ovat avainasemassa. Lisäksi hevonen on aktiivisesti vuorovaikutuksessa ihmisen kanssa.

Kuten aikaisemminkin oman harrastuksen ja työn kautta olen huomannut, että talliympäristöön olennaisena osana kuuluu yhteisö. Tutkimuksessani halusin asiaa tarkastella ja mielestäni monen haastattelussa nousi esille, miten paljon viihtymiseen vaikutti paikassa olevat ihmiset ja yleinen ilmapiiri. Jopa yksi haastateltavista kertoi, ettei edes tulisi paikalle jollei ilmapiiri olisi hyvä. Kuntouttava työtoiminta tarjoaa ihmisille yhteisön. Ymmärsin tutkimukseni aikana miten tärkeää ihmisillä on integroitua johonkin ja tuntea itsensä siinä hyödylliseksi. Hyvä yhteisön ilmapiiri auttaa integroitumaan.

Tämän tutkimus on ollut minulle opettavainen. Koko sosionomi koulutuksen aikana olemme tehneet paljon erilaisia projekteja ryhmissä. Tämän tutkimukseni päätin kuitenkin toteuttaa yksin ja se oli mielestäni haastavaa, mutta kasvattavaa. Olisin saattanut olla tehokkaampi jos työ ei olisi ollut ainoastaan itseäni varten. Yksin tehdessä huomasin, miten usein olisin kaivannut toisten

mielipiteitä. Onneksi tutkimukseni aikana oli tarvittaessa apuna oma ohjaava opettaja.

Työ osoitti minulle miten aikaa vievää pelkkä tiedonhankinta on. Itselleni haastavinta oli aiheen rajaaminen. Huolellinen tutkimuksen suunnittelu ja valmistelu vaikuttavat paljon lopputulokseen. Alun suunnitteluun minun olisi pitänyt panostaa enemmän. Olen kuitenkin tyytyväinen siihen, että mielestäni aineistoni vastasi jotakuinkin laatimiini tutkimuskysymyksiin. Monet eri työvaiheet olivat minulle täysin uusia. Esimerkiksi en ollut koskaan aikaisemmin toteuttanut yksilöhaastatteluja yksin. Pidin tästä menetelmästä ja kun tein viisi eri yksilöhaastattelua huomasin miten oma varmuuteni kasvoi haastattelutilanteissa niiden myötä. Tämä työ osoittaa minulle sen mitä tarkoittaa mietelause "tärkeintä ei ole päämäärä vaan se matka".

## LÄHTEET

Ala-Kauhaluoma, M.; Keskitalo, E.; Lindqvist, T. & Parpo, A. 2004. Työttömien aktivointi. Kuntouttava työtoiminta -lain sisältö ja vaikuttavuus. Tutkimuksia 141. Helsinki: Stakes.

Ala-Kauhaluoma, M. 2005. Keppiä ja porkkanaa: Voidaanko aktivoinnilla vaikuttaa työttömien työllistymiseen ja hyvinvointiin?: Yhteiskuntapolitiikka-YP 70:1, 42-53.

Eduskunnan tarkastusvaliokunnan julkaisu 2013. Viitattu 3.7.2015  
[https://www.eduskunta.fi/FI/tietoeduskunnasta/julkaisut/Documents/trvj\\_1+2013.pdf](https://www.eduskunta.fi/FI/tietoeduskunnasta/julkaisut/Documents/trvj_1+2013.pdf).

Eronen.; Kalakoski.; Kanninen.; Kauppinen.; Laarni.; Paavilainen.; Salo.; Anttila.; Kallio.; Lähdesmäki.; Oksala. & Stenius. 2007. Persoona 1 - Psykologian perusteet. Helsinki: Edita Prima Oy.

Feldt, T.; Leskinen, E.; & Kinnunen, U. 2005. Structural invariance and stability of sense of coherence: A longitudinal analysis of two groups with different employment experiences. Article Work & Stress, 19(1) 68-83.

Green Care Finland ry 2015a. Mitä on Green Care? Viitattu 6.6.2015  
<http://www.gcfinland.fi/MitaOnGreenCarePaavalikko>.

Green Care Finland ry 2015b. Yhdistys. Viitattu 6.6.2015 <http://www.gcfinland.fi/Yhdistys>.

HHRY 2014. Hevostoiminnalla Hyvinvointia ry -Kuntouttavaa työtoimintaa talli- ja maatilaympäristössä. Viitattu 3.5.2015  
[http://www.hhry.net/HHry\\_esite\\_kuntouttava\\_tyotoiminta.pdf](http://www.hhry.net/HHry_esite_kuntouttava_tyotoiminta.pdf).

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

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2004. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, S. Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. Uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Hyttinen, A-M. 2012. Ratsastuksen terveystilaprofiili. Suomen ratsastajainliitto ry. Viitattu 5.7.2015  
[http://www.ratsastus.fi/instancedata/prime\\_product\\_julkaisu/ratsastajainliitto/embeds/ratsastajainliittowwwstructure/36332\\_Terveystilaprofiili\\_2012\\_nettili.pdf](http://www.ratsastus.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/ratsastajainliitto/embeds/ratsastajainliittowwwstructure/36332_Terveystilaprofiili_2012_nettili.pdf).

Jerohin, M. 2012. Työpaja mahdollisuutena?: Työpajakoulutuksen merkitys nuorten elämäntilassa. Sosiaalityön pro gradu tutkielma. Kokkolan yliopistokeskus Chydenius: Jyväskylän yliopisto. Saatavissa myös  
<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/37300/URN%3aNBN%3afif%3ajyu-201202021115.pdf?sequence=1>.

Julkunen, R. 2013. Aktivointipolitiikka hyvinvointivaltion paradigman muutoksena. Teoksessa Keskitalo, E & Karjalainen, V. (toim.). Kaikki työuralle! Työttömien aktiivipolitiikka Suomessa. Tampere: Vastapaino, 21-41.

Järvikoski, A. 2000. Kuntoutujakeskeinen lähestymistapa kuntoutuksen asiakastyössä. Teoksessa J.; Onnismaa, H. & Pasanen & T. Spangar (toim.) Ohjaus ammattina ja tieteenalana 2. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kajander, H. 2013. "Mikä ihmeen Green Care?" -Luonnon ja eläimien merkitys vankeinhoidossa. Opinnäytetyö Sosiaalialan koulutusohjelma. Diakonian ammattikorkeakoulu. Viitattu 10.10.2015

<https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/64187/MIKA%20IHMEEN%20GREEN%20CARE.pdf?sequence=1>.

Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä –Miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Karjalainen, V. & Keskitalo, E. 2013. Kaikki työuralle!: Työttömien aktiivipolitiikkaa Suomessa. Helsinki: THL

Karjalainen, V.; Saikku, P.; Pasuri, A. & Seppälä, A. 2008. Mitä on aktiivinen sosiaalipolitiikka kunnassa? Stakesin raportteja 20/2008. Helsinki: Stakes

Keltikangas-Järvinen, L. 2008. Temperamentti, stressi ja elämänhallinta. Helsinki: WSOY

Koistinen, K. 2005. Hevostoiminta ehkäisemään lasten ja nuorten syrjäytymistä. Teoksessa Okulov, S. (toim.). Ratsastuspedagogiikasta sosiaalipedagogiseksi hevostoiminnaksi: sosiaalipedagogisen hevostoiminnan perusteet ja sovellukset täydennyskoulutuksen kokemina. Tutkimuksia ja selvityksiä 7/2005. Kuopio: Kuopion yliopiston Koulutus- ja kehittämiskeskus.

Kuntoutusportti 2011. Viitattu 15.12.2015  
[http://www.kuntoutusportti.fi/portal/fi/ajankohtaista/tatakin\\_voisi\\_tutkia?bid=658](http://www.kuntoutusportti.fi/portal/fi/ajankohtaista/tatakin_voisi_tutkia?bid=658).

Kuvio 1. Kuntouttavan työtoiminnan asiakkaat iän ja sukupuolen mukaan 2010 ja 2013. Kuntouttava työtoiminta 2013 - Kuntakyselyn osaraportti, 2014. Viitattu 10.11.2015  
<https://www.thl.fi/fi/tilastot/tilastot-aiheittain/aikuisten-sosiaalipalvelut/tilastokysely-kuntiin/kuntouttava-tyotoiminta>.

Laitinen, A. & Mäki-Tuuri, S. (toim.) 2014. Hevoset ja kunta - rajapintoja. Ypäjä: Hippolis - Hevosalan osaamiskeskus ry.

Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 1372/2014. Viitattu 10.11.2015  
<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141372>.

Lindqvist, T. & Oksala, I. 2001. Sosiaali- ja terveysministeriö: Kuntouttavan työtoiminnan käsikirja 2001. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 2001:8. Viitattu 5.9.2015  
<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/114240/kuntouttava.pdf?sequence=1>.

Liukko, E. 2008. Kuntouttavaa sosiaalityötä paikantamassa. SOCCAn ja Heikki Waris – instituutin julkaisusarja 9/2006. Helsinki: SOCCA.

Luhtasela, L. 2009. Osallisuuden rakentuminen kuntouttavassa työtoiminnassa. Helsinki: Helsingin yliopisto.

Maaseutupolitiikan yhteistyöryhmä 2010. Luonto hyvinvoinnin lähteenä. Viitattu 17.11.2015 yhteistyöryhmä. [http://www.maaseutupolitiikka.fi/files/1167/Green\\_Care\\_INFO.pdf](http://www.maaseutupolitiikka.fi/files/1167/Green_Care_INFO.pdf).

Raitasalo, R. 1995. Elämänhallinta sosiaalipolitiikan tavoitteena. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 1. Helsinki: Kansaneläkelaitos.

Raunio, K. 1990. Sosiaalipolitiikan lähtökohtia. Turku: Turun yliopiston täydennyskoulutuskeskus.

Roos, J.P. 1987. Suomalainen elämä. Tutkimus tavallisten suomalaisten elämänkerroista. Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seura.

Salonen, K. 2011. Kvalitatiiviset tutkimusmenetelmät - lyhyt oppimäärä. Turku: Turun ammattikorkeakoulu.

Salovuori, T. 2014. Luonto kuntoutumisen tukena. Tampere: Mediapinta.

Sandelin, I. 2014. Kuntouttava työtoiminta asiakkaiden kokemana: Kirjallisuuskatsaus asiakkaiden toiminnalle antamista merkityksistä. Helsinki: THL. Saatavissa myös: [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/114912/URN\\_ISBN\\_978-952-302-154-9.pdf?sequence=1](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/114912/URN_ISBN_978-952-302-154-9.pdf?sequence=1).

Seppä, H. 2013. Työpaja nuorten kokemana: Etnografinen tapaututkimus verkotomuotoisesta työpajatoiminnasta. Pro gradu -tutkielma sosiaalityön alalta. Jyväskylän yliopisto: Kokkolan yliopistokeskus Chydenius. Saatavissa myös [https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/41257/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-201304251501.pdf?sequence=5](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/41257/URN_NBN_fi_jyu-201304251501.pdf?sequence=5).

Soini, K.; Ilmarinen, K.; Yli-Viikari, A. & Kirveenummi, A. 2011. Green Care sosiaalisena innovaationa suomalaisessa palvelujärjestelmässä. Viitattu 10.10.2015 <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/102903/soini.pdf?sequence=1>.

STM 9/2014. Sosiaali- ja terveysministeriö. Kuntouttavan työtoiminnan järjestäminen sekä 1.1.2015 voimaan tulleet kuntouttavan työtoiminnan lain muutokset. Viitattu 6.6.2015 <http://webdynasty.jns.fi/djulkaisu/kokous/2015606-9-2.PDFSTM>.

STM 14/2009. Sosiaali- ja terveysministeriö. Kuntouttavan työtoiminnan velvoittavuus 1.1.2010 alkaen. Viitattu 6.6.2015 [http://stm.fi/artikkeli/-/asset\\_publisher/skyldigheten-till-att-delta-i-arbetsverksamhet-i-rehabiliteringssyfte-fr-o-m-1-1-2010](http://stm.fi/artikkeli/-/asset_publisher/skyldigheten-till-att-delta-i-arbetsverksamhet-i-rehabiliteringssyfte-fr-o-m-1-1-2010).

Taloussanommat 4.3.2015. Viitattu 10.10.2015 <http://www.taloussanommat.fi/kansantalous/2015/03/04/tyottomyyden-kulut-rajussanousussa/20152821/12>.

Tammelin, M. 2010. Kokemuksia sosiaalipalveluista. Kuntouttavan työtoiminnan asiakasfoorumit Keski-Suomessa. Helsinki: THL.

Tem 2014. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja. Työllisyyskertomus vuodelta 2011. Viitattu 16.11.2015 <https://www.tem.fi/julkaisut?C=98033&xmid=4788>.

Te-palvelut 2014. Kuntouttava työtoiminta – kunta tukee työllistymistäsi. Viitattu 4.5.2015 [http://www.teservices.fi/te/fi/tyonhakijalle/tukea\\_tyollistymiseen/kuntouttava\\_tyotoiminta/index.html](http://www.teservices.fi/te/fi/tyonhakijalle/tukea_tyollistymiseen/kuntouttava_tyotoiminta/index.html).

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015a. Työhön kuntouttava Green Care Etelä-Suomessa. Viitattu 6.11.2015 <https://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/hankkeet-ja-ohjelmat/tyohon-kuntouttava-green-care-etela-suomessa>.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015b. Toimintakyvyn ulottuvuudet. Viitattu 6.11.2015 <https://www.thl.fi/fi/web/toimintakyky/mita-toimintakyky-on/toimintakyvyn-ulottuvuudet>.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014a. Kuntouttava työtoiminta 2013 - kuntakyselyn osaraportti. Viitattu 5.7.2015 [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116263/Tr19\\_14.pdf?sequence=4](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116263/Tr19_14.pdf?sequence=4).

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2011. Suositus psyykkisen toimintakyvyn mittaamiseksi väestötutkimuksissa. Viitattu 16.9.2015 [http://www.thl.fi/toimia/tietokanta/media/files/suositus/2011/01/26/S007\\_suositus\\_psykinen\\_vt\\_110126.pdf](http://www.thl.fi/toimia/tietokanta/media/files/suositus/2011/01/26/S007_suositus_psykinen_vt_110126.pdf).

Tervo, S. 2012. ”Jonku jonka kanssa niinku jutteli ja yhdessä teki.”: Tutkimus kuntouttavan työtoiminnan vaikutuksista 17-29 –vuotiaan kainuulaisnuoren elämässä. Pro gradu –tutkielma sosiaalityö. Kokkolan yliopistokeskus Chydenius: Jyväskylän yliopisto. Saatavissa myös <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/37666/URN:NBN:fi:jyu-201204031507.pdf?sequence=1>.

- Tilastokeskus 2014. Laadullisen ja määrällisen tutkimuksen erot. Viitattu 10.11.2015. Saatavissa myös <https://www.stat.fi/virsta/tkeruu/01/07/>.
- Tilastokeskus 2015. Pitkäaikaistyötön. Viitattu 18.11.2015 <http://www.stat.fi/meta/kas/pitkaaikaistyot.html>.
- Tilastokeskus 2015. Työttömyysaste. Viitattu 5.5.2015 <http://www.findikaattori.fi/fi/34>.
- Toivonen, T. 1999. Empiirinen sosiaalitutkimus. Filosofi a ja metodologia. Porvoo: WSOY
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2011. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Tuomi, J & Sarajärvi, A. 2013. Laadullinen tutkimus ja sisältöanalyysi. 10. uudistettu painos. Helsinki: Tammi.
- Tuusa, M. 2005. Sosiaalityö ja työllistaminen: kuntouttavan sosiaalityön ammattikäytännöt kuntien aktivointi- ja työllistämispalveluissa. Viitattu 10.10.2015 <http://www.sosnet.fi/loader.aspx?id=596ad5e0-facd-45cc-94a1-8e688b1f1851>.
- Uutela, Antti 1996. ”Ulkoisen ja sisäinen elämänhallinta ja sairauskäyttäytyminen”. Teoksessa. Raitasalo, Raimo (toim.): Elämänhallintaa etsimässä. Helsinki: Kansaneläkelaitos.
- Vastamäki, J. 2010. Koherenssin tunne ja työttömyys. University of Kuopio: Fredrich-Alexander-Universität. Saatavissa myös [https://www2.uef.fi/documents/1462980/1462987/Koonti\\_FI\\_Vastam%C3%A4ki\\_Jaana\\_Dissertation.pdf/8b164daa-7963-4b0e-826a-141aac8fd3f2](https://www2.uef.fi/documents/1462980/1462987/Koonti_FI_Vastam%C3%A4ki_Jaana_Dissertation.pdf/8b164daa-7963-4b0e-826a-141aac8fd3f2).
- Vehmasto, E. (toim.) 2014. Green Care toimintatavan suuntaviivat suomessa. Viitattu 9.10.2015 <http://www.mtt.fi/mttkasvu/pdf/mttkasvu20.pdfnce=1>.
- Vilko-Riihelä, A. 2008. Psykologia - Lukion kertauskirja. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.
- Volanen, S.; Suominen, S.; Lahelma, E.; Koskenvuo, M. & Silventoinen, K. 2007. Negative life events and stability of sense of coherence: A five-year follow-up study of Finnish women and men. Scandinavian Journal of Psychology. [Vol 48, No 5/2007](#), 433–441.
- Winqvist, L. 2011. Työ- ja elinkeinohallinto. Teoksessa Aaltonen, K. (toim.) Nuorten hyvinvointi ja monialainen yhteistyö. Tallinna: AS Pakett.
- Yli-Viikari, A.; Lilja, T.; Heikkilä, K.; Kirveennummi, A.; Kivinen, T.; Partanen, U.; Rantamäki-Lahtinen, L. & Soini, K. 2009. Green Care -terveyttä ja hyvinvointia maatilalta. Jokioinen: MTT. Saatavissa myös <https://jukuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/475081/met141.pdf?sequence=1>.
- Ylistö, S. 2009. Tavoiteteoreettinen elämänhallinta: selvyyttä sekavaan käsitteistöön. Artikkelit Sosiologia 46: Artikkelit 4, 3.

## Haastattelurunko

### **I Haastateltavien esitiedot:**

1. Kuinka vanha olet?
2. Mitä teit ennen kuin aloitit kuntouttavan työtoiminnan hevostallilla?
  - Työ/koulutus historia
3. Kuinka kauan olet ollut työttömänä?
4. Milloin aloitit kuntouttavan työtoiminnan tässä hevostallissa?
5. Miten paljon olet aikaisemmin ollut tekemisissä hevosten kanssa?

### **II Asiakkaan motivaatio:**

6. Mitä kautta tulit kuntouttavaan työtoimintaan kyseiselle hevostallille?
7. Miksi valitsit/hakeuduit juuri tänne kuntouttavaan työtoimintaan?
8. Miten koet alkuvaiheessa tehdyt tavoitteet kuntouttavan työtoiminnan ajalle?
  - Miten alkutilanteessa olit mukana kun tavoitteita suunniteltiin?
  - Mitkä olivat omat tavoitteesi?
  - Miten toiminta on vastannut tavoitteitasi?
9. Mitkä asiat saavat sinut tulemaan paikalle?

### **III Green Care -ympäristön vaikutukset asiakkaaseen:**

10. Miten ympäristö on vaikuttanut jaksamiseesi käydä kuntouttavassa työtoiminnassa?



11. Miten kuntouttava työtoiminta on vaikuttanut ulkoilunmäärääsi?

12. Miten vertaisit tätä kuntouttavan työtoiminnan paikkaa aikaisempiin kuntouttavan työtoiminnan paikkoihin?

- Mitä positiivista, mitä negatiivista asioita näet tässä paikassa?

13. Mitkä työtehtävät ovat olleet sinulle mieluisimpia ja miksi?

14. Miten seuraavat asiat ovat vaikuttaneet kuntouttavassa työssä viihtymiseesi?

- Työvälineet

- Tilat

- Hevoset

- Talliyhteisö

15. Miten hevonen vaikuttaa paikalla olijoiden keskinäiseen vuorovaikutukseen?

- Synnyttääkö hevosen läsnäolo enemmän keskusteluja?

#### **V Kuntouttavan työtoiminnan yhteisön vaikutukset asiakkaaseen:**

16. Millaista on ollut työskennellä talliyhteisön kanssa? (tällä tarkoitan tallin työntekijöitä ja muita kuntouttavaan työtoimintaan osallistujia)

- Miten kuvailisit tallin ilmapiiriä?

- Millaista on ollut tarttua työntekoon?

- Onko työtä ollut sopivasti kaikille?

- Oletko saanut uusia ystäviä?

- Miten toiset ovat sinua kohdelleet kuntouttavan työtoiminnan aikana?

- Minkälaisena olet kokenut tasavertaisuuden kuntouttavaan työtoimintaan osallistujien keskuudessa?
- Entä millaisena koet tasavertaisuuden toteutuneen koko talliyhteisön keskuudessa?
- Miten koet saaneesi apua tarvittaessa?

17. Miten kuntouttava työtoiminta on vaikuttanut ihmissuhteisiisi, esimerkiksi:

- Aikaisempiin ihmissuhteisiin,
- Rohkeuteen lähestyä muita ihmisiä,
- Luottamukseesi ihmisiä kohtaan?

#### **IV Kuntouttavan työtoiminnan vaikutukset asiakkaan elämänhallintaan?:**

18. Miten kuntouttava työtoiminta on vaikuttanut omaan arkeesi?

- Aamuherräämisiin,
- Unen määrään ja laatuun,
- Nukahtamiseen,
- Toimeliaisuuteesi,
- Liikunnan määrääsi,
- Harrastuksiin,
- Ystävien tapaamisten määrään,
- Vireystilaasi?

19. Millaisia onnistumisen kokemuksia olet saanut työtoiminnan aikana?

20. Miten kuntouttava työtoiminta on vaikuttanut itseesi?

- Itsevarmuus,

- Omatoimisuus
- Päätöksenteko,
- Elämän suunnittelu

21. Miten näet kuntouttavan työtoiminnan jakson auttavan eteenpäin elämässäsi?

- Omien kiinnostuksen kohteiden löytyminen
- Työn löytäminen
- Opiskeleminen
- Yleinen jaksaminen

## Haastattelusuostumus

Suostun siihen, että minua haastatellaan Katriina Melkkilän opinnäytetyötä varten ja haastattelussa antamani tietoja käytetään kyseisen opinnäytetyön tarpeisiin. Haastattelun saa nauhoittaa ja nauhoituksista syntynyttä aineistoa saa käyttää opinnäytetyössä. Henkilöllisyyteni ei paljastu missään vaiheessa tutkimusta. Minulla on oikeus kieltäytyä haastattelusta missä vaiheessa tahansa.

Päiväys ja paikka \_\_\_\_\_

Allekirjoitus ja nimenselvennys \_\_\_\_\_