

AMMATILLINEN KOIRA-AVUSTEINEN TYÖSKENTELEY
SOSIAALIALALLA

Harjoitukset ja apuvälineet käytännössä

Marika Haake, Pirjo Pulkkinen &

Kirsi Pellinen

E35nsosn & E35asosd

Opinnäytetyö, Syksy 2016

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Pieksämäki

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosionomi (AMK) -kirkon nuori-
sotyönohjaaja / -diakoni

TIIVISTELMÄ

Haake, Marika; Pulkkinen, Pirjo & Pellinen, Kirsi. Ammatillinen koira-avusteinen työskentely sosiaalialalla -harjoitukset ja apuvälineet käytännössä. Pieksämäki, syksy 2016, sivumäärä 66, 2 liitettä. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Pieksämäki. Sosiaalialan koulutusohjelma, Kristillinen lapsi- ja nuorisotyön suuntautumisvaihtoehto/Diakonisen sosiaalityön suuntautumisvaihtoehto, sosionomi (AMK) + kirkon nuorisotyönohjaajan/diakonin virkakelpoisuus.

Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, millaisia apuvälineitä ja harjoituksia työntekijät käyttävät koira-avusteisessa sosiaalityössä. Tutkimuksessa haluttiin myös selvittää, millaisia uusia harjoituksia ja apuvälineitä työntekijät tarvitsevat työhönsä ja mitä kehitettävää koira-avusteiseen toimintaan liittyy. Lisäksi tarkoituksena oli selvittää, käytetäänkö seurakunnissa eläinavusteista työmenetelmää, tai olisiko sellaiseen kiinnostusta tulevaisuudessa.

Tutkimuksen kohderyhmänä olivat koira-avusteista menetelmää työssään käyttävät työntekijät. Tutkimus toteutettiin Webropol-kyselynä ja sitä jaettiin Internetissä niillä sivustoilla, joiden kautta sen oli mahdollista tavoittaa kohderyhmä. Kysely sisälsi sekä suljettuja että avoimia kysymyksiä ja siinä käytettiin kvalitatiivista ja kvantitatiivista tutkimusmenetelmää. Lisäksi opinnäytetyön tuotokseksi tehtiin liite, jossa on kuvattu apuvälineiden ja harjoitusten käyttömahdollisuuksia. Seurakuntien suhdetta eläinavusteiseen työmenetelmään selvitettiin haastatteleamalla seurakunnan työntekijöitä sähköpostitse ja puhelimitse.

Kysely toteutettiin helmi-maaliskuussa 2016 ja siihen saatiin 23 vastausta. Vastausten pohjalta opinnäytetyön liitteenä olevaan tuotokseen koottiin yhteensä kahdeksan apuvälinettä ja 19 harjoitusta. Opinnäytetyön yhteistyökumppani Voimatassu Ky sai tutkimuksesta materiaalia syksyllä 2016 valmistuneeseen kirjaansa, joka on ensimmäinen suomeksi kirjoitettu kirja koira-avusteisesta työstä. Opinnäytetyön ja sen pohjalta valmistuneen kirjan on tarkoitus lisätä tietoutta koira-avusteisesta työmenetelmästä, sillä se on Suomessa vielä melko tuntematonta. Haastattelujen perusteella eläinavusteista toimintaa on seurakunnissa vielä vähän, vaikka kiinnostusta siihen kuitenkin on.

Asiasanat: Green Care, Koira-avusteisuus, eläinavusteisuus, sosiaaliala, seurakunta

ABSTRACT

Haake, Marika; Pulkkinen, Pirjo & Pellinen, Kirsi. The professional dog-assisted work in social services -exercises and training tools in practice. Pieksämäki, Autumn 2016, 66 Pages, 2 appendices. Language: Finnish. Diaconia University of Applied Sciences, Pieksämäki. Degree Programme in Social Services, Option in Christian Youth Work/Option in Diaconal Social Work. Degree: Bachelor of Social Services.

The objective of the survey was to find out what types of exercises and training tools employees used in dog-assisted social work. We also wanted to find out what types of exercises and training tools the employees needed in their work and what improvements they thought were in dog-assisted social work. Our other purpose was to find out if the congregations use animal-assisted methods and if not, would there be an interest for that in the future.

Focus groups of our study were the people who used dog-assisted work in their field. The survey was executed with the Webropol-software and it was shared through the Internet on pages that could reach our focus group. The query was constructed with both open and closed questions and was made with qualitative and quantitative methods.

For our thesis we also made an appendix that described the uses of exercises and training tools in dog-assisted work. We investigated the attitudes that congregations had with dog-assisted working methods by interviewing workers of the congregations by email and by phone.

The survey was executed during February and March of 2016 and we got 23 responses. From the answers we were able to assemble the appendix of our thesis with eight training tools and 19 exercises. An affiliate of our thesis, Voimatassu Ky, got material from our research that they used in their book that was finished in autumn of 2016. Their book is the first book written in Finnish about dog-assisted work. The purpose of our thesis and the book is to add awareness on dog-assisted work methods for it is still quite unknown in Finland. Based on our interviews congregations use very little animal-assisted work although interests for it exist.

Keywords: Green Care, animal-assistedness, dog-assistedness, Social Services, congregation

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO.....	6
2 ELÄIMEN VAIKUTUS IHMISEN HYVINVOINTIIN	7
3 KOIRA ELÄINAVUSTEISESSA TYÖSKENTELYSSÄ.....	10
3.1 Green Care	10
3.2 Eläinavusteisen työskentelyn käsitteet	11
3.3 Eläinavusteisessa toiminnassa käytettyjä eläimiä.....	12
3.4 Miksi koira?	13
3.4.1 Koiran käytön historia	13
3.4.2 Koiran sosiaaliset valmiudet ja kyky tunnistaa tunteita	14
4 RUOTSIN MALLI KOIRA-AVUSTEISESTA TYÖSKENTELYSTÄ	17
4.1 Koira-avusteinen työskentely Ruotsissa	17
4.2 Harjoitukset.....	18
5 KOIRA-AVUSTEINEN TYÖ KÄYTÄNNÖSSÄ	20
5.1 Toiminnan tavoitteellisuus.....	20
5.2 Kouluttautuminen koira-avusteiseen työskentelyyn.....	21
5.3 Koira-avusteisessa työssä huomioitavat asiat	23
6 TUTKIMUSONGELMA JA TYÖELÄMÄYHTEISTYÖ.....	26
6.1 Opinnäytetyön tavoitteet.....	26
6.2 Yhteistyökumppani Voimatassu Ky	27
7 TUTKIMUSMENETELMÄT JA TUTKIMUSPROSESSIN KUVAUS	29
7.1 Opinnäytetyön aikataulu	29
7.2 Tutkimusmenetelmän valinta.....	30
7.3 Tutkimusaineiston keruu ja kohderyhmän valinta.....	30
7.4 Seurakuntien valikoituminen	33
7.5 Tutkimusaineiston analyysi	33
8 TUTKIMUKSEN TULOKSET	37
8.1 Vastaajien taustatiedot	37
8.1.1 Asiakasryhmä.....	37
8.1.2 Vastaajien koulutukset ja työpaikat.....	37
8.2 Apuvälineet	41
8.3 Harjoitukset.....	43

8.4 Koira-avusteisen toiminnan kehittäminen	44
8.5 Seurakunta	46
9 TULOSTEN TARKASTELUA	49
9.1 Koira-avusteisen työn mahdollisuudet	50
9.2 Koira-avusteisen työn kehittäminen	51
9.3 Eläinavusteinen työskentely seurakunnissa	52
10 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS	54
10.1 Luotettavuuden ja pätevyyden arviointia.....	54
10.2 Tutkimuksen eettisyys	56
11 POHDINTA	59
11.1 Asenne koira-avusteiseen toimintaan	59
11.2 Ideoita jatkotutkimuksille	59
11.3 Ammatillinen kasvu opinnäytetyöprosessin aikana.....	60
LÄHTEET	63
LIITE 1: Kyselylomake.....	67
LIITE 2: Harjoitukset ja apuvälineet.....	75

1 JOHDANTO

Opinnäytetyötä suunnitellessamme halusimme löytää aiheen, joka liittyy koirien kanssa tehtävään sosiaalityöhön. Aihe kiinnosti meitä erityisesti siksi, koska meillä kaikilla on henkilökohtaisia kokemuksia koiran tuomasta ilosta ja sen positiivisista vaikutuksista hyvinvointiin. Aihe on myös hyvin ajankohtainen, sillä koira-avusteinen työskentely vaikuttaa olevan lisääntymässä nyt myös Suomessa.

Koira-avusteisesta toiminnasta on tehty melko paljon opinnäytetöitä asiakkaan näkökulmasta. Työntekijöiden näkökulmasta opinnäytetöitä on tehty vain muutamia. Halusimme löytää aiheen, joka ei toistaisi edellisiä tutkimuksia, vaan toisi aiheeseen jotakin uutta. Opinnäytetyössä keräsimme kyselyn avulla työntekijöiltä tietoa siitä, millaisia harjoituksia ja apuvälineitä he käyttävät työssään koiran kanssa. Yhteistyökumppanimme Voimattassu Ky tuottikin kyselymme pohjalta kirjan *Eläinavusteinen interventio -asiakkaan toiminnallisuuden tukeminen koira-avusteisin menetelmin*. Kirja on ensimmäisen suomeksi kirjoitettu kirja koira-avusteisesta työstä.

Koira-avusteisen työskentelyn menetelmiä on mahdollista hyödyntää hyvin laajalla työskentällä. Samat menetelmät ja apuvälineet ovat käytettävissä ja sovellettavissa sekä terapeutin, että sosionominkin työssä. Emme koe olevan mitään estettä sille, etteikö työmenetelmää voisi hyödyntää myös seurakunnan työssä.

Opinnäytetyömme teoriaosuudessa käsittelemme eläinavusteista toimintaa, ja olemme selittäneet eläinavusteisen toiminnan eri käsitteet. Teoriaosuuden keskeisimpiä asioita ovat eläimen vaikutus ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin, koiran käytön mahdollisuudet työkaverina sekä koiran käytön mahdollisuudet sosiaali- ja kirkon alalla.

Teoriaosuuden jälkeen kuvaamme käyttämiämme tutkimusmenetelmiä, tutkimuksen toteutusta ja sen analysointia. Tässä osuudessa kuvaamme myös tutkimuksemme tavoitteet, kyselylomakkeen tekemisen sekä raportin tutkimuksen aineiston keräämisestä. Tutkimuksen tulokset näkyvät opinnäytetyön lopussa. Harjoitukset ja apuvälineet olemme koonneet opinnäytetyömme liitteeksi. Pohdimme lopuksi tutkimuksemme tuloksia ja johdtopäätöksiä sekä sitä, mitä koko opinnäytetyöprosessi on meille antanut.

2 ELÄIMEN VAIKUTUS IHMISEN HYVINVOINTIIN

Ympäri maailmaa eri kulttuureissa on tunnustettu jo pitkään koiran kokonaisvaltaisen vaikutus ihmisen fyysiseen ja psyykkiseen hyvinvointiin. Monet ihmiset ovat luonnehtineet lemmikkinsä “karvaiseksi terapeutiksi”, jonka tuoma ilo ja liikunta ovat kantaneet omistajan läpi vaikeiden aikojen. Eläimen positiivisista vaikutuksista on saatu runsaasti tietoa myös tieteellisessä tutkimuksessa esimerkiksi suhteessa käyttäytymiseen, tunneilmaisuuksiin, itsehillinnän taitoihin, aggressiivisuuden määrään ja sosiaalisiin taitoihin. Koiran läsnäolon ja rapsuttelun on todettu myös lisäävän mielihyvähormoni endorfiinin eritystä elimistössä. (Ahonen 2011, 24–25.)

Koiralla on laaja-alainen myönteinen vaikutus ihmisen hyvinvointiin. Koira vaikuttaa ihmisen emotionaalisuuteen, elämänhallintaan, itsetuntoon ja toiminnallisuuteen. Lääketieteen ja kirurgian tohtori Heimo Langinvainio on tutkinut koiran vaikutusta ihmisen hyvinvointiin. Hänen tutkimuksensa “Hyvää elämään koiran kanssa - Koiran vaikutuksesta koiranomistajan hyvinvointiin ja onnellisuuteen” osoittaa koiran täyttävän monia ihmisen psykologisia ja sosiaalisia tarpeita. Tutkimus on tehty avoimena kyselynä Kennelliiton nettisivuilla vuoden 2014 lopulla ja tutkimuksen loppuraportti julkaistiin vuoden 2016 alussa. Kyselyyn vastasi 9019 henkilöä, joista 86 % oli naisia. Tutkimuksessa myös selvisi, että koiranomistaja on sitä onnellisempi, mitä parempi suhde hänellä on koiraansa. Parhaimmillaan suhde koiraan on palkitseva, rikastuttava ja suotuista hyvinvoinnin kannalta. (Langinvainio 2016.)

Useimmille koiranomistajille koira on uskollinen ja luotettava kumppani. Tutkimusten mukaan koiran omistaminen parantaa elämänlaatua ja lisää sosiaalisia suhteita. Koiran kanssa liikkussa tapaa sekä muita koiranomistajia, että muita eläinystävällisiä ihmisiä, jotka tulevat juttelemaan. (Meripaasi 2004, 11.)

Heimo Langinvainion (2016) tutkimus “Hyvää elämään koiran kanssa - Koiran vaikutuksesta koiranomistajan hyvinvointiin ja onnellisuuteen” osoittaa, että koira yhdistää perhettä ja vahvistaa parisuhdetta. Kyselyyn vastaajista osa oli myös sitä mieltä, että koira tukee lasten kasvatusta. Monet vastaajat myös kokivat, että koira on vahvistanut sosiaalisia suhteita erittäin paljon. (Langinvainio 2016.) Sosiaaliseen kanssakäymiseen liittyy

usein kiusallisuutta ja epävarmuutta. Eläimen läsnäolo vapauttaa tunnelmaa ja tekee vuorovaikutuksesta helpompaa. (Höök 2011, 36.)

Lemmikkieläinten omistajat väittävät usein, että lemmikkieläimen omistaminen ja siitä huolehtiminen parantaa heidän terveydentilaansa. Tutkimuksissa on todettu, että lemmikin omistajan riski sairastua sairauksiin on pienempi kuin henkilöllä, joka ei omista lemmikkiä. Eläin pystyy usein lieventämään pahaa oloa ja surua, minkä lisäksi rentoutuminen on helpompaa lemmikin seurassa kuin ilman lemmikkiä. (Vartiovaara 2006.)

Koiran läsnäolon on todettu vähentävän stressiä (Meripaasi 2004, 11). Koiran silittäminen vaikuttaa yliaktiivisen sympaattisen hermoston toimintaan. Tämä näkyy sydämen sykkeen laskuna, verenpaineen alenemisena ja hikoilun vähenemisena. (Horowitz 2011, 296.) Koiranomistajat suhtautuvat positiivisemmin fyysisiin aktiviteetteihin ja käyvät useammin lenkillä. Myös esimerkiksi pitkäaikaishoidossa olevat potilaat osallistuvat mieluummin esimerkiksi kävelylenkeille, fysioterapiaan tai päivätoimintaan koiran ollessa läsnä. (Höök 2011, 30.)

Lemmikit kehittävät lasten ja aikuisten kykyä vastuunkantoon ja empatiaan. Kaikki haluavat kokea olevansa tärkeitä. Asiakkaita voidaan esimerkiksi rohkaista auttamaan eläinten hoidossa ja niistä huolehtimisessa. Ihmisten kohtaamisissa huomio kiinnittyy läsnä olevaan eläimeen. Tämä luo keskustelua, naurua ja leikkiä. Eläinten kyky antaa lohdutusta ja luoda turvallisuuden tunnetta on erittäin tärkeää. (Höök 2011, 36.)

Lemmikki pystyy usein lievittämään surua ja pahaa oloa. Lemmikin koskettaminen lievittää myös läheisyyden kaipuuta. Kosketuksen kautta syntyy tunneyhteys toiseen elävään olentoon. Tämä on todettu etenkin vanhainkodeissa, joissa vierailee säännöllisesti koiria. Koirien vierailuilla on todettu olevan elämänlaatua parantava vaikutus. Eläimen pajaaminen rauhoittaa ja tuo hyvinvointitunnetta. (Vartiovaara 2006.)

Eläin ei arvostele tai luokittele ihmistä, vaan suhtautuu kaikkiin kohtaamiinsa ihmisiin tasavertaisesti. Esimerkiksi lasten, joiden on vaikea oppia lukemaan, voi olla ihmisen sijaan helpompi lukea lemmikille. Myös autististen lasten on usein helpompi ottaa kontaktia eläimeen kuin ihmiseen. Lemmikit voivat tarjota sellaista läheisyyttä, toveruutta ja tunnepitoista kiintymystä, mihin autistisilla lapsilla voi olla vuorovaikutuksiin liittyvien

vaikkeuksien takia vähemmän mahdollisuuksia kuin muilla lapsilla. Eläin voi myös opettaa lapselle toisten tarpeiden ja tunteiden huomioon ottamista sekä vaikuttaa empatiakykyyn. (Vartiovaara 2006.)

3 KOIRA ELÄINAVUSTEISESSA TYÖSKENTELYSSÄ

Koira-avusteisen toiminnan yläkäsitteenä on eläinavusteinen toiminta. Green Care -käsitteen alle taas sijoittuvat kaikki luonto- ja eläinavusteiset menetelmät, joten myös koiratoiminnan voidaan ajatella olevan Green Care-menetelmää. (Yli-Viikari, Haapasaari 2013.) Eläinavusteinen työskentely -käsitteen alle lukeutuvat eläinavusteinen toiminta, terapia ja opetus. Kun puhumme opinnäytetyössämme koira-avusteisesta työstä, tarkoitamme ammatillisesti tehtyä työtä, joka on tavoitteellista, dokumentoitua ja valvottua. Työssämme emme käsittele vapaaehtoistyönä toteutettua koiratoimintaa.

3.1 Green Care

Green Care on maaseutuympäristöön ja luontoon liittyvää toimintaa, jolla edistetään ihmisen elämänlaatua ja hyvinvointia (Yli-Viikari, Haapasaari 2013, 99). Luonto alentaa tehokkaasti stressiä sekä auttaa keskittymään ja rauhoittumaan (Salovuori 2014, 9). Green Care -toiminnassa luontoa käytetään tavoitteellisesti ihmisen hyvinvoinnin ylläpitämiseksi ja edistämiseksi Toiminnan kolme peruselementtiä ovat luonto, toiminta ja yhteisö. Green Care perustuu luontolähtöisiin toimintamuotoihin, joita voidaan käyttää niin metsässä, maatilalla, puutarhassa kuin kaupungissakin. (Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus, Terveystieteiden tutkimuskeskus & Lapin ammattikorkeakoulu 2014.)

Luontoa voidaan käyttää kuntoutuksen ja hoidon tukena monin erilaisin menetelmin. Green Care -toiminnan ytimessä ovat eläinavusteinen toiminta, terapeutti puutarhanhoito sekä maatalo- ja luontoympäristöjen kuntouttava käyttö. Lähes kaikkia luontoon liittyviä harrastuksia voidaan käyttää kuntoutuksen ja hoidon tukena. (Salovuori 2014, 22.) Green Care -palvelut voidaan jakaa luonnonvoiman ja luontohoivan palveluihin. Mikä tahansa luonnossa tapahtuva yhteisöllinen hyvinvointitoiminta ei kuitenkaan ole Green Care -toimintaa. Toiminnan kolme perusedellytystä ovat tavoitteellisuus, vastuullisuus ja ammatillisuus. Toiminnassa luontoa käytetään tietoisesti hyvinvoinnin edistämiseen. (Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus ym. 2014.)

3.2 Eläinavusteisen työskentelyn käsitteet

Eläinavusteinen työskentely (Animal Assisted Interventions, AAI) on niin sanottu katto-termi, joka pitää sisällään eläinavusteisen toiminnan (AAA), terapian (AAT) sekä opetuksen (AAP) (Ikäheimo 2013, 10). Yhdysvalloissa eläinavusteinen työskentely on jaettu kahteen alakäsitteeseen: Animal-Assisted Therapy (AAT) ja Animal-Assisted Activity (AAA). (Kruger & Serpell 2010, 34.) Ikäheimo on erottanut eläinavusteisen opetuksen (AAP) vielä omaksi alakäsitteekseen. (Ikäheimo 2013, 10.)

Eläinavusteinen toiminta (Animal-Assisted Activity, AAA) on yleensä vapaaehtoistoimintaa. Eläimen ohjaaja voi olla koulutettu ammattilainen tai vapaaehtoinen, joka ei työskentele sosiaali- ja terveysalalla. Toiminta voi lisätä ihmisen hyvinvointia motivoivin, kasvatuksellisin ja/tai mielihyvää tuottavin keinoin. Toiminta ei kuitenkaan ole tavoitteellista ja käyntien sisältö pohjautuu spontaanisuuteen. Eläimen tulee kuitenkin olla tehtävään soveltuva. (Kruger & Serpell 2010, 34.)

Koira-avusteista vapaaehtoistoimintaa on monenlaista ja esimerkiksi kaverikoirat ovat toimineet Suomessa jo vuodesta 2001 alkaen. Kennelliitto on rekisteröinyt kaverikoira-tavaramerkin patenti- ja rekisterihallitukseen vuonna 2005. Näin ollen Kaverikoira-nimeä voivat käyttää vain Kennelliiton ryhmissä toimivat koirakot. Kaverikoira-toiminta on vapaaehtoistoimintaa, jossa koira tuo iloa niille ihmisille, joilla ei ole omaa koira. Toiminnan tavoitteena on ihmisten ilahduttaminen ja piristäminen. Vuonna 2013 Kennelliiton Kaverikoira-toiminta hyväksyttiin kansainvälisen eläinavusteisen toiminnan kattojärjestön AAI:n täysjäseneksi. (Kennelliitto i.a A & Kennelliitto i.a. B.)

Eläinavusteinen terapia (Animal-Assisted Therapy, AAT) on tavoitteellista toimintaa, jossa eläin on osa hoito- tai kuntoutusprosessia. Eläimen ohjaaja on terveyden-, sosiaalihuoltoalan tai kasvatuksen asiantuntija, jolla on eläinavusteisen alan harjoitustutkinto, tai terapia on toteutettu tällaisen henkilön ohjauksessa. Toiminnan tarkoituksena on ihmisen fyysisen, sosiaalisen, emotionaalisen tai kognitiivisen hyvinvoinnin edistäminen. Terapialla on selkeät tavoitteet ja sen edistymistä seurataan. Prosessi tulee dokumentoida ja arvioida sekä eläimen tulee olla tehtävään soveltuva. (Kruger & Serpell 2010, 34.)

Eläinavusteinen (erityis)opetus (Animal-Assisted (Special) Pedagogy, AAP) voi olla eläinavusteista toimintaa tai terapiaa. Eläinavusteista toimintaa voi tehdä eläimeen perehtynyt opettaja kouluissa. (Ikäheimo 2013, 11.)

3.3 Eläinavusteisessa toiminnassa käytettyjä eläimiä

Eläinten yksi suuri vahvuus on siinä, että ne kohtelevat kaikkia ihmisiä tasavertaisesti luokittelematta heitä sosiaalisten statuksien tai diagnoosien mukaan. Eläimet ovat aitoja kumppaneita: ne eivät vedä rooleja ja riisuvat ihmiset tavanomaisista rooleistaan. Eläinten avulla voidaan harjoitella monia taitoja ja mallintaa sosiaalisia tilanteita, joissa asiakas tarvitsee harjoitusta. Eläimet antavat mahdollisuuden leikkiin, hoivan antamiseen, hellyyden osoittamiseen ja koskettamiseen. Eläinavusteisen toiminnan vahvuus on myös siinä, että se on mahdollista ympäri vuoden. (Salovuori 2014.) Eläinavusteisessa toiminnassa voidaan hyödyntää koiran lisäksi monia eri eläimiä.

Hevoset tarjoavat toimivan mahdollisuuden opetella uusia toiminta- ja käyttäytymistapoja, ja hevoset ovatkin erittäin merkittäviä varsinkin lastensuojelutyössä. Hevosen kuntouttavan käyttöön koulutetaan sosiaali-, terveys- ja kasvatustalon työntekijöitä ratsastusterapian, vammaisratsastuksen ja sosiaalipedagogisen hevostoiminnan piirissä. Hevosen käyttö ei rajoitu vain ratsastukseen, vaan koko talliympäristö tarjoaa mahdollisuuden vuorovaikutukseen sekä monipuoliseen toiminnallisuuteen. (Salovuori 2014, 65–66.)

Suomalaisessa eläinavusteisessa työskentelyssä aasi on uusi tulokas, mutta mm. Italiassa aaseja on käytetty terapeuttisena eläimenä jo useita vuosikymmeniä. Eläimenä aasi on itsevarmempi kuin hevonen. Se on myös fyysisesti ja henkisesti jäməkämpä. Aasin saaliseläin -vaistot eivät ole myöskään yhtä herkästi viritetyt kuin hevosella. Vaarallisissa tilanteissa aasi jähmettyy pakonomaisen pakenemisen sijaan. Aaseista välittyy rauhallisuus, varmuus, luotettavuus ja pelonhallinta. Se on pitkäjänteisempi työpari kuin hevonen, koska aasilla on kykyä jaksaa. Aasi ei myöskään ole niin stressiherkkä ja säikky kuin monet hevoset. Aasi liikkuu hevosta hitaammin ja rauhallisemmin ja siksi se on monelle asiakasryhmälle hyvä terapiaeläin. Aasi on myös luonnostaan utelias ja sosiaalinen sekä kiinnostunut ympäristönsä tapahtumista. (Salmela 2013, 125–127.)

Euroopassa alpakoiden ja laamojen käyttö eläinavusteisessa toiminnassa on melko uusia asia. Suomessa perustettiin vuonna 2007 Terapia-alkakat ja -laamat ry (ALAT) edistämään niiden käyttöä eläinavusteisessa toiminnassa ja terapiassa. Terapiaeäimeksi koulutetut alpakat ja laamat ovat ihmisrakkaita ja sosiaalisia. Ne ottavat kontaktia ihmisiin spontaanisti ja niillä on hyvin vahva ryhmätietoisuus. Laamat ja alpakat ovat rauhallisia ja hyväksyviä. Laamat ottavat ihmiseen aktiivisesti kontaktia ja sallivat myös ihmiselle kontaktinoton. Alpakat puolestaan ottavat kontaktia ryhmänä ja antavat ihmiselle mahdollisuuden tulla osaksi laumaa. (Kivikari & Collin-Kajaala 2013, 108–115.)

Kissan mukanaolo terapeuttisena eläimenä ei ole kovin yleistä, mutta kissoja kuitenkin käytetään jonkin verran esimerkiksi psykoterapiassa. Kissa on itsenäinen, kesyttämätön, salaperäinen ja toisaalta myös uskollinen. Eläinavusteisessa toiminnassa käytetään myös kanoja, sikoja, lampaita, vuohia ja lehmiä. (Salmela 2013, 101–104, 125.)

3.4 Miksi koira?

Suomessa on yli 600 000 rekisteröityä koira. Terveys- ja sosiaalihuollon sekä kasvatuksen apuna käytetään paljon eläimiä, joista hevonen ja koira ovat suosituimpia. Koira käytetään apuna monissa tilanteissa ja paikoissa, esimerkiksi kouluissa, kirjastossa, lastenkodeissa ja vanhainkodeissa. (Ikäheimo 2013, 5-8.) Tärkein ominaisuus eläinavusteisessa toiminnassa käytettävällä koiralla on itsenäinen kontaktin ottaminen ihmiseen. Koiran tulee myös nauttia toiminnasta ihmisten kanssa. Koiralla tulee myös olla kykyä rauhoittua ja toimia erilaisissa tilanteissa. Koiran sopivuus ei ole kiinni koiran rodusta tai iästä. (Lundell & Haapasaari 2013, 66; Borgström 2013,77.)

3.4.1 Koiran käytön historia

Ihmisellä ja koiralla on pitkä yhteinen historia. Useat todisteet osoittavat, että sudet ja ihmiset ovat hakeneet toisistaan hyötyä metsästyksessä. Ajan saatossa tämä suhde on kehittynyt käytännön kannalta metsästykseseen ja vartiointiin. (Höök 2010, 18.) Koira on ollut ihmisen kumppani ainakin 10 000 vuoden ajan. Koira on ollut metsästyskumppani, karjan paimentaja, vetojuhta ja se on karkottanut kutsumattomat vieraat. Koiran tehtävät ovat muuttuneet ja monipuolistuneet ihmisten elinkeinojen muuttuessa. Kenneltoiminta

alkoi Suomessa 1800-luvun loppupuolella. Sen kiinnostuksen kohteena olivat ennen kaikkea metsästyskoirat ja muut hyötykoirat. Tällöin ns. ”ylellisyyskoirien” määrä oli vähäinen. Nykyään tilanne on päinvastainen. Suurin osa koirista elää ihmisten kumppaneina, eikä koirilla ole varsinaista työtehtävää. (Meripaasi 2004, 6-7, 11.)

Vuosien saatossa lääketiede on alkanut hyväksyä lemmikkieläinten vaikutukset ihmisten terveyteen. Jo 1700-luvulla eläimiä käytettiin mielenterveysongelmien hoidossa. Yksi kuuluisa esimerkki on York Retreat’n Britaniaan vuonna 1796 perustama Quakers, jonka toiminta jatkuu edelleen. Laitoksen tavoitteena oli alun perin tarjota inhimillinen kohtelu mielisairaille. Potilaille annettiin mahdollisuus osallistua laitoksen toimintaan mielekkäällä tavalla. Eläimet olivat tavallisia maatilan eläimiä: lehmia, lampaita, hevosia ja kanoja. Myönteiset vaikutukset huomattiin ja samanlaisia laitoksia perustettiin myös muihin maihin. (Höök 2010, 18–19.)

Yhdysvalloissa lemmikkiterapiaa käytettiin sotilaiden traumojen hoitoon ensimmäisen ja toisen maailmansodan jälkeen. Kuitenkin lemmikkiterapia alkoi levitä kunnolla vasta vuonna 1969. Lemmikkiterapia-termin lanseerasi 1960-luvulla Amerikkalainen psykoterapeutti Boris Levinson. Levinson huomasi ja dokumentoi, kuinka merkittävää hänen koiransa mukana olo oli potilaiden hoidossa. (Höök 2010, 19–20, Ahonen 2011.)

Vuonna 1980 tutkijat Friedmann, Katcher, Lynch ja Thomas julkaisivat tutkimuksen, josta tuli maailman vaikuttavin tutkimus lemmikkiterapian myönteisistä vaikutuksista ihmisten terveyteen. Tutkimus keskittyi sellaisten potilaiden parantumiseen ja selviytymiseen, joilla oli ollut sydänpysähdys tai raju angiina. Tutkimus osoitti, että lemmikkieläimen omistamisella oli merkittävä vaikutus parantumiseen. Vähitellen eläinavusteinen terapia ja lemmikkiterapia saivat perustan terveydenhoidossa. (Höök 2010, 20- 21.)

3.4.2 Koiran sosiaaliset valmiudet ja kyky tunnistaa tunteita

Koirat ovat ainoita eläimiä, jotka hakeutuvat aktiivisesti katsekontaktiin ihmisen kanssa. Ihmiset pystyvät tulkitsemaan koiran eleitä, mutta myös koira pystyy lukemaan ihmisen ilmeitä ja eleitä. Koirat kiinnittävät huomiota ihmisten sijaintiin, liikehdintään, mielialaan ja etenkin kasvoihin. Koirat vastaavat ihmisten yhteistyöhaluisiin eleisiin spontaanisti jo

pentuna. Koira ymmärtää nopeasti, millä tavoin sen on reagoitava, jotta se saisi esimerkiksi palkkion. Koiralla käyttäytymistapa on synnynnäinen ja millään muulla eläinlajilla ei ole vastaavaa synnynnäistä käyttäytymistapaa. (Portin 2015; Horowitz 2011, 153–154.)

Koiraeläimet ovat kehittyneet elämään laumassa, koska se on mahdollistanut suurempien saaliiden metsästyksen. Koira sopeutuu yleensä vaivattomasti perheeseen, koska koiralla on ihanteellinen laumavietti. Koiran aivojen toiminnasta suurimman osan vie keskusmuisti ja kognitiiviset kyvyt. Tämä tarkoittaa, että koira keskittyy tunnistamaan ja elämään oman sosiaalisen ryhmänsä kanssa. Siksi koirat ovat niin taitavia toimimaan sosiaalisissa ryhmissä. (Sands 2009, 16–18.)

Koiralla on katsekontaktin lisäksi monia muita sosiaalisia taitoja. Taidot ovat sellaisia, jotka kuuluvat ihmisillä yhteiselon perustaksi. Koirat ovat lahjakkaita oppimaan sanoja. Lisäksi koirien sosiaalinen tarkkaavaisuus on mahdollistanut niille hyvän ongelmanratkaisukyvyyn. Koiralla on samankaltaisia älyllisiä taipumuksia ja henkistä joustavuutta kuin ihmisillä. (Portin 2015.)

Englantilais-brasilialaisen tutkimusryhmän tuore julkaisu osoittaa, että koira pystyy aistimaan ja tunnistamaan toisten koirien, mutta myös ihmisten tunteita. Tunteiden tunnistamisen on aikaisemmin ajateltu tapahtuvan vain lajien sisällä. Tutkimukseen osallistui 17 erirotuista aikuista koira, joille esitettiin samanaikaisesti kahdesta eri lähteestä tuotettua tunnetilaa. Koirille näytettiin ihmisen tai koiran kasvojen kuvaa ja samanaikaisesti ääntä videolta. Tunnetiloiltaan ilmeet ja äänet olivat positiivisia, kuten iloinen/leikkisä, tai negatiivisia, kuten vihainen/aggressiivinen. Ääni oli esimerkiksi koiran murinaa tai ihmisen ääntä. Testissä käytettiin koirille tuntemattomien henkilöiden kuvia sekä portugalinkielistä kieltä, joka oli vierasta koirille. Koiria testattiin portugalinkielellä, jottei tuttu kieli vaikuttaisi tutkimuksen tulokseen. (Albuquerque, Guo, Wilkinson, Savalli, Otta & Mills 2016.)

Koirien kyvystä tunnistaa tunteita on keskusteltu pitkään. Aiemmat tutkimukset ovat osoittaneet, että koirilla on kyky erottaa ihmisten tunteita esimerkiksi kasvojen ilmeiden avulla. Kyky vastata vihaiseen ääneen ei kuitenkaan ole sama asia kuin tunteiden emo-

tionaalinen tunnistaminen. Tuoreessa tutkimuksessa tutkijat huomasivat, että koirat katsoivat huomattavasti pidempään niitä kasvoja, joiden tunnetila sopi yhteen soitettun äänen kanssa. Tutkijat huomasivat tämän yhtenäisyyden riippumatta siitä, käytettiinkö testissä koiran vai ihmisen kuvaa ja ääntä. Tutkimuksen tulokset osoittavat, että koirilla on kyky yhdistää kaksi eri aistitietoista lähdettä yhtenäiseksi käsitykseksi tunteista sekä koirien, että myös ihmisten kohdalla. Koiria ei koulutettu kokeeseen millään tavalla, eivätkä ihmiset olleet koirille ennestään tuttuja. (Albuquerque ym. 2016.)

Koirien kyky tunnistaa visuaalisia ja äänellisiä emotionaalisia vihjeitä on erityisen hyödyllinen. Koirat ovat erittäin sosiaalisia, ja niiden kyky tunnistaa mielialoja on saattanut auttaa niitä kesyntyneeseen. On todennäköistä, että koirilla on luontainen kyky yhdistää tunteina ja emotionaalisia vihjeitä. Tämä viittaa siihen, että tunnepitoiset vihjeet ovat koirille luonnostaan tärkeitä. (Albuquerque ym. 2016.)

Koiran ja ihmisen veressä kohoaa oksitosiini-hormoni silloin, kun koira ja ihminen ottavat katsekontaktia toisiinsa. Oksitosiinia erittyy aivojen takalohkossa. Oksitosiini vaikuttaa laajasti hermoston toimintaan, esimerkiksi sosiaaliseen sitoutumiseen ja luottamukseen sekä lapsen ja vanhemman väliseen kiintymykseen. Oksitosiinista on tiedetty, että se edistää sosiaalista tunnesidoksen muodostumista saman lajin yksilöiden välillä. Nyt on kuitenkin osoitettu, että oksitosiini edistää sosiaalisia suhteita myös koiran ja ihmisen välillä, eli eri lajien välillä. Tämä näkyy kiintymystä osoittavassa katsekontaktissa. Koirat ovat omaksuneet tämän synnynnäisen käyttäytymispiirteen luodakseen siteen uuteen ihmisperheeseen. (Portin 2015, 80.)

4 RUOTSIN MALLI KOIRA-AVUSTEISESTA TYÖSKENTELYSSÄ

4.1 Koira-avusteinen työskentely Ruotsissa

Ruotsissa on perustettu vuonna 2008 niin sanottuja hoitokoiria kouluttava koulu, ruotsiksi Vårdhundskolan. Samalla on luotu uusi sana, hoitokoira (ruotsiksi vårdhund). Vuonna 2011 Ruotsissa on ollut 160 hoitokoira-kurssin käynnyttä tai vielä koulutuksessa olevaa henkilöä. Ruotsalaisen mallin mukaista hoitokoiratyötä tekevät vain erityisen koulutuksen käyneet koirakot. Pätevät terveydenhuoltoalan ammattilaiset kirjoittavat lähetteen hoitokoirien käyttöön. Vårdhundskolan järjestää kursseja myös sairaanhoitajille, lääkäreille ja terapeuteille koiran käytöstä hoitona. Koiraa käyttävät työntekijät ovat vakituisesti palkattuja, eivätkä siis tee työtä vapaaehtoisena. (Höök 2011, 8–14.)

Vårdhundskolan ajattelee ruotsalaisen mallin vievän eläinavusteista työskentelyä eteenpäin. Tavoitteena on, että tulevaisuudessa koirien käytön hyödyt ymmärretään vielä paremmin. Vårdhundskolan osallistuu myös kansainväliseen keskusteluun yhteisen mallin luomisesta eläinavusteiseen työskentelyyn. (Höök 2011, 9.)

Ruotsissa monet kunnat käyttävät niin sanottuja hoitokoiria erityisesti vanhustenhoidossa. Susanna Markkanen kertoo Sveriges Radio Sisuradion haastattelussa käyttävänsä koiraansa vanhustyössä. Hän saa lääkäriltä tai sairaanhoitajalta lähetteen, jossa kerrotaan mihin tarkoitukseen koira käytetään. Tavoitteena voi olla esimerkiksi levottomuuden hoito tai asiakkaan fyysinen aktivointi. Jokainen käynti on tarkkaan suunniteltu ja käynnin jälkeen Markkanen kirjoittaa ylös, mitä asiakkaan luona on tehty. (Huomenta Ruotsi 2012.)

Terapiakoira valitaan huolellisesti ja se testataan sopivaksi työhön. Koiranomistaja opettelee pätevän koirankouluttajan ohjaamana, kuinka koira koulutetaan suoriutumaan vaa- dituista tehtävistä. Seuraavassa vaiheessa koiran ohjaaja opiskelee, kuinka koira voi työskennellä potilaiden kanssa. Tähän osaan koulutuksesta kuuluu erilaisia harjoituksia kohdistettuna fyysiseen, psykologiseen, kognitiiviseen ja sosiaaliseen osa-alueeseen. Lopuksi ohjaaja ja koira käyvät läpi käytännön kokeen terveydenhuollon ympäristössä. Kun

ohjaaja ja koira ovat läpäisseet testin, heistä tulee virallisesti terapiakoiratiimi. Koirakko voi tämän jälkeen työskennellä potilaiden kanssa. (Höök 2011, 16.)

4.2 Harjoitukset

Ruotsissa koiria käytetään kuuden eri osa-alueen tukemiseen asiakkaan kuntoutuksessa. Harjoitukset on luokiteltu osa-alueittain muistiharjoituksiin, hienomotoristen taitojen tukemiseen, fyysisiin harjoituksiin, harjoituksiin halvauksen jälkeen, kognitiivisten taitojen tukemiseen ja sosiaalisiin harjoituksiin. (Höök 2011, 20–22.) Muistiharjoitukset suunnitellaan aina asiakkaalle sopiviksi. Asiakas voi koiran läsnä ollessa esimerkiksi pelata muistipeliä toisten koirien kuvilla tai heittää isoa noppaa, jossa pisteiden tilalla on kuvat. Esineitä voidaan myös piilottaa erikseen tehtyihin “muistimattoihin”, joista koira voi niitä etsiä. Lisäksi asiakkaan kanssa voidaan katsoa kuvia aiemmista harjoituksista koiran kanssa ja palauttaa näin mieleen niitä hetkiä. (Höök 2011, 20.)

Hienomotorisia taitoja tuettaessa asiakas voi esimerkiksi kiinnittää koiran talutushihnaan tai pakata laukkuun koiranhoidotarvikkeita. Asiakas voi myös ottaa koiran nameja pienestä purkista, laittaa niitä koiran kuppiin ja tarjota sen sitten koiralle. Lisäksi asiakas voi tehdä erityisiä palapelejä koiran avustuksella. (Höök 2011, 20.)

Fyysisissä harjoituksissa asiakkaita motivoidaan koiran avulla toimintaan. Asiakkaat saattavat esimerkiksi odottaa fysioterapiaa ja innostua siitä, kun siihen liittyy mielekästä tekemisestä koiran kanssa. Asiakasta voidaan pyytää esimerkiksi heittämään palloja tai renkaita erilaisiin koreihin, jolloin koira palauttaa ne takaisin asiakkaalle. (Höök 2011, 21.)

Halvauksen jälkeen eri kognitiiviset ja fyysiset toiminnot tarvitsevat vahvistusta. Koiran avulla on helppoa yhdistää puhe ja fyysinen harjoittelu. Asiakas voi pyytää koiraan auttamaan häntä erilaisissa tehtävissä. (Höök 2011, 21.) Kognitiivisiin harjoituksiin liittyy tehtäviä, joihin tarvitaan keskittymiskykyä, havainnointia sekä aikakäsitystä. Asiakas voi esimerkiksi palkita koiraan nameilla yksi kerrallaan ja samalla laskea, montako namia on vielä jäljellä. (Höök 2011, 22.)

Monet dementikot tai aivovamman saaneet saattavat hyötyä koiran kanssa tehtävistä sosiaalisista harjoituksista. Koira ottaa kontaktia kaikkiin ihmisiin välittämättä asiakkaan sosiaalisista taidoista. Koiran kanssa kommunikointi voi asiakkaasta tuntua miellyttävämmältä, jos hänellä on puutetta sosiaalisissa taidoissa. Koiran ollessa läsnä asiakkaiden on toisaalta myös helpompi ottaa kontaktia henkilökuntaan. (Höök 2011, 22.)

5 KOIRA-AVUSTEINEN TYÖ KÄYTÄNNÖSSÄ

5.1 Toiminnan tavoitteellisuus

Koira-avusteisen toiminnan tapahtuessa sosiaalialan työympäristössä on työntekijän ymmärrettävä ammatilliseen työhön liittyvä toiminnan tavoitteellisuus. Eläinavusteisen työskentelyn menetelmiä on mahdollista hyödyntää laajalla työkentällä, sillä samat menetelmät ja apuvälineet ovat käytettävissä ja sovellettavissa niin terapeutin, kuin sosionominkin työssä. Eläinavusteista työtä tehdään mm. erilaisissa oppi- ja hoitolaitoksissa sekä kuntoutusyksiköissä (Kahilaniemi 2016, 31).

Yhteistyökumppanimme Voimatassu Ky käytti kirjassaan toimintaterapian nimikkeistöä nousseita käsitteitä. Koira-avusteisen toiminnan tavoitteita olemme tutkimuksemme kartoittaneet samoja käsitteitä käyttäen. Toimintaterapiassa toimintaa ohjaavat tarkkaan määritellyt tavoitteet, mutta sama tavoitteellisuus on esillä myös muussa sosiaalityössä. Toimintaterapianimikkeistö on kasvatus- ja sosiaalialan ammattilaisten käytössä helpottamassa terapian suunnittelua, seurantaa ja loppuarviointia. (Suomen Kuntaliitto & Suomen Toimintaterapialiitto ry 2003).

Sosiaalialan työn tarkoituksena on myönteinen muutos asiakkaan elämäntilanteeseen. Toiminnalla vahvistetaan asiakkaan edellytyksiä toimia omatoimisesti, sekä selvitetään ja ehkäistään sosiaalisia ongelmia. Tavoitteellinen asiakasprosessi sisältää asiakkaan palvelutarpeen arvioinnin ja suunnitelman siitä, kuinka se toteutetaan. Asiakasprosessin vaikutuksia myös arvioidaan ennen asiakkuuden päättämistä. Asiakkaan tarpeet ja sosiaalialan ammattieettiset periaatteet ovat toiminnan lähtökohtana. Sosionomi voi toimia esimerkiksi erilaisissa ohjaus- ja kasvatustehtävissä, sekä julkisen ja yksityisen sektorin palveluyksiköiden johto- ja esimiestehtävissä. (Talentia 2013.)

Koiran kanssa tehtävien harjoitusten tavoitteet voivat liittyä toiminnan ohjaukseen, itsetuntoon, tunteiden hallintaan ja käsittelyyn, motorisiin valmiuksiin, tai toiminnallisten taitojen tukemiseen. Eläinavusteisen työskentelyn tyypillisiä tavoitteita ovatkin motoristen taitojen, prosessitaitojen, kognitiivisten, psyykkisten, sosiaalisten ja eettisten taitojen harjaannuttaminen. (Kahilaniemi 2016, 31.)

Näiden taitojen vahvistamista on kuvailtu toimintaterapianimikkeistössä. Motorisia taitoja vahvistetaan tarkoituksenmukaisesti toiminnan aikana. Prosessitaitojen vahvistamisen tarkoituksena on toiminnan hallinta ja pyrkimys tehdä aiottu tehtävä suunnitelmallisesti. Psykkisiä taitoja vahvistetaan asiakkaan ilmaisua ja tunteiden hallintaa kehittämällä. Asiakas voi harjoitella ryhmässä tai toimintaterapeutin kanssa tunteiden tunnistamista, ilmaisua ja hallintaa. Sosiaalisten taitojen vahvistamisen tarkoituksena on asiakkaan keskustelu- ja vuorovaikutustaitojen kehittäminen. Eettisten taitojen harjoittelussa huomioidaan säännöt ja normit jo suunnitteluvaiheessa ja tarkoituksena on asiakkaan vastuuntunnon vahvistaminen. (Suomen Kuntaliitto & Suomen Toimintaterapialiitto ry 2003.)

5.2 Kouluttautuminen koira-avusteiseen työskentelyyn

Suomessa eläinavusteiseen toimintaan on olemassa useampia koulutuksia. Koulutukset ovat hieman erilaisia ja niiden laajuus vaihtelee. Osa koulutuksista on suunnattu yleisesti eläinavusteiseen työskentelyyn, mutta myös koira-avusteiseen toimintaan on olemassa omia koulutuksia. Suomessa kaikki eläinavusteisen toiminnan koulutukset ovat vielä melko uusia.

Eläinavusteinen valmentajakoulutus, Solution Focused Animal Assisted Therapy (SFAT), antaa perustiedot ratkaisukeskeisestä ajattelusta, työotteesta sekä taitoja niiden soveltamiseen asiakastyössä. Koulutus antaa valmiuksia käyttää eläinavusteista valmennusta ja eläimen terapeuttista vaikutusta työssä, esimerkiksi sosiaali-, kasvatus- tai terveysalalla. Koulutus on tarkoitettu henkilöille, jotka työskentelevät asiakastyöympäristöissä ja haluavat hyödyntää lemmikkieläintä erilaisissa valmennuksissa tai terapiatyöskentelyssä. Koulutus sopii myös henkilöille, jotka haluavat toimia eläimen kanssa vapaaehtoistyössä. (Koulutus.fi i.a.)

Solution Focused Animal Assisted Therapy – koulutusohjelmalla on suojattu patentti- ja rekisterihallituksen myöntämällä tuotesuojauksella. Koulutus perustuu Suomessa kehitettyihin koulutusmentelmiin eläimen käytöstä ratkaisukeskeisessä valmennuksessa sekä ly-

hytterapiassa. (Alfapartners 2015.) Koulutus rakentuu ratkaisukeskeisten työmenetelmien malleille. Alfa Partners Oy on järjestänyt eläinavusteisia koulutuksia ja kursseja Suomessa vuodesta 2009. (Salmela 2013.)

Koira-avusteisen kasvat- ja kuntoutustyön täydennyskoulutus on Koirat kasvat- ja kuntoutustyössä ry:n ja Jyväskylän ammattikorkeakoulun (JAMK) järjestämä täydennyskoulutus, joka antaa valmiuksia hyödyntää koira-avusteisia metodeja omassa asiakastyössä. Koulutus on tarkoitettu sosiaali-, terveys- ja kasvatustieteiden ammattilaisille, jotka tarvitsevat omassa työssään koira-avusteisia metodeja. (Jyväskylän ammattikorkeakoulu i.a.)

Easel Ohjaaja -koulutus vahvistaa osallistujan omaa ammatillista ja henkilökohtaista itsetuntemusta. Koulutus antaa tietoja, työkaluja ja käytännön taitoja ihmissuhdetyöhön sekä syventää vuorovaikutuksen dynamiikan ymmärrystä. Koulutus antaa vankan osaamisen lisäksi tieteelliset ja teoreettiset perustelut työlle. Koulutukseen on mahdollista ottaa mukaan esimerkiksi koira tai hevonen. Koulutus ei ole vain kivoja harjoituksia eläimen kanssa, vaan eläin toimii työparina ja sen kanssa tehdään tehokasta työtä. (Easel training i.a.)

Koulutus on laajuudeltaan 30 opintopistettä ja se antaa teoreettiset sekä käytännön valmiudet käyttää Easel-työmuotoja osana oman pohjakoulutuksen mukaista ammatillista asiakastyötä. Jos haluaa työskennellä eläinavusteisesti, on läpäistävä koira- tai hevostyöparin kanssa EASELin turvallisuuskoe. Koulutus tarjoaa turvallisen, testatun ja ammatillisen tavan työskennellä eläintyöparin kanssa. EASEL ohjaaja-koulutusta on järjestetty Suomessa jo vuodesta 2005 alkaen ja ulkomaillekin jo vuodesta 2009 asti. Koulutus on menetelmäkoulutus, joten se vaatii ammatillisen osaamisen ja työssä tarvittavan pätevyyden oman kohderyhmän kanssa. (Easel Training i.a.)

Sosiaalipedagoginen koiratoiminta on tavoitteellista työtä, jonka tekeminen edellyttää ohjaajan omaa kasvua toimenkuvaan ja vastuunottoa koirasta. Suomen ensimmäinen sosiaalipedagogisen koiratoiminnan kurssin järjestivät Suomen Hoivakoira ja Sosped Keskus syksyllä 2014. (Green Care Finland i.a)

Sosiaalipedagogisen koiratoiminnan koulutuksen tavoitteena on lisätä valmiuksia sosiaalisen kasvun ja elämänhallinnan tukemiseen koiran kanssa työparina. Koulutus luo sosiaalipedagogisen orientaation avulla uusia käytäntöjä hyvinvoinnin edistämiseen. (Hoiva-koira i.a.; Sosped i.a.) Koulutuksen teemoja ovat mm. sosiaalinen vahvistaminen, sosiaalipedagoginen ammatillisuus, itsetuntemuksen lisääminen, luovuutta tukevan ilmapiirin mahdollistaminen sekä kokemuksellinen oppiminen. Koulutus on laajuudeltaan 25 opintopistettä. Edellytyksenä koulutukseen pääsemiseen on oma koira, joka soveltuu koulutukseen. (Sosped i.a.)

5.3 Koira-avusteisessa työssä huomioitavat asiat

Koiran mukaan ottaminen asiakastyöhön ei aina ole perusteltua. Tällaisia tilanteita ovat esimerkiksi asiakkaan tai työyhteisön jäsenen allergia tai koirapelko. Myös työpaikan siivouskäytännöt tai sopimattomat tilat voivat olla esteenä toiminnalle. Koiran läsnä olo ei myöskään jokaisessa tilanteessa edistä asiakkaan kuntoutumista, jolloin koira on syytä jättää pois toiminnasta. (Wikberg 2014, 31.) Kulttuurilliset taustat myös vaikuttavat eläimiin suhtautumiseen, ja esimerkiksi islamin uskon mukaan koira on saastainen eläin. Koiran kanssa kontaktissa oleminen tekee muslimista uskonnollisesti epäpuhtaan, jolloin hänen tarvitsee puhdistautua. (Rotko 2013, 22–23.)

Allergia- ja astmaliitto vetoaa ohjeistuksessaan, ettei lemmikkejä saisi päästää julkisiin tiloihin, kuten kouluihin tai kirjastoon. Tämä perustellaan sillä, että suomalaisista noin 15 prosenttia on allergisia eläimelle ja koululaisista noin 20 prosenttia on herkistynyt kissalle tai koiralle. Monet allergiset eivät pysty oireiden takia olemaan eläinten lähellä. Myös astmaatikot voivat oireilla eläinpölystä ja saada siitä astmakohtauksen. Runsas eläinpöly huonontaa sisäilmaa ja se vaikuttaa erityisesti allergisten ja astmaatikoiden terveyteen. Jos eläimet kuitenkin päätetään sallia julkisissa tiloissa, täytyy asiasta kertoa näkyvästi sisäänkäynnin yhteydessä. Lemmikeille sallitun tilan olisi myös hyvä olla erillinen alue ja sen siivoukseen tulisi kiinnittää normaalia enemmän huomiota. (Allergia- ja astmaliitto 2013.)

Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry on kuitenkin laatinut allergia- ja astmaliiton kanssa yhteistyössä erillisen suosituksen liittyen koiran tuomiseen työpaikalle. Suosituksen mukaan ohjaajan tulee keskustella ennen toiminnan alkamista koko työyhteisön kanssa koiran tuomisesta työpaikalle ja kartoittaa työntekijöiden allergiat, sekä niistä aiheutuvien oireiden aste. Kaikille annetaan mahdollisuus kertoa mielipiteensä koira-avusteisesta työmenetelmästä. Työyhteisössä selvitetään mistä koira tuodaan sisälle, missä tiloissa koira saa olla ja missä ei, sekä mitkä koiran työtehtävät ovat. Siivoukseen suunnitellaan selkeät työtavat siitä kuka siivoaa ja miten tilat siivotaan. Ohjaajan tulee esittää koirasta vakuutus- rokotus, soveltuvuuskoe-, työnäyttö- ja madotustiedot. On myös syytä miettiä valmiiksi toimintatavat, mikäli allergiaoireita esiintyy. (Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry & Allergia- ja astmaliitto 2014.)

Ruotsissa allergia- ja astmaliitto on myös antanut ohjeistuksen koiran huoltoon liittyen. Koira täytyy pestä viikoittain, ja siitepölyn aikaan koiran turkkiin suihkutetaan vettä ja sitä harjataan siitepölyn poistamiseksi. Koiran kynnet tulee myös pitää lyhyinä. Vanhusten parissa työskentelevä Markkanen toteaa radiohaastattelussa vanhusten olevan hyvin harvoin koirille allergisia. Allergiset työkaverit kokevat myös koirasta olevan niin paljon hyötyä, että voivat allergialääkkeiden avulla sallia koiran vierailun työpaikalla. Lähiomaisen ollessa allerginen, voidaan asiakkaan kanssa olla toisessa tilassa koiraä käytettäessä. (Huomenta Ruotsi 2012.)

Hyvän hygienian kannalta on hyödyllistä, että välineet, kuten lelut, lepopaikka ja valjaat ovat pestäviä ja helposti puhdistettavia. Asiakkaita kannattaa ohjata hyvään käsihygieniaan, ja työntekijän täytyy myös tiedostaa yleisimmät eläimelle ja ihmiselle yhteiset tartuntataudit erityisesti silloin, kun työskennellään riskiryhmien kanssa. (Wikberg 2014, 31.)

Koira-avusteisessa työskentelyssä käytettävän koiran terveydestä tulee huolehtia erityisen hyvin. Näin voidaan huolehtia sekä asiakkaan, että koirankin hyvinvoinnista. Koira täytyy rokottaa, madottaa ja käyttää eläinlääkärin tarkastuksessa säännöllisesti. Tämän lisäksi täytyy muistaa, että äkilliset sairastumiset ja loukkaantumiset estävät koiran käyttämisen työssä. Koira ei voi vaatia tekemään töitä, jos se ei ole täysin terve. Koiralla on oikeus saada tarvitsemaansa hoitoa sekä levätä rauhassa kotona. (Wikberg 2014, 30–31.)

Koiran psyykkisestä hyvinvoinnista täytyy myös muistaa huolehtia fyysisen jaksamisen lisäksi. Stressin ehkäisemiseksi koiralle täytyy varmistaa riittävästi lepoa, liikuntaa ja ruokaa työpäivän aikana ja vapaa-ajalla. Työpäivät tulee olla koiralle maltillisen ja realistisen pituisia sekä niiden tulee sisältää riittävästi taukoja. Aluksi on erityisesti tärkeää, että koira todella viihtyy työssään ja että se saa toiminnasta ja ympäristöstä positiivisia kokemuksia. Mukavilla valjailla tai pannoilla sekä makuupaikalla on myös merkitystä. Omistajan rauhallisuus ja johdonmukaisuus auttavat myös ehkäisemään stressiä. Jos koira näyttää stressaantuneen työssä, on tärkeää selvittää mahdollinen syy, jotta asialle voidaan tehdä jotakin. (Wikberg 2014, 31.)

6 TUTKIMUSONGELMA JA TYÖELÄMÄYHTEISTYÖ

6.1 Opinnäytetyön tavoitteet

Halusimme opinnäytetyömme liittyvän jollakin tavalla koirien kanssa tehtävään ammatilliseen sosiaalityöhön. Koira-avusteisesta työstä on tehty useampia opinnäytetöitä ja pro graduja. Suurin osa niistä on keskittynyt asiakkaisiin ja tutkinut, mitä hyötyä koira-avusteisesta työstä on asiakkaiden näkökulmasta. Tutkimustulokset ovat olleet melko samantlaisia kaikissa opinnäytetöissä ja pro graduissa, vaikka asiakasryhmä onkin vaihdellut. Emme halunneetkaan päätyä jälleen samoihin tutkimustuloksiin siitä, kuinka koira lisää asiakkaan motivaatiota, itseluottamusta sekä koiran läsnäololla on rentouttava vaikutus. Tästä syystä rajasimmekin opinnäytetyömme aiheen työntekijöihin, jotka tekevät asiakastyötä koiran kanssa.

Opinnäytetyömme lopullista aihetta pohtiessamme olimme yhteydessä Voimatassu Ky:hyn ja heiltä saimme lopullisen aiheen opinnäytetyöhön. Voimatassun tavoitteena oli saada kirjoitettua kirja, joka käsittelee konkreettisia harjoituksia ja apuvälineitä, joita käytetään koiran kanssa työskennellessä. Tämän ajatuksen pohjalta päädyimme tutkimaan, mitä koira-avusteinen työ käytännössä on. Aihetta päätimme lähestyä tekemällä kyselyn työntekijöille.

Tällä hetkellä ainoa kirjallisuus, mitä eläinavusteisuudesta on kirjoitettu suomeksi, on Kaija Ikäheimon toimittama Karvaterapiaa. Karvaterapiaa kirja käsittelee myös muiden eläinten kuin vain koiran käyttöä eläinavusteisessa toiminnassa. Kirja onkin laajempi katsaus eläinavusteiseen toimintaan. (Ikäheimo 2013.) Kirjallisuutta, joka keskittyisi vain koira-avusteiseen toimintaan, ei ole suomenkielisenä vielä saatavilla.

Opinnäytetyömme tärkeimmät tutkimuskysymykset ovat:

1. Millaisia apuvälineitä ja harjoituksia työntekijät käyttävät koiransa kanssa?
2. Millaisiin tilanteisiin työntekijät kaipaavat uusia apuvälineitä ja harjoituksia?

Voimatassu saa tutkimuksemme pohjalta materiaalia, jota he pystyvät hyödyntämään kirjassaan. Yhteistyökumppaniltamme valmistuva kirja onkin ensimmäinen suomeksi kirjoitettu kirja, josta saa käytännön harjoituksia työhön koiran kanssa.

Opinnäytetyön tavoitteena on siis tuoda konkreettisesti esille harjoituksia ja apuvälineitä, mitä koira-avusteisessa työssä voi hyödyntää. Opinnäytetyö sekä Voimatassulta valmistuva kirja antavat tietoa ja vinkkejä koira-avusteista menetelmää käyttäville työntekijöille, sekä niille, jotka ovat kiinnostuneita koira-avusteisesta työstä. Tarkoituksena on saada konkretisoiduksi se, mitä työ todellisuudessa on. Suomeksi kirjoitettua materiaalia koira-avusteisesta työstä on tällä hetkellä hyvin vähän saatavilla ja työntekijät toimivat melko itsenäisesti. Opinnäytetyön kautta työntekijät saadaankin jakamaan omia toimintatapojaan ja vihjeitään yhteiseen käyttöön.

Haluamme lisäksi selvittää, onko seurakunnilla käytössä jonkinlaista eläinavusteista toimintaa tai kiinnostusta siihen tulevaisuudessa. Valitsimme muutaman seurakunnan, joista kysyimme heidän suhtautumistaan eläinavusteiseen toimintaan. Näin saimme hieman käsitystä siitä, mitä koira-avusteinen toiminta voisi seurakunnassa olla. Opinnäytetyömme tavoitteena onkin lisätä myös seurakuntien tietoisuutta koiran käytön mahdollisuuksista asiakastyössä. Koira-avusteista menetelmää ja siinä käytettäviä harjoituksia ja apuvälineitä voi hyödyntää seurakunnassa samalla tavalla kuin muussakin sosiaalialan työympäristössä.

6.2 Yhteistyökumppani Voimatassu Ky

Opinnäytetyömme yhteistyökumppania etsiessämme olimme yhteydessä muutamaa koira-avusteista työtä tekevään tahoon. Yhteistyökumppaniksi saimme pienen perheyrietyksen, Voimatassu Ky:n. Voimatassun perustaja Eeva Kahilaniemi on koulutukseltaan yhteisöpedagogi (AMK) ja eläintenhoitaja (AT), eläintenkouluttajan suuntautuminen. Opinnäytetyöprosessimme aikana Kahilaniemi opiskeli toimintaterapeutiksi. (Voimatassu 2016 A.) Opinnäytetyöprosessimme aikana teimme yhteistyötä Kahilaniemen kanssa.

Voimatassu Ky toimii Tampereella ja sen osaamisen pääpaino on kasvatus- ja sosiaalialalla. Työn taustavaikuttajana ovat Green Care -menetelmät. Voimatassu Ky työskentelee asiakaslähtöisesti: asiakasta kuuntelemalla pyritään löytämään voimavaroja, joita

arjessa selviytymisessä tarvitaan. Yksilövalmennusta tarjotaan lapsille, nuorille tai nuorille aikuisille, jotka tarvitsevat tukea arkeensa. (Voimatassu 2016 A; Voimatassu 2016 B.)

Voimatassun osaamisen pohja on eläinavusteisessa työssä. Koiran osuutta asiakasprosessissa pohditaan aina tapauskohtaisesti. Koira voi olla mukana tietyillä tapaamiskerroilla tai koko prosessi voidaan suunnitella toteutettavaksi koira-avusteisesti. Voimatassulle tärkeää onkin koiran kokonaisvaltainen hyvinvointi. Voimatassu ei tee sairaanhoidollista työtä vaan kyseessä on kasvatustyö ja kuntoutusta tukeva valmennus. (Voimatassu 2016 B.) Voimatassu tarjoaa myös koulutuspalveluita sosiaali-, terveys- ja kasvatusalojen ammattilaisille eläinavusteisista menetelmistä. Voimatassu myös myy eläinavusteisen työn kirjallisuutta ja tuottamia kotimaisia toiminta- ja terapiamateriaaleja. (Voimatassu 2016 C; Voimatassu 2016 D.)

7 TUTKIMUSMENETELMÄT JA TUTKIMUSPROSESSIN KUVAUS

7.1 Opinnäytetyön aikataulu

Aloimme pohtimaan opinnäytetyömme aihetta syksyllä 2015. Yhteistyökumppani Voimatassu Kyn saimme mukaan syksyllä 2015. Yhteistyötahon varmistumisen jälkeen aloimme rajaamaan aihetta sekä kirjoittamaan suunnitelmaa. Suunnitelman saimme valmiiksi syksyllä 2015. Joulukuussa olimme vielä yhteydessä yhteistyökumppaniimme.

Tammikuussa 2016 aloitimme tekemään kyselylomaketta. Lomakkeen teossa kestikin yllättävän kauan ja sen julkaisemisessa meni aikaa. Kysely oli lopulta auki helmi-maaliskuun ajan. Tällöin kirjoitimme opinnäytetyömme teoriapohjaa ja odotimme vastauksia kyselyyn.

Huhtikuussa aloitimme kyselyn vastausten analysoimisen. Tekemistä hankaloitti se, että asumme eri paikkakunnilla ja aikataulujen sopiminen oli hankalaa. Pidimme yhteyttä toisiimme Facebookin ja Skypen välityksellä. Kun olimme saaneet kyselyymme vastaukset työntekijöiltä, olimme myös yhteydessä Voimatassuun ja lähetimme heille materiaalia tutkimuksestamme.

Seurakuntiin olimme yhteydessä kevään 2016 aikana ja tulokset saimme kevään kuluessa. Sosiaalisen median kautta saimme yhden puhelinhaastattelun kesällä 2016. Tulokset käsitelimme myös kesän aikana.

Tutkimustulosten analysointia sekä teoriataustan kirjoittamista jatkoimme vielä kesällä 2016. Syksyyn mennessä olimme kirjoittaneet raportin ja tehneet tuotoksen valmiiksi. Elo-syyskuussa 2016 viimeistelimme opinnäytetyötämme sekä kirjoitimme tutkimuksemme johtopäätökset ja pohdintaa.

7.2 Tutkimusmenetelmän valinta

Kvantitatiivisen eli määrällisen tutkimuksen avulla pyritään selvittämään prosentteihin ja lukumääriin liittyviä kysymyksiä, mikä edellyttää suurta ja edustavaa otosta. Kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus taas auttaa ymmärtämään tutkimuskohdetta tarkemmin ja selittämään sen käyttäytymistä. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa rajoitetaan yleensä pienen määrään tapauksia, mutta ne pyritään analysoimaan mahdollisimman tarkasti. (Heikkilä 2008, 16). Tutkimuksemme käytimme sekä kvantitatiivista, että kvalitatiivista lähestymistapaa.

Opinnäytetyömme tutkimusjoukko on melko pieni tilastolliseen tutkimukseen, mutta melko suuri laadulliseen tutkimukseen. Koska tutkimusjoukko on tilastolliseen tutkimukseen melko pieni, emme voineet tehdä ristiintaulukointeja ja yleistää, käytetäänkö tiettyjä harjoituksia juuri tietyn tyyppisen asiakasryhmän kanssa. Laadullisen analyysin yhdistäminen määrälliseen tutkimukseen oli opinnäytetyössämme ainoa tapa saada mahdollisimman paljon konkreettista tietoa harjoitusten ja apuvälineiden käytöstä. Opinnäytetyöprosessin aikana teimme myös pienen tuotoksen, joka on liitteenä (Liite 2). Kokosimme tutkimuksemme saadut harjoitukset ja apuvälineet liitteeksi, koska se oli tulosten hyödynnettävyyden kannalta järkevin tapa.

7.3 Tutkimusaineiston keruu ja kohderyhmän valinta

Tutkimuksemme kohderyhmäksi valitsimme työntekijät, jotka käyttävät koira-avusteista toimintaa omassa työssään. Emme valinneet työntekijöitä, joille lähetimme kyselylomakkeen, vaan kysely oli avoimena Internetissä. Kohderyhmän ammattia emme rajanneet, koska esimerkiksi terveysalan ammattilaisen käyttämiä harjoituksia pystyy hyödyntämään myös sosiaalialan ammattilainen. Vastaajat saattoivat siis olla monen eri ammatin edustajia kuten toimintaterapeutteja, sosionomeja, opettajia yms. Koira-avusteisuutta käytetään Suomessa työssä vielä hyvin vähän, joten oli tärkeää ottaa tutkimukseen mukaan eri alojen edustajia. Eri työkentillä käytettäviä menetelmiä voi hyvin soveltaa sosionomin työympäristöissä ja miksipä ei myös seurakunnan työssä.

Tutkimuksen teoreettinen viitekehys ja keskeiset käsitteet täytyy olla päätettynä ennen kyselylomakkeen suunnittelua. Onkin hyvä perehtyä ensin aihepiirin teoriakirjallisuuteen ja aiempiin tutkimuksiin. Kyselylomaketta laadittaessa on huolehdittava siitä, että kysymyksillä voidaan saada vastaus tutkimusongelmaan. Teoriasta muokattujen käsitteiden pitäisi myös olla sellaisia, että ne ovat vastaajien ymmärrettävissä. Tähän on syytä käyttää riittävästi aikaa ja testata kysymykset. (Vilka 2015, 101–102.)

Ennen kyselylomakkeen suunnittelua perehdyimme aiheeseen ja määrittelimme käsitteet, joita aiomme käyttää opinnäytetyössä. Kysymyksiä muotoillessamme arvioimme jatkuvasti, saadaanko niillä vastaus oikeaan asiaan ja ovatko kysymykset ymmärrettävissä oikein. Yhteistyökumppanin kanssa olimme tiiviisti yhteydessä kysymyksiä suunnitellessamme. Koska emme muita kohderyhmään kuuluvia tunteneet, oli yhteistyökumppani samalla testaamassa kysymysten ymmärrettävyyttä.

Kyselylomake laadittiin Webropol-ohjelmalla. Sähköinen kyselylomake oli helpoin ja järkevin tapa kerätä aineistoa. Webropol-ohjelman käyttö vaati kuitenkin paljon opettelua ja vei siten aikaa. Kyselylomakkeen tekoon panostaminen oli kuitenkin kannattavaa tulosten käsittelyn kannalta. Kysymyksiä jouduimme myös muuttamaan useampaan kertaan, jotta saisimme vastaukset oikeisiin kysymyksiin.

Kyselylomakkeeseen voi tehdä kolmen tyyppisiä kysymyksiä: avoimia, suljettuja sekä sekamuotoisia kysymyksiä. Avoimet kysymykset ovat tarkoituksenmukaisia silloin, kuin vaihtoehtoja ei tunneta etukäteen. Ne on helppo luoda, mutta ne houkuttelevat vastaamatta jättämiseen ja niiden käsittely on työlästä. Suljetut kysymykset, eli vaihtoehdot antavat kysymykset, ovat tarkoituksenmukaisia silloin, kun selvästi rajatut vaihtoehdot tiedetään etukäteen. Suljetut kysymykset myös sulkevat pois tietyt virheet. Vaihtoehtoja ei voi olla kovin montaa, mutta kaikille vastaajille tulee löytyä sopiva vastausvaihtoehto. Vastaaminen ja tulosten analysointi on suljettujen kysymysten kohdalla nopeaa. Sekamuotoisissa kysymyksissä taas osa vaihtoehdoista on annettu, mutta osa (yleensä yksi) on avoimia. Avoimena vaihtoehto on usein “Muu, mikä?”. (Heikkilä 2008, 49–52.)

Kyselylomakkeessamme oli avoimia, suljettuja ja sekamuotoisia kysymyksiä. Taustatietokysymykset olivat joko suljettuja tai sekamuotoisia. Näin saimme melko helposti koot-

tua vastaajien taustatiedot. Sekamuotoiset kysymykset mahdollistivat ”muu, mikä” -vaihtoehdon ja näin ollen jokaiselle vastaajalle löytyi sopiva vastausvaihtoehto. Tutkimuskysymyksen kannalta tärkeimmät kysymykset olivat avoimia. Apuvälineiden ja harjoitusten kuvaamisen teimme avoimeksi kysymykseksi, koska halusimme saada juuri tästä aiheesta mahdollisimman paljon tietoa.

Kyselylomakkeessa voi olla lisäksi asenneasteikkoja, joissa kysytään mielipidettä asteikkotyypin vastausvaihtoehtoin. Vahvuutena on se, että asteikon avulla saadaan paljon tietoa pieneen tilaan. Heikkoutena puolestaan on se, että vastauksista ei voi päätellä, mikä painoarvo kohteilla on eri vastaajille. (Heikkilä 2008, 52–53.) Käytimme kyselylomakkeessamme asenneasteikkoja, jossa pyysimme vastaajia arvioimaan käyttämiensä apuvälineiden hyötyä toiminnan kannalta, sekä kuinka hyvin harjoitukset vastaavat tarkoitustaan. Näiden lisäksi meillä oli asenneasteikko, jossa vastaajien piti valita, mitä elämän osa-aluetta harjoitus tukee. Näillä kysymyksillä sai melko paljon tietoa, mutta tiedosta ei ollut merkittävää hyötyä tulosten kannalta.

Yhteistyökumppanimme jakoi julkisen linkin kyselystä saatekirjeineen Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä -yhdistyksen Facebook-sivuilla, Voimatassun kotisivuilla ja Facebook-sivuilla, sekä muilla eläinavusteisuutta käsitteleville Facebook-sivuilla. Jaoimme kyselyä Facebookissa eri sivustoille mm. Green Care -yhdistyksen sivuille. Lähetimme myös sähköpostia muutamille henkilöille, joiden tiesimme käyttävän koira työssään. Kysely lähti myös Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:n sähköisen uutiskirjeen mukana yhdistyksen jäsenille.

Alkuperäinen suunnitelma oli, että kysely olisi saatu avattua tammikuun 2016 aikana, ja kyselyyn olisi ollut mahdollista vastata kuukauden ajan. Todellisuudessa saimme kyselyn auki vasta helmikuun alussa, ja kyselyn piti olla auki kuukauden ajan. Kolmen viikon vastausajan jälkeen olimme kuitenkin saaneet vain kahdeksan vastausta kyselyyn. Jatkoimme vastausaikaa 20.3.2016 saakka, sekä mainostimme ja jaoimme kyselyä Facebookissa eri ryhmiin. Lähetimme kyselyä myös sähköpostitse, jotta saisimme enemmän vastauksia.

7.4 Seurakuntien valikoituminen

Koska käsittelemme opinnäytetyössämme myös seurakunnan näkökulmaa eläinavusteiseen työskentelyyn, otimme yhteyttä eri seurakuntiin. Kysyimme käytetäänkö seurakunnissa eläinavusteista toimintaa ja jos käytetään, niin miten sitä hyödynnetään. Valitsimme seurakunnat satunnaisesti sen perusteella, että olimme kuulleet niissä käytettävän eläimiä jollakin tavalla työssä. Seurakunnista valitsimme työntekijöitä sen perusteella, keiden uskoimme tietävän seurakuntansa mahdollisesta eläinavusteisesta toiminnasta.

Lähetimme sähköpostia Espoon seurakunnan nuorisotyönohjaaja Stella Björholmille ja diakoni Lea Puotinniemelle, Joensuun seurakunnan diakoni Satu Haloselle, Tampereen seurakunnan hallintosihteeri Hanna-Leena Autiolle, Juvan seurakunnan kirkkoherra Sirkka Pykkäselle, Oulun diakoniatimivastaava Kirsi Karppiselle sekä Turun seurakunnan diakoni Tarja Muuriselle. Lisäksi etsimme sosiaalisessa mediassa koira- tai eläinavusteista työtä tekeviä seurakuntia tai seurakunnan työntekijöistä.

Tavoitteenamme oli saada kolme tai neljä haastattelua, jotta saisimme näkökulmaa seurakunnan eläinavusteisesta toiminnasta. Turun seurakunta oli ainoa, jolta emme saaneet lainkaan vastausta. Oulun seurakunnan mukaan heillä ei ole eläinavusteista toimintaa. Joensuun ja Tampereen seurakunnista emme saaneet enää yhteydenottoa sen jälkeen, kun sieltä oli luvattu laittaa viestiä eteenpäin. Loppujen lopuksi saimme Espoosta kaksi ja Juvalta yhden käyttökelpoisen vastauksen, jossa työntekijät kertoivat olevansa työssään jollain tavoin tekemisissä koirien kanssa. Sosiaaliseen mediaan pistämämme ilmoitus toi yhden vastauksen. Tämä vastaus saatiin Tampereen seurakunnan koulutusasiantuntija Pia Korrielta puhelinhaastatteluna. Saimme näiden haastattelujen pohjalta hyvin kuvattua toimintaa, jota seurakunnissa koirien kanssa tehdään.

7.5 Tutkimusaineiston analyysi

Kun aineisto on kerätty ja tallennettu, alkaa sen käsitteleminen. Tutkimuksessa kerätyt tiedot tulee käsitellä niin, että saadaan vastaukset tutkimuskysymyksiin ja tutkimusongelma tulee ratkaistuksi. (Heikkilä 2008, 143.) Tavallisesti ajatellaan, että analyysi aloitetaan sen jälkeen, kun aineisto on kerätty ja järjestetty. Tämän tyylinen analyysi soveltuu

hyvin silloin kuin tietoja kerätään strukturoiduilla lomakkeilla tai asteikkomittareilla. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 223.)

Opinnäytetyömme analyysin aloitimme vasta tulokset saatuamme. Kävimme kuitenkin katsomassa tuloksia jatkuvasti. Näin vastaukset olivat jo tuttuja, ja mietimme ensimmäisten vastausten saapumisen jälkeen, saammeko kyselylomakkeella vastauksen tutkimuskysymykseen. Aineistoa voidaan analysoida monin tavoin ja pääperiaate on se, että valitaan sellainen analyysitapa, joka parhaiten tuo vastauksen tutkimusongelmaan ja tutkimuskysymykseen (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 224). Koska kyselylomakkeessamme oli sekä suljettuja, että avoimia kysymyksiä, jouduimme käyttämään analyysissa useampia analyysimenetelmiä.

Kyselymme vastausprosenttia emme tiedä, koska kyselyä jaettiin sosiaalisessa mediassa. Tilastotietoa siitä, kuinka moni ihminen tekee koira-avusteista työtä, ei ole saatavilla. Kyselymme olikin otanta suuremmasta joukosta. Otannan tulisi olla pienoiskuva perusjoukosta, jotta tulokset olisivat luotettavia (Heikkilä 2008, 33). Otantamenetelmänä tutkimuksessamme on periaatteessa satunnaisotanta. Satunnaisotantaa sanotaan myös umpimähkäiseksi otannaksi, koska jokaisella perusjoukon jäsenellä on mahdollisuus tulla valituksi (Heikkilä 2008, 36). Kyselyssämme oli satunnaisotanta, mutta henkilöiden valinta ei ollut meidän käsissämme, vaan jokainen kyselyn nähnyt henkilö sai itse valita vastaako kyselyyn vai ei.

Tutkimustuloksia voidaan esittää tekstin lisäksi myös kaavioilla ja kuvioilla. Kaavioiden ja kuvioiden tulee olla yksiselitteisiä ja selkeitä. (Heikkilä 2008, 154.) Kysymysten analysoinnissa käytimme Webropol-ohjelman lisäksi Excel-ohjelmaa, jolla teimme kaavioita ja kuvioita selkeyttääksemme tutkimuksen tuloksia. Tilastollisten kysymysten analysointi oli helppoa, koska tutkimusaineisto oli sähköisenä ja Webropol-ohjelma kokosi tilastot automaattisesti. Tutkimusongelman näkökulmasta tilastolliset kysymykset eivät olleet yhtä tärkeitä kuin laadulliset kysymykset. Koska kyselymme vastasi vain 23 henkilöä, emme pystyneet tekemään esimerkiksi ristiintaulukointeja.

Lähtökohtana laadullisessa eli kvalitatiivisessa tutkimuksessa on todellisen elämän kuvaaminen. Kohdetta pyritään tutkimaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Pyrkimyksenä kvalitatiivisessa tutkimuksessa ei niinkään ole todentaa jo olemassa olevia väittämiä,

vaan pyrkimyksenä on löytää ja paljastaa tosiasioita. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 161.) Opinnäytetyömme kyselyssä oli kuusi avointa kysymystä, jotka tuli analysoida laadullisesti. Kuudesta kysymyksestä kaksi olivat taustatietokysymyksiä, joissa vastaajan pyydettiin kertomaan heidän koulutuksensa nykyiseen työhön sekä kuvailemaan työpaikkaansa lyhyesti. Tärkeimmät kysymykset tutkimuksen tavoitteiden näkökulmasta olivat: 1) kuvaile missä tilanteessa, ja miten käytät apuvälinettä sekä 2) kuvaile missä tilanteessa käytät harjoitusta ja miten se toimii. Lisäksi kysyimme mihin tilanteisiin vastaajat tarvitsevat uusia apuvälineitä ja miten koira-avusteista toimintaa voisi kehittää.

Sisällönanalyysi on perusanalyysimenetelmä, jota voidaan käyttää kaikissa laadullisen tutkimuksen perinteissä. Tutkija Timo Laine on tehnyt jo vuosia sitten rungon laadullisen aineiston analyysille: 1) päätä, mitkä asiat aineistossa kiinnostavat, 2) käy aineisto läpi, ja erota sekä merkitse ne asiat, jotka sisältyvät kiinnostukseen, 3) jätä muu aineisto pois tutkimuksesta, 4) luokittele, teemoita tai tyyppitele aineisto, 5) kirjoita yhteenveto. (Tuomi, Sarajärvi 2009, 91–92.) Käytimme tulosten analysoinnissa sisällönanalyysia.

Harjoitusten analyysin aloitimme lukemalla aineistoa läpi ja etsimme samanlaisia vastauksia. Vastaajat saivat mahdollisuuden kuvailla 1-4 käyttämäänsä harjoitusta. Saimme 23 vastaajalta yhteensä 69 harjoitusta. Huolellisen perehtymisen jälkeen jaottelimme vastaukset seuraaviin luokkiin: vuorovaikutusharjoitukset, ryhmätoiminnassa käytettävät harjoitukset, koiran koulutus ja leikkiminen, koiran kanssa liikkuminen, koiran hoitaminen, lukukoiraharjoitukset, koiran havainnointi sekä opetuksessa käytettävät harjoitukset. Luokittelun jälkeen yhdistelimme samanlaiset vastaukset ja poistimme ne, joita ei oltu kuvailtu riittävän tarkasti. Lopulta meille jäi 19 valmista harjoitusta.

Apuvälineiden teemoittelu oli helpompaa, koska olimme aluksi pyytäneet vastaajia valitsemaan valmiista luettelosta ne apuvälineet, joita he käyttävät työssään. Vaihtoehtoina olivat myös itse tehdyt apuvälineet, sekä ”muu, mikä” kohdat. Näistä kohdista poimimme ne apuvälineet, jotka vastaajat olivat kuvailleet ymmärrettävästi. Apuvälineet luokiteltiin niiden nimen mukaan.

Päädyimme tekemään harjoituksia ja apuvälineitä koskevista avoimista kysymyksistä tuotoksen, sillä se oli järkevin ja selkein tapa käsitellä tulokset. Tuotoksena on opinnäytetyön lopussa liitteenä olevat sivut, joissa apuvälineet ja harjoitukset on kuvattu teemoittain (Liite 2).

Apuvälineet otsikoimme tuotokseen samalla tavalla, miten ne ovat olleet kyselylomakkeessa. Samoista apuvälineistä oli tullut paljon vastauksia, joten yhdistimme saamamme tulokset järkeväksi kuvaukseksi apuvälineen käytöstä ja sen tavoitteista. Osa apuvälineistä oli sellaisia, jotka liittyivät selkeästi johonkin harjoitukseen, jota vastaajat olivat kuvanneet kohdassa “kuvaile missä tilanteessa käytät harjoitusta ja miten se toimi”. Tällaisen apuvälineen kohdalle laitoimme maininnan siitä, minkä harjoituksen kohdalta ja miltä sivulta löytyy sen käytöstä esimerkki.

Osan apuvälineistä vastaajat olivat kuvanneet niin puutteellisesti, ettei niitä voinut tuotoksessa hyödyntää ollenkaan. Yhdistämisen ja turhan tiedon karsimisen jälkeen tuotokseen tuli lopulta kahdeksan eri apuvälinettä, jotka ovat koiran aktivointilelut, lelut, koiran harrastevälineet esim. agilityputki tai kartiot, koiran hoitovälineet esim. harjat ja kynsisakset, toiminta- ja terapiamatto, kuvakortit, taskunoppa ja matto/alusta.

Kyselylomakkeessa olimme pyytäneet jokaisen harjoituksen kohdalla vastaajia luokittelemaan, mitä asiakkaan elämän osa-aluetta sillä tuetaan. Vaihtoehtoina olivat motoriset taidot, prosessitaidot, psyykkiset taidot, sosiaaliset taidot, eettiset taidot ja arjenhallintataidot/itsestä huolehtiminen. Tämän halusimme tietää erityisesti siksi, koska yhteistyökumppanimme Voimatassu luokitteli harjoitukset näiden toimintaterapian käsitteistöstä tulevien termien mukaisesti. Kyselyssä ongelmaksi nousi kuitenkin se, että monet vastaajat valitsivat kuvaamansa harjoituksen tukevan lähes kaikkia osa-alueita.

Harjoitukset otsikoimme tuotokseen kuitenkin sen mukaan, mitä osa-aluetta harjoituksella pääsääntöisesti tuetaan. Luokittelun teimme vastauksia yhdistelemällä, sekä myös omaa harkintaamme käyttäen. Tässä vaiheessa osa-alueen “eettiset taidot” alle ei suoraan tullut yhtään harjoitusta, joten se jätettiin tuotoksesta pois. Lisäksi harjoitukset on luokiteltu teemoittain sen mukaan, millaisessa tilanteessa niitä voidaan käyttää (esim. vuorovaikutusharjoitukset ja ryhmätoiminnassa käytettävät harjoitukset). Nämä luokitukset ovat samat, jotka teimme heti harjoitusten analysoinnin aloittaessamme.

8 TUTKIMUKSEN TULOKSET

8.1 Vastaajien taustatiedot

Tutkimukseen osallistui 23 työntekijää, joista kaikki olivat naisia. Vastaajista (N=23) 11 työskenteli sosiaaalialalla, viisi työskenteli kasvatusalalla, neljä terveydenhuoltoalalla ja loput kolme työskentelivät “muulla alalla”. Nämä muut alat olivat hallinto, koulutus sekä ammatillinen erityisopetus.

8.1.1 Asiakasryhmä

Kysyimme vastaajilta, minkä ikäryhmän parissa he työskentelevät. Vaihtoehtoja asiakkaan ikäryhmään oli neljä: lapset (0-13v), nuoret (14-24v), aikuiset (25-63v) ja vanhuks (yli 64v). Vastaajat pystyivät valitsemaan useamman ikäryhmän. Vastaajista 15 työskenteli lasten kanssa, 14 työntekijää nuorten kanssa, 11 aikuisten kanssa ja viisi työntekijää työskentelee vanhusten kanssa.

Asiakkaiden ikäryhmän lisäksi kysyimme, minkä asiakasryhmän kanssa vastaajat työskentelevät. Vastaajat pystyivät valitsemaan useamman asiakasryhmän, jonka kanssa he työskentelevät. Suurimmat ryhmät, joiden kanssa vastaajat työskentelivät, ovat perusopetus (10 vastaajaa), vammaispalvelut (kahdeksan vastaajaa) ja lastensuojelu (seitsemän vastaajaa). Vastaajista kuusi työskenteli mielenterveys- ja päihdepalveluissa, terapeuttipalveluissa työskenteli neljä vastaajista ja varhaiskasvatuksessa sekä vanhuspalveluissa työskenteli kolme vastaajista. Yksi vastaajista kertoi työskentelevänsä vankeinhoidossa ja kolme vastaajaa valitsi vaihtoehdon muu, mikä. Nämä kolme muuta olivat erityisopetus, täydennyskoulutus ja monialaiset palvelut.

8.1.2 Vastaajien koulutukset ja työpaikat

Vastaajilta kysyttiin heidän koulutustaan nykyiseen työhönsä. Lisäksi vastaajia pyydettiin kertomaan, missä he ovat töissä ja kuvailemaan toimenkuvaansa. Vastaajista 11 työskenteli sosiaaalialalla ja yleisimpiä koulutuksia olivat sosionomi ja lähihoitaja (taulukko 1). Viidellä sosiaaalialalla työskentelevistä ei ollut koulutusta eläinvuoteeseen toimintaan.

Kasvatus- ja terveydenhuoltoalalla sekä “muulla alalla” työskentelevillä oli kaikilla koulutus eläinavusteiseen toimintaan.

TAULUKKO 1 Sosiaali-alalla työskentelevien vastaajien koulutukset ja työpaikat

Koulutus	Työpaikka/Toimenkuva	Koulutus eläinavusteiseen toimintaan
Sosionomi (AMK)	Lastensuojelu: ohjaaja	koira-avusteisen kasvatus- ja kuntoutustyön täydennyskoulutus
Fysioterapeutti (AMK)	Lievästi kehitysvammaisten nuorten hoitokoti, päivittäisissä toiminnoissa ohjaaminen	Eläinavusteinen valmentajakoulutus
Päivähoitaja, lähihoitaja	Uudelleen koulututtaminen	Ei koulutusta
Sosiaaliohjaaja	Vanhainkodin muistityön yksikkö	Ei koulutusta
Sosionomi (AMK), valmistumassa	Lievästi ja keskivaikeasti kehitysvammaisten aikuisten hoitokoti	Ei koulutusta
Lähihoitaja	Asumisyksikkö, nuorten kotoa muuttaneiden kehitysvammaisten ohjaaja	Ei koulutusta
Eläintenhoitaja, nuorisoohjaaja	Oma yritys, joka tarjoaa eläinavusteista terapiaa	Vapaaehtoisen koiratoiminnan koulutus
Sosionomi	Koulukuraattori alakouluissa	Eläinavusteinen valmentajakoulutus, sosiaalipedagoginen koiratoiminta
Kehitysvammaisten ohjaaja, viittomakielen opettaja, AAC-työntekijä, EASEL-Ohjaaja	Kehitysvammaisten ja mielen-terveyskuntoutujien asumisyksikkö, ohjaaja	Easel Training
Lähihoitaja/näytteiden ottaja	Hoivakoti	Ei koulutusta ”itse oppinut”
Sosiaalityöntekijä	Oma perhe toimii perhekotina nuorille	Eläinavusteinen valmentajakoulutus

Terveydenhuoltoalalla työskentelee neljä vastaajaa, joista kaksi toimii yrittäjänä. Molemmat yrittäjänä toimivat olivat koulutukseltaan toimintaterapeutteja (taulukko 2).

TAULUKKO 2 Terveydenhuoltoalalla työskentelevien koulutus ja työpaikka

Koulutus	Työpaikka/Toimenkuva	Koulutus eläinavusteiseen toimintaan
Lähihoitaja	Invalidiliiton asumispalveluita tuottava yksikkö	Vapaaehtoisen koiratoiminnan koulutus
Toimintaterapeutti	Yrittäjä, työnkuvana lasten ja nuorten toimintaterapia	Eläinavusteinen valmentajakoulutus
Toimintaterapeutti, psykoterapeutti, työnohjaaja	Yrittäjä, terapiatyötä Green Care-perustaisesti	koira-avusteisen kasvatus- ja kuntoutustyön täydennyskoulutus, vapaaehtoisen koiratoiminnan koulutus, Green Care-seminaareja
Terveydenhoitaja (AMK)	Perheneuvola, asiakastapaamiset pääasiassa tukikäyntejä	Eläinavusteinen valmentajakoulutus

Kasvatusalalla työskentelee viisi vastaajaa, joista neljä työskentelee kouluympäristössä ja kolme tekee tätä päätoimisesti. Näillä kolmella on koira-avusteisen kasvatus- ja kuntoutustyön täydennyskoulutus (taulukko 3).

TAULUKKO 3 Kasvatusalalla työskentelevien koulutus ja työpaikka

Koulutus	Työpaikka/toimenkuva	Koulutus eläinavusteiseen toimintaa
Ei pohjakoulutusta	Sivutoimisesti sosiaalipedagogista koiratoimintaa alakouluissa	Sosiaalipedagogisen koiratoiminnan koulutus ja tukikoirakon peruskoulutus
Kasvatustieteen maisteri, pääaine erityispedagogiikka	Erytisopetus ala- ja yläkouluissa	Koira-avusteisen kasvatus- ja kuntoutustyön täydennyskoulutus
Erytisluokanopettaja	Erytisopetus alakouluissa pienryhmissä ja yleisopetuksen luokissa	Koira-avusteisen kasvatus- ja kuntoutustyön täydennyskoulutus
Erytisluokanopettaja	Alakoulu	Koira-avusteisen kasvatus- ja kuntoutustyön täydennyskoulutus
Opettaja	Ristinkantajat ry, ohjaaja Green Care – toiminnassa	Sosiaalipedagogisen hevostoittoiminnan koulutus

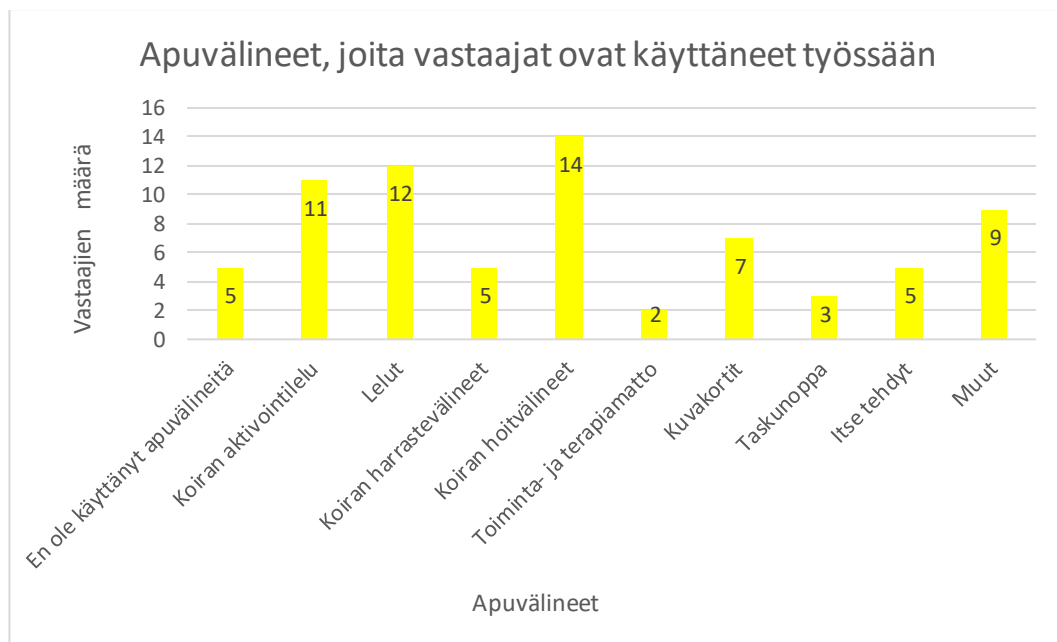
Vastaajista kolme kertoi työskentelevänsä “muulla alalla”. Psykiatrisen sairaanhoitajan koulutuksen käynyt henkilö työskenteli ammatillisessa erityisopetuksessa, yliopiston käynyt henkilö koulutuslalla ja maisterin koulutuksen käynyt työskenteli hallinnossa. Hallinnossa työskentelevä henkilö on kehittänyt ja aloittanut lukukoira-toiminnan kaverikoira-toiminnan pohjalta (taulukko 4).

TAULUKKO 4 Muulla alalla työskentelevien koulutus ja työpaikka

Koulutus	Työpaikka/toimenkuva	Koulutus eläinavusteiseen toimintaa
Psykiatrinen sairaanhoitaja (YAMK), toimintaterapeutti (AMK), ammatillinen erityisopettaja, ratsastusterapeutti	Ammatillinen erityisopettaja VALMA koulutuksessa, terapia ja kuntoutustyö omassa yrityksessä	Eläinavusteinen valmentajakoulutus
Yliopisto	koulutus, työnohjaus	Koira-avusteisen kasvatust- ja kuntoutustyön koulutus, ja lukuisia koirankoulutuksen kursseja
Maisteri ja muita koulutuksia esim. johtamisen erityisammattitutkinto, LUKI-opettaja	Johtava asiantuntija: sivistys ja kulttuuri, valtion aluehallinto	Vapaaehtoisen koiratoiminnan koulutus

8.2 Apuvälineet

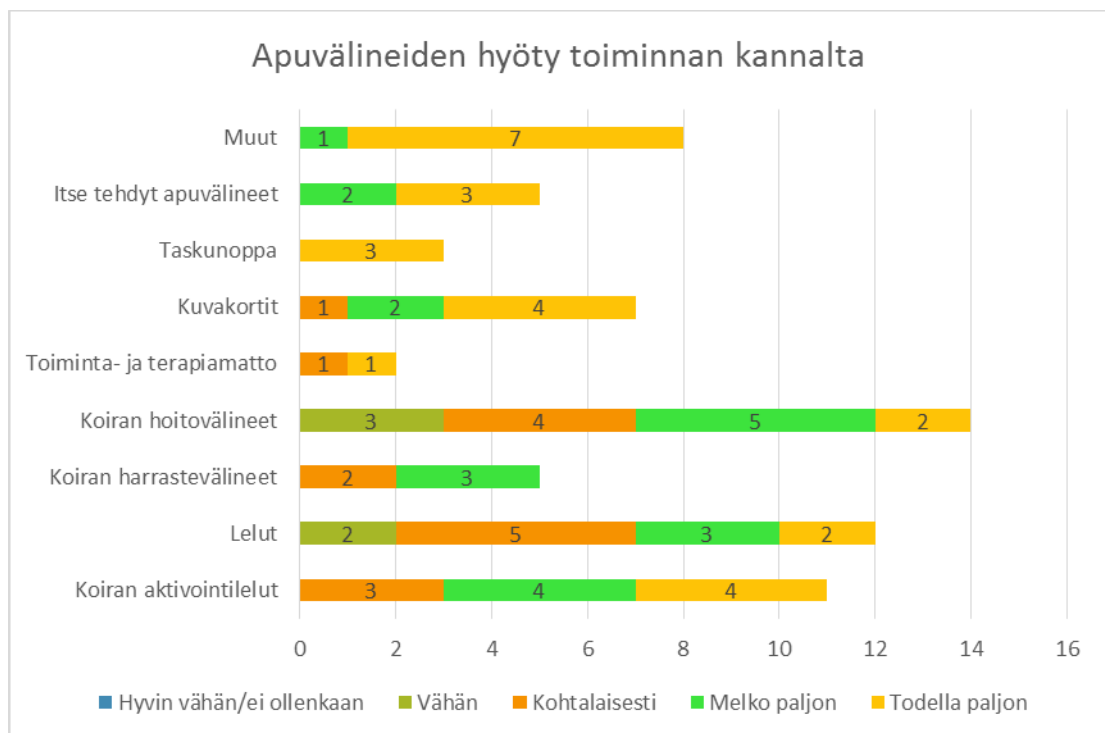
Vastaajilta kysyttiin, millaisia apuvälineitä he ovat käyttäneet työskennellessään koiransa kanssa. Vastaajista (N=23) viisi ei ollut käyttänyt mitään apuvälinettä. Yleisin käytetty apuväline oli koiran hoitovälineet ja erilaisia leluja käytettiin myös paljon (Kuvio 1).



KUVIO 1. Apuvälineet, joita vastaajat ovat käyttäneet työssään.

Itsetehtyjä apuvälineitä olivat erilaiset älypelit, suuntakortit, valikkotaulu, kannelliset purkit, laatikot, tikapuut, erilaiset tehtäv pussit, heijastavat kaulahuivit, remmit, räsy- ja juuttinarut sekä lelut. Muita käytettyjä apuvälineitä olivat erilaiset namit koulutustehtävissä, naksutin, kirjat, matto, tarinanopat, hierontaan sopivat pallot sekä musiikki.

Vastaajia pyydettiin arvioimaan, kuinka paljon hyötyä apuvälineestä on toiminnan kannalta. Apuvälineistä koettiin olevan ainakin kohtalaisesti hyötyä, sillä kukaan vastaajista ei valinnut vaihtoehtoa “hyvin vähän/ei ollenkaan”. Taskunopasta, itse tehdyistä apuvälineistä tai “muista” apuvälineistä koettiin olevan melko paljon tai todella paljon hyötyä. Vastaajien mielipiteet apuvälineiden hyödyistä jakautuivat “vähän” tai “todella paljon” välille (Kuvio 2).



KUVIO 2. Apuvälineiden hyöty toiminnan kannalta.

Vastaajia pyydettiin kertomaan ja kuvailemaan missä tilanteessa, sekä miten he käyttävät apuvälineitä. Nämä tulokset ovat liitteenä (Liite 2).

Kysyimme vastaajilta, millaisiin tilanteisiin he kaipaavat uusia apuvälineitä. Kaikista 23 vastaajasta 12 koki, että tarvitsisi uusia apuvälineitä omaan työhönsä. Vetokoiratyöskentelyyn kaivattiin erilaisia uusia apuvälineitä. Esimerkiksi vetovaljaat tai reki/pulkka, jota

koira voisi vetää talvella, koettiin tarpeelliseksi apuvälineeksi asiakastyössä. Reen tai pulkan tilalla erilaiset vetovaunut olisivat hyvät kesällä käytettäväksi.

Eräs vastaajista kaipasi jonkinlaista turvallista koroketta apuvälineekseen, kun koiran kanssa vierailaan esimerkiksi sairaalan vuodeosastolla tai vanhainkodissa. Koiran olisi turvallista kiivetä korokkeelle, joka olisi asiakkaan sängyn vieressä. Koira ei myöskään satuttaisi asiakasta noustessaan sängylle etutassujen varaan tai hypätessään sänkyyn. Koira olisi myös paremmin asiakkaan tavoitettavissa ja asiakas voisi rapsutella koira turvallisesti.

Lukukoiratoimintaan ja oppimiseen kaivattiin myös uusia apuvälineitä, esimerkiksi väri-tyksuvat ja lukutikku. Vastaajat kokivat, että oppimiseen on jo olemassa erilaisia välineitä mm. pelejä ja palikoita, mutta ne eivät ole koiran kestäviä. Eräs vastaaja kaipasikin esimerkiksi puusta tehtyjä palikoita, joita pystyisi käyttämään koiran kanssa. Näissä palikoissa voisi olla mm. kertolaskuja, joihin asiakas etsii vastauksen. Muita yksittäisiä apuvälineitä, joita työntekijät kaipasivat, olivat eriväriset ja kokoiset nopat, lelut ja hoitovälineet, koiran palkkaamiseen liittyvät apuvälineet sekä erilaiset kortit koirista.

Koira itseään pidettiin tärkeänä ”apuvälineenä”, joka jo läsnäolollaan tuo iloa ja piristystä erilaisiin hoitokoteihin ja laitoksiin. Yhtenä tärkeänä apuvälineenä pidettiin myös lisäkoulutusta. Oman tietotaidon lisääminen toisi työhön kaivattua apua ja välineitä. Toisilla työntekijöillä on myös paljon ryhmiä, joiden kanssa haluaisi käyttää koira. Koirilla voi kuitenkin teettää rajallisen määrän töitä ja muutama valmiiksi koulutettu aikuinen koira olisi hyvä lisä.

8.3 Harjoitukset

Vastaajia pyydettiin nimeämään käyttämiään harjoituksia ja kuvailemaan ne mahdollisimman tarkasti. Harjoitukset ovat opinnäytetyön lopussa liitteenä (Liite 2), johon ne on koottu teemoittain.

Pyysimme vastaajia arvioimaan, kuinka hyvin harjoitukset vastaavat tarkoitustaan. Vastaajat kuvailivat 69 harjoitusta, ja niistä 35 vastaa tarkoitustaan erinomaisesti ja 31 hyvin.

Vain kolme harjoitusta olivat sellaisia, jotka vastaajien mielestä vastasivat tyydyttävästi tarkoitustaan. Yksikään harjoitus ei vastannut huonosti tai hyvin heikosti/ei ollenkaan tarkoitustaan.

Vastaajilta kysyttiin, mistä he ovat harjoituksensa saaneet. Vastaajat pystyivät valitsemaan useamman vaihtoehdon. Kahdeksan vastaajista oli saanut harjoituksia erilaisista eläinavusteisista koulutuksista. Vastaajista 19 oli kehittänyt harjoituksia itse, ja 11 vastaajaa oli soveltanut harjoitusta vanhasta harjoituksesta tai muusta menetelmästä. Näiden lisäksi osa harjoituksista oli saatu muualta, esimerkiksi opettajilta, muilta eläinavusteisesti toimivilta työntekijöiltä, kirjoista, internetistä tai kuraattorien ja psykologien materiaaleista.

Noin puolet (n=11) vastaajista kertoi, millaisiin tilanteisiin he kaipaisivat uusia harjoituksia. Vastaukset olivat hyvin erilaisia ja riippuivat paljon asiakasryhmästä, jonka kanssa vastaajat työskentelivät. Kaksi vastaajaa kaipasi uusia harjoituksia sellaisiin tilanteisiin, missä meno alkaa mennä villiksi. Yksi vastaaja kaipasi opastusta siitä, miten tukiperhe-toiminnassa voisi hyödyntää eläinavusteisuutta.

Kaksi vastaajista kertoi, että kaikenlaiset harjoitukset ja niistä saatava lisätieto ovat aina tervetulleita. Opetustoimintaan kaivattiin myös lisää uusia harjoituksia, kuten puheharjoituksia ja apua läksyjien teon rauhoittamiseen. Lapsiryhmän kanssa käytettäviä harjoituksia kaivattiin myös lisää.

Tunnetiloihin ja tunnetilojen hallintaan kaivattiin uusia harjoituksia. Ahdistuneen ihmisen kanssa koettiin ongelmaksi se, että koira ei välttämättä mene ahdistuneen ihmisen luokse. Tämä voi lisätä ahdistusta, kun asiakas saa tunteen, että koirakin välttelee häntä.

8.4 Koira-avusteisen toiminnan kehittäminen

Koira-avusteinen työskentely on Suomessa vielä melko uusi asia ja toiminnassa on paljon kehitettävää. Kehittämisen tarve tuli näkyviin myös työntekijöiden vastauksissa. Kyselyssämme pyysimme vastaajia kertomaan, miten koira-avusteista toimintaa tulisi kehittää. Kaikista 23 vastaajasta 15 kertoi omat ajatuksensa kehittämistarpeesta.

Vastaajat kokivat, että vertaistoimintaa ei juuri ole olemassa ja sellaista kaivattiinkin eri alueille. Myöskään yhteistyötä eläinavusteisen toiminnan työtä tekevien tahojen, kuten Green Care Finland:in tai Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:n, välillä ei koettu olevan. Vastaajien mielestä yhteistyö eri tahojen välillä olisi tärkeää ja veisi työtä eteenpäin.

V 4: Verkostoitumista eri ammattialojen kesken, jotta ideat saisi yhteiseen käyttöön.

Vastaajat kokivat, että ennakkoluulot koira-avusteisesta toiminnasta tulisi saada kumottua ja faktatietoa tulisi hankkia enemmän, jotta toimintaa saataisiin käyttöön laajemmin. Toiminnasta tulee myös tiedottaa ihmisille enemmän, jotta koiran tuomat hyödyt olisivat ihmisten tiedossa. Alan ammattilaiset kokivat, että tällä hetkellä tieteellisiä tutkimuksia koira-avusteisen työn hyödyistä on liian vähän. Esimerkiksi osa lääkäreistä pitää koira-avusteista toimintaa hyvänä ajatuksena, mutta käytännön tason hyödyistä ei tunnu olevan todellista ymmärrystä. Työnantajat tulisi saada vakuutettua eläinten vaikutuksesta asiakkaiden, mutta myös työyhteisön hyvinvointiin.

V 5: Enemmän tietoa ja tiedottamista työstä. Allergiatietoisuutta ihmisille enemmän, siedätyksen mahdollisuus.

V10: Tietoisuutta pitäisi lisätä merkittävästi. Lasten psykiatrian puolella osa lääkäreistä pitää ajatusta hyvänä, mutta riittävää ymmärrystä asiasta ei todellakaan ole.

V 21: Työpaikat saisivat olla myöitämielisempiä eläinten käyttöön työpaikoilla.

Työntekijät kokevat, että koira tuo rikkautta ja iloa ryhmätoimintaan. Koiran kanssa puuhastellaan ja sille opetetaan erilaisia temppuja ja käskyjä, mutta tämä toiminta ei välttämättä näy esimerkiksi hoitosuunnitelmassa millään tavalla.

Koulutusta koira-avusteiseen toimintaan kaivattiin lisää. Osa koulutuksista koettiin myös turhiksi rahastuksiksi. Peruskoulutuksiin tulisi myös tuoda lisää vaihtoehtoisia menetelmiä ja välineitä, joita pystyisi hyödyntämään koiran kanssa.

V 7: Lisäämällä koulutusta. Pitäisi olla monitasoisia koulutuksia eri työtehtäviin.

Monen vastaajan työkenttä on koulumaailmassa ja tähän ympäristöön kaivattiin kehittämistä. Sellaista materiaalia, jota voisi hyödyntää koulumaailmassa, tulisi saada lisää. Yhteistyö opettajien kanssa koetaan myös tärkeänä, ja toimintaa tuleekin kehittää yhdessä opettajien kanssa. Koira on oiva tuki ja innoittaja oppimiseen ja tämä tulisi saada koulumaailmassa esille.

8.5 Seurakunta

Kysyimme seurakunnan työntekijöiltä sähköposti- ja puhelinhaastatteluina, onko seurakunnissa eläinavusteista toimintaa ja miten sitä hyödynnetään. Tavoittamissamme seurakunnissa ei varsinaisesti käytetä eläinavusteista toimintaa, koska seurakunnan tiloihin ei voi tuoda muita eläimiä, kuin avustajakoiria. Yksittäisillä työntekijöillä voi kuitenkin olla koira mukana sellaisessa seurakunnan toiminnassa, joka järjestetään ulkopuolisissa tiloissa.

Espoonlahden seurakunnan diakonin Lea Puotinniemen oma koira on välillä mukana yksin asuvien kotikäynneillä. Näissä paikoissa on toivottu koiravierasta. Jotkut asiakkaat haaveilevat myös omasta koirasta, mutta olosuhteiden pakosta ei lemmikkiä voida ottaa. Koiran avulla asiakkaan on ollut helpompaa kertoa omaa henkilöhistoriaansa, sillä hän on voinut kertoa omista lemmikkieläimistään ja elämästään. Keskusteluissa koiran läsnäolo saattaaakin auttaa rikkomaan jättä. Koiran avulla on lähdetty myös ulkoilemaan henkilön kanssa, joka ei muuten haluaisi lähteä ulos. Koiran kuulumisia kysellään myös paljon. (Lea Puotinniemi, henkilökohtainen tiedonanto 14.4.2016.)

Espoonlahden seurakunnan nuorisotyön ohjaaja Stella Björkholm kertoo, että heidän seurakunnassaan ei ole varsinaista eläinavusteista toimintaa, sillä seurakuntayhtymä on linjannut, että seurakunnan tiloihin ei saa tuoda eläimiä. Poikkeuksen tekevät kuitenkin avustajakoirat. Björkholmin oma koira on ollut mukana muutamalla rippileirillä, jotka on pidetty ulkopuolisessa leirikeskuksessa. Silloin koira on ollut usein yksi leirin työntekijöistä, joka on ottanut vastaan ilot ja surut. Esimerkkinä koiran tuomasta avusta Björkholm kertoo tapauksesta, jossa yksi autistinen nuori lukittautui huoneeseensa. Vain koiran avulla hänet saatiin houkuteltua pois huoneestaan ja leiri pääsi jatkumaan normaalisti.

Varsinaista koulutusta elänavusteiseen työhön Björkholmilla ei ole, mutta hän on ehdottomasti sitä mieltä, että allergia- ja pelkotilojen salliessa kiltistä ja koulutetusta koirasta on paljon iloa ja hyötyä leirillä. Björkholm kertoo myös, että on itse ratsastanut ja hoitanut vuosia terapiahevosia. Hevosia on käytetty ratsastusterapiassa lasten ja nuorten parissa, joilla on kehitys- ja/tai liikuntavamma. Tässä toiminnassa Björkholm näki tapahtuvan monia positiivisia asioita. (Stella Björkholm, henkilökohtainen tiedonanto 1.4.2016.)

Juvan seurakunnan kirkkoherran Sirkka Pylkkäsen vastauksesta käy ilmi, että koirat ovat lähellä hänen sydäntään. Hän onkin mukana kaverikoira-toiminnassa ja hän on vierailut vanhainkodissa, vuodeosastolla ja sairaalakoulussa. Juvan seurakunnassa on järjestetty muutamana vuonna Koirien kinkerit -tapahtuma. Kyseessä on ollut tapahtuma, jossa ihmisille on esitelty erilaisia koiraharrastuksia samalla, kun koiraharrastajat ovat kuulleet evankeliumia. Koirista saa myös ideoita saarnoihin. (Sirkka Pylkkänen, henkilökohtainen tiedonanto 23.3.2016.)

Laitoimme kyselyn myös sosiaaliseen mediaan, jonka kautta saimme yhden puhelinhaastattelun. Koulutusasiantuntija Pia Korri Tampereen seurakunnasta kertoi, että hän järjestää seurakunnassa koiradeittejä ja perhepäiviä. Hänellä on oma koira mukana säännöllisesti tässä toiminnassa. Koiradeitit ovat syntyneet ajatuksesta, jolla saataisiin yksinäisiä ihmisiä verkostoitumaan ja voitaisiin vähentää yksinäisyyttä. Tapahtumaan osallistuu 18–86-vuotiaita yksinäisiä koiran kanssa tai ilman sitä. Monet osallistuvat myös koiran läheisyyden kaipuusta ja toiveesta saada rapsuttaa ja silittää koira. Tapahtuma järjestetään kirkon pihassa seurakuntayhtymän linjauksen vuoksi. Korri kokee toiminnan tarpeelliseksi, varsinkin kun tilaisuus avaa mahdollisuuden myös sielunhoidollisiin tehtäviin ja auttamiseen. Näihin tapaamisiin toivotaan mukaan myös sellaisia seurakuntalaisia, jotka eivät muuten osallistu seurakunnan toimintaan. (Pia Korri, henkilökohtainen tiedonanto 25.7.2016.)

Perhepäivät ovat leirikeskuksella järjestettäviä yhden päivän leirejä, jonne voi osallistua koko perhe koiran kanssa. Päivän aikana on muun muassa leirikeskuksen ulkokirkossa hartaus, johon myös koirat osallistuvat. Korri kertoi, että on mukavaa, kun ihmiset ja koirat istuvat samassa tilaisuudessa. Tosin näissä hartauksissa saa haukut sekä alussa että lopussa. Kannustuksena Korri kokee myönteisen palautteen. Monet ovat sanoneet, että

kyseinen seurakunta on ainut, joka hyväksyy koiran perheenjäseneksi ja sallii koko perheen osallistua tähän leiripäivään. (Pia Korri, henkilökohtainen tiedonanto 25.7.2016.)

Puhelinhaastattelusta kävi lisäksi ilmi, että koira on mukana myös muilla leireillä. Usein koiran läsnäolo auttaa etenkin nuoria avautumaan. Leireillä koira on pääasiassa ulkona, mutta joissakin tapauksissa se voi majoittua sisällä tai autossa. Myös vanhusten luona vieraillessa koira on mukana. Monella vanhuksella on ollut nuorena koira tai kissa, ja koiran vierailut ovatkin toivottuja. Jos koira ei ole mukana, niin sen kuulumisia kysellään. Seurakunnan työntekijä osallistuu myös joka vuosi adventin aikaan järjestettävään eläinten joulurauhan julistukseen siunaamalla sen. (Pia Korri, henkilökohtainen tiedonanto 25.7.2016.)

9 TULOSTEN TARKASTELUA

Tutkimuksemme antoi melko hyvin vastauksen tutkimusongelmaan, jonka tarkoituksena oli selvittää millaisia apuvälineitä ja harjoituksia työntekijät käyttävät koiransa kanssa. Apuvälineiden erilaisista käyttömahdollisuuksista saimme myös hyviä esimerkkejä. Opinnäytetyömme raportista saa kattavan tietopaketin siitä, mitä koira-avusteinen työ voi käytännössä olla. Ne työntekijät, jotka jo hyödyntävät koira-avusteista toimintaa, saavat tutkimuksestamme uusia vihjeitä työhönsä, sekä konkreettisia uusia harjoituksia hyödynnettäväksi. Ne työntekijät, jotka pohtivat koira-avusteisen toiminnan aloittamista, saavat valmiita harjoituksia, joita voivat alkaa työstämään eri asiakasryhmien kanssa.

Yhteistyökumppanimme Voimatassu Ky hyödynsi tutkimuksen tuloksia syksyllä 2016 valmistuneessa kirjassaan ”Eläinavusteinen interventio asiakkaan toiminnallisuuden tukeminen koira-avusteisin menetelmin. Opinnäytetyömme auttoi kirjan valmistumisessa ja se onkin ensimmäinen suomeksi kirjoitettu kirja koira-avusteisesta toiminnasta. Näin opinnäytetyötämme hyödynnettiin suuremmassa projektissa, joka myös lisää merkittävästi tietoisuutta koira-avusteisesta toiminnasta.

Koira-avusteinen toiminta on Suomessa vielä melko uutta ja järjestymätöntä toimintaa. Tämä tuli hyvin esille työntekijöiden kehittämisajatuksista. Suomessa ei ole vielä selkeää mallia siitä, mitä koira-avusteinen toiminta on, vaan jokainen työntekijä toteuttaa työtä omalla tavallaan. Ruotsissa on toimiva malli koira-avusteiseen toimintaan. Työ on myös selkeästi organisoitua. Onkin sääli, että tämä toimiva malli ei ole vielä rantautunut Suomeen asti.

Sosiaali-, kasvatusta- ja terveydenhuoltoalalla työskentelee enemmän naisia kuin miehiä. Alan naisvaltaisuus on todennäköinen syy sille, miksi saimme vastauksia kyselyyn ainoastaan naisilta. Tutkimuksessamme on huomioitava, että vastaajien määrä on melko pieni, vain 23 vastausta. Tästä johtuen tutkimuksessamme ei voi tehdä yleisiä johtopäätöksiä. Tarkoituksenamme ei kuitenkaan ollut saada laajoja ja mittavia tuloksia, vaan kerätä mahdollisimman paljon konkreettisia harjoituksia käytettäväksi koiran kanssa. Tähän tutkimusongelmaan tutkimus antoi hyvin vastauksen ja voimmekin todeta, että tutkimus oli onnistunut.

9.1 Koira-avusteisen työn mahdollisuudet

Suurin osa kyselyyn vastanneista työntekijöistä työskenteli lasten ja nuorten kanssa, mutta myös aikuisten ja vanhusten kanssa käytettiin koira-avusteista toimintaa. Kyselyyn vastanneet työntekijät käyttivät koira-avusteista toimintaa eniten perusopetuksessa, vammaispalveluissa ja lastensuojelussa. Koira-avusteisen työn vahvuus on siinä, että sitä pystyy hyödyntämään kaikkien ikäryhmien kanssa. Myös eri asiakasryhmät hyötyvät koira-avusteisesta toiminnasta. Koira tuo iloa ja on avuksi niin lasten, kuin vanhustenkin kanssa. Koira-avusteista työtä pystyy hyödyntämään myös erilaisissa ympäristöissä.

Koira-avusteinen toiminta tukee asiakasta monin eri tavoin. Koiran avulla voidaan vahvistaa asiakkaan eri taitoja. Koira toimii monessa tilanteessa asiakkaalle motivaation lähteenä ja koiran kanssa puuhaillessa oppimista tapahtuu huomaamatta. Koira-avusteista toimintaa on myös mahdollista tehdä usean erirotuisen koiran kanssa. Koiran tulee ottaa itsenäisesti kontaktia ihmiseen ja osata rauhoittua. Monet peruskoulutetut kotikoiratkin voivat soveltua hyvin koira-avusteiseen toimintaan pienen lisäkoulutuksen ja luonnetestauksen jälkeen. On kuitenkin hyvä huomioida, etteivät kaikki koirat luonteensa tai stressiherkkyytensä vuoksi sovellu työhön.

Kyselyyn vastanneet koira-avusteista työtä tekevät työntekijät käyttivät työssään apuvälineenä eniten koiran hoitovälineitä ja leluja. Varsinaisesti koira-avusteiseen työhön kehitettyjä apuvälineitä käytettiin vähemmän. Hyödynnettäviä apuvälineitä pystyy tekemään itse ja arkisista esineistä saa hyviä apuvälineitä koira-avusteiseen työskentelyyn. Apuvälineitä myös kaivattiin jonkin verran lisää. Esimerkiksi koiran kestäviä pelejä ja korokkeita koiralle tarvittaisiin työn avuksi. Työn kannalta voisi vastausten perusteella olla myös hyvä, jos työhön soveltuvia koiria olisi enemmän käytössä.

Tutkimuksen tuloksista kootut harjoitukset ovat myös hyvin käytännönläheisiä, eikä niiden toteutukseen tarvita erityisiä järjestelyjä. Koiran hoitoon, koulutukseen ja läsnäoloon liittyviä harjoituksia tuli useampia. Työntekijät kaipasivat kuitenkin lisää ideoita ja välineitä koiran käyttöön työssä. Vinkkejä kaivattiin mm. siihen, kuinka koiran avulla saataisiin asiakkaita rauhoittumaan tai miten koiraa voisi hyödyntää esimerkiksi ahdistuksen hoidossa. Osa vastaajista ei osannut sanoa millaiseen tilanteeseen harjoituksia tarvitsisi, mutta kaikki tieto on aina tervetullutta.

Vastauksista näkyy hyvin se, ettei koira-avusteinen toiminta ole Suomessa vielä kovin yleistä. Koira-avusteiseen työhön kehitettyjä apuvälineitä ja harjoituksia on vielä vähän tai ne eivät ole vielä kaikkien työntekijöiden tiedossa. Toisaalta joskus pelkällä koiran läsnäololla voi olla hoitava vaikutus, eikä toimintaan tarvita ihmeellisempiä menetelmiä.

Monet koiran kanssa tehtävät arkipäiväiset asiat, kuten lenkkeileminen tai koiran harjaaminen, toimivat asiakkaalle kuntouttavana harjoituksena. Lenkkeileminen ja harjaaminen ovat koirille tuttuja ja näitä koiralle tuttuja asioita voidaan yhdistää asiakkaan kanssa tapahtuvaan toimintaan. Kaikkia käytettäviä harjoituksia ei aina tarvitse erikseen opettaa koiralle, vaan peruskoulutettu koira osaa ne jo pentuajan koulutuksen myötä.

9.2 Koira-avusteisen työn kehittäminen

Toinen tutkimuskysymyksemme oli selvittää, millaisiin tilanteisiin työntekijät kaipaisivat uusia harjoituksia ja apuvälineitä. Tilanteet olivat erilaisia riippuen työntekijän työpäikasta ja asiakasryhmästä. Kuitenkin vastauksista oli nähtävissä se, että tarve uusille ideoille ja työtavoille on olemassa. Koira-avusteista työtä tehdään usein yhden ihmisen voimin. Ongelmaksi nousee myös se, että työtä tekeviä tahoja on vähän, eikä verkostoitumista juurikaan ole. Monetkaan työntekijät eivät ehkä ole kuulleet koira-avusteisesta työstä, eikä näin ollen voida tietää, kuinka moni lopulta haluaisi käyttää koira-apuna työskennellessään.

Olisi tärkeää saada sosiaalialan ammattihenkilöstön tietoisuuteen koira-avusteisen toiminnan hyötyjä ja mahdollisuuksia. Eläinavusteisuudella on siis suunta ylöspäin, sillä se sopii monelle alalle, monen ikäisten ja monenlaisten ihmisten kanssa tehtäväksi. Koirakoiden kouluttamismahdollisuuksia tulisi lisätä, sillä monella työntekijällä ja koiralla olisi potentiaalia eläinavusteiseen työhön koulutuksen avulla. Koulutukset ovat kalliita ja kaikki työnantajat eivät välttämättä osallistu koulutusten maksamiseen. Koulutukset ovat myös keskenään melko eriarvoisia ja hinta-laatusuhde ei aina ole kohdallaan. Suomeen olisikin hyvä saada selkeä malli koira-avusteisesta toiminnasta.

9.3 Eläinavusteinen työskentely seurakunnissa

Muutaman haastattelun perusteella emme pysty arvioimaan eläinavusteisen työn kokonaistilannetta seurakunnissa. Toisaalta tarkoituksenamme olikin saada vain kuvaa siitä, millaista toimintaa seurakunnissa jo järjestetään ja olisiko toiminnan kehittämiseen kiinnostusta. Saimme myös muutaman lyhyen vastauksen siitä, että eläinavusteista toimintaa ei järjestetä ollenkaan.

Vastauksista kävi ilmi, että koiria hyödynnetään joissain seurakunnissa monellakin tavalla. Koirat voivat olla mukana esimerkiksi vanhusten luona vieraillessa. Siellä koirat ovatkin toivottuja vieraita, koska monella vanhuksella on ollut lapsuudessaan oma koira. Koira vapauttaa tunnelmaa seurakuntalaisten kohtaamisessa. Rippileireillä koirat ovat olleet mukana työntekijöinä, jotka ovat osallistuneet toimintaan. Seurakunnissa on järjestetty myös erilaisia koiratapahtumia. Tällaiset tapahtumat tuovat seurakunnan toimintaan sellaisiakin ihmisiä, jotka eivät muuten osallistu seurakunnan tapahtumiin. Leirikeskuksesta järjestettävät perhepäivät ovat suosittuja, koska ne järjestetään ulkokirkossa ja koiratkin voivat osallistua tapahtumaan. Monille koira on perheenjäsen ja on paljon paikkoja, joihin koiraa ei voi ottaa mukaan. Onkin tärkeää, että järjestetään tapahtumia, joihin koira saa myös osallistua. Näin välittyy ajatusta siitä, että koirakin huomioidaan perheenjäsenenä.

Juvan seurakunnassa on myös järjestetty Koirien kinkerit -tapahtuma, jossa esitellään koiraharrastuksia samalla kun julistetaan evankeliumia. Seurakunta on saanut tästä hyvää palautetta. Lisäksi koiria on helppo käyttää aiheina saarnoihin ja hartauksiin. Seurakunnassa tapahtuvassa koiratoiminnassa haasteena koetaankin, ettei koiria voi viedä kaikkiin tiloihin. Leirikeskuksissa on huomioitava se, että vaikka porukassa ei ole allergikkoja, voi koirasta jääneet karvat ja pöly aiheuttaa allergisia reaktioita seuraaville kävijöille. Ulkoilmatapahtumat taas rajoittuvat pitkälti kesään. Koira-avusteista työtä myös haastaa se, että jotkut ihmiset pelkäävät koiraa. Tämä asia tulee myös ottaa huomioon erilaisten tapahtumien järjestämisessä ja kotikäyntejä suunniteltaessa.

Tietynlaisen epävarmuuden kitkeminen eläinavusteista toimintaa kohtaan olisi tärkeää, jotta voisimme tuoda toiminnan hyödyllisyyttä paremmin esille. Seurakunnille ja seura-

kuntalaisille tulisi pystyä luomaan sopivia ratkaisuja eläinavusteiseen toimintaan. On luotava mahdollisuuksia, joista jokainen saa valita itselleen sopivimman ja miellyttävimmän. Seurakunta on ympäristönä erilainen kuin sosiaalityön työkenttä. Seurakunnan perustettava on sanan ja sakramentin julistaminen. Näin ollen eläin- ja koira-avusteinen toiminta on seurakunnissa erilaista kuin sosiaalityöllä. Vastauksista tulikin ilmi, että työntekijät tekevät koira-avusteista toimintaa oman kiinnostuksensa kohteeseen vapaaehtoisesti. Vaikka työntekijä on kirkon alan ammattilainen, ei koira-avusteinen toiminta välttämättä ole ammatillista. Seurakunnan työssä koira on mukana usein kaverikoira-toiminnan periaatteiden mukaisesti. Vaikka työ on tällä hetkellä pääosin vapaaehtoisesti toteutettavaa, ammatillista koira-avusteista toimintaa olisi kuitenkin mahdollista kehittää myös osaksi seurakunnan työtä. Uusia työmenetelmiä olisikin syytä kehittää myös seurakunnan toimintaan.

10 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS

10.1 Luotettavuuden ja pätevyyden arviointia

Hyvässä tutkimusraportissaan tutkija arvioi tutkimuksen luotettavuutta. Luotettavuutta arvioidaan käytettävissä olevien tietojen perusteella. Tutkimuksen luotettavuuden kannalta on tärkeää, että otos on tarpeeksi suuri ja edustava, kysymykset mittaavat oikeita asioita suhteessa tutkimusongelmaan ja vastausprosentti on korkea. (Heikkilä 2008, 188.) Tutkimuksemme luotettavuutta voi heikentää se, että emme tiedä vastausprosenttia. Koska tilastotietoa koira-avusteista työtä tekevistä henkilöistä ei ole, emme tiedä onko otantamme edustava ja kuvaako se koko joukkoa. Koska kyselyssämme tutkimusongelman näkökulmasta tärkeimmässä asemassa ovat avoimet kysymykset ja niistä saadut harjoitukset ja apuvälineet, ei otannan tarvitse olla niin edustava, kuin määrällisessä tutkimuksessa yleensä tulee olla. Tutkimuksemme tarkoitus ei ole selvittää yleisimpiä harjoituksia ja apuvälineitä, joita käytetään koiran kanssa, vaan saada mahdollisimman paljon tietoa erilaisista harjoituksista ja niiden soveltamismahdollisuuksista.

Tutkimuksissa pyritään välttämään virheitä, mutta silti luotettavuus ja pätevyys vaihtelevat. Luotettavuutta pyritään tämän vuoksi arvioimaan kaikissa tutkimuksissa. Tutkimuksen reliaabelius tarkoittaa mittaustulosten toistettavuutta. Toinen tutkimuksen arviointiin liittyvä käsite on validius, eli pätevyys. Validius tarkoittaa tutkimusmenetelmän kykyä mitata sitä, mitä tutkimuksessa on tarkoitus mitata. Esimerkiksi, ovatko vastaajat ymmärtäneet kyselylomakkeen kysymykset samalla lailla, kuin tutkija on ne tarkoittanut. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 231–232.)

Olemme pyrkineet huolellisuuteen ja tarkkuuteen tutkimuksemme jokaisessa vaiheessa. Tutkimuksessamme validius on tärkeässä osassa, jotta tutkimus olisi luotettava. Kyselylomakkeen tekemiseen käytimme paljon aikaa. Yritimme tehdä kysymyksistä mahdollisimman selkeitä ja pyrimme välttämään väärinymmärrykset. Tutkimuksemme luotettavuutta voi heikentää se, että kyselylomaketta ei pystytty testaamaan muilla henkilöillä, kuin yhteistyökumppanillamme.

Vastauksia lukiessamme huomasimme kuitenkin, että vastaajat ovat ymmärtäneet kysymykset hyvin. Laitoimme melkein kaikki kysymykset pakollisiksi kysymyksiksi, jolloin vastaajien oli pakko vastata kysymykseen. Pyrimme myös tietoisesti välttämään vastausvaihtoehtoa “en osaa sanoa”, koska se houkuttelee valitsemaan tuon vastausvaihtoehdon. Kyselylomakkeemme oli myös melko lyhyt, sillä siinä oli vain 19 kysymystä. Avoimia kysymyksiä oli muutamia, mutta kyselyyn oli melko nopea vastata.

Tutkimuksen luotettavuutta kohentaa tarkka selostus tutkimuksen toteuttamisesta. Tutkimuksen validiutta voidaan tarkentaa käyttämällä tutkimuksessa useita menetelmiä. Tutkimusmenetelmien yhteiskäytöstä käytetään termiä triangulaatio. Metodinen triangulaatio tarkoittaa useampien menetelmien käyttöä samassa tutkimuksessa. Tutkijatriangulaatio taas tarkoittaa, että useampi tutkija osallistuu tutkimuksessa keräämään aineistoa sekä erityisesti analysoimaan ja tulkitsemaan tuloksia. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 232–233.)

Olemme tutkimuksessamme käyttäneet laadullisen ja tilastollisen tutkimuksen analysointimenetelmiä. Näiden lisäksi olemme tehneet tuotoksen, jossa on ollut tarkoitus kuvata mahdollisimman tarkasti harjoituksia ja apuvälineitä, joita olemme saaneet tutkimusaineistosta. Emme siis ole tyytyneet vain yhteen menetelmään, vaan olemme hyödyntäneet useampia menetelmiä rinnakkain. Olemme kaikki osallistuneet tutkimuksen kyselylomakkeen suunnitteluun sekä tulosten analysointiin ja johtopäätösten tekemiseen. Näin olemme kaikki olleet jatkuvasti vuorovaikutuksessa toistemme, mutta myös aineiston kanssa. Mahdollisilta asiavirheiltä olemme pyrkineet välttämään sillä, että olemme lukee toistemme kirjoittamaa tekstiä. Omalle tekstilleen “sokeutuu” helposti ja toinen löytääkin kirjoitus- ja asiavirheet helpommin.

Tutkimusaineiston kerääminen kyselylomakkeella oli osittain hankalaa, koska emme tiedäneet, kuinka monta henkilöä kyselymme voi tavoittaa. Myöskään kyselyn vastaamisesta ei voinut muistuttaa tiettyjä henkilöitä, vaan kyselyä piti vain tehdä näkyväksi sosiaalisessa mediassa. Olimme pyytäneet vastaajia kuvailemaan mahdollisimman tarkasti, missä tilanteessa, ja miten he käyttävät apuvälinettä. Samalla lailla pyysimme vastaajia kuvailemaan mahdollisimman tarkasti käyttämäänsä harjoitusta. Kuitenkin osa vastauksista oli todella lyhyitä, ja niistä ei saanut selville, millainen harjoitus on, mitä siinä tehdään ja millaisissa tilanteissa harjoitusta käytetään. Näihin asioihin olisimme varmasti

saaneet vastaukset, jos olisimme toteuttaneet aineiston keräämisen haastattelemalla. Toisaalta vastaajien saaminen oli jo nyt hankalaa, joten emme olisi tienneet tarpeeksi henkilöitä, joita olisimme voineet haastatella. Kyselylomakkeella saimme näkyvyyttä sosiaalisessa mediassa, ja kysely tavoittikin lopulta aika monta työntekijää.

10.2 Tutkimuksen eettisyys

Tutkijan on tutkimuksensa tekemisessä otettava huomioon eettiset kysymykset. Tiedon hankintaan ja julkaisemiseen liittyvät tutkimuseettiset periaatteet ovat yleisesti hyväksytyjä. Niiden tunteminen ja noudattaminen on jokaisen tutkijan vastuulla. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 23–24.) Eettisten periaatteiden noudattaminen oli meille tutkijoina kaikille tärkeää ja pidimmekin niistä kiinni kaikissa tutkimuksemme vaiheissa.

Tutkimuksen eettisyys alkaa jo tutkimusaiheen valinnassa. Tutkimusongelman valinnassa kysytään, kenen ehdoilla tutkimusaihe valitaan ja miksi tutkimukseen ryhdytään. Pohdittavaksi nousee useita kysymyksiä. Tulisiko valita vai välttää muodinmukaisia aiheita? Onko aihe valittu niin, että tutkimus on helppo toteuttaa, mutta se ei ole merkityksellinen? Miten yhteiskunnallinen merkittävyys otetaan huomioon aiheen valinnassa? (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 24–25.) Opinnäytetyömme aiheita valitessamme teimme eettisen päätöksen ja halusimme sellaiseen aiheeseen, josta on konkreettista hyötyä. Tutkimukssamme keräämistä tiedoista voivat hyötyä monet työntekijät. Halusimme, että tietoa koira-avusteista työstä jaettaisiin muille alalla työskenteleville, eivätkä työntekijät pitäisi kaikkea tietoa ”hiljaisena tietonaan”.

Tutkimuksen eettisyys on myös tärkeää Diakonia-ammattikorkeakoulussa sen arvopohjan ja koulutusohjelmien vuoksi. Tutkimustoiminnan eettisten ratkaisujen tavoitteena on ihmisen kunnioittaminen, oikeudenmukaisuuden korostaminen ja tasa-arvoinen vuorovaikutus. Eettisyys näkyy myös kriittisenä asenteena tarjottua tietoa ja vallitsevia käytäntöjä kohtaan. Rakentava kriittisyys luo pohjaa hyvien ammattikäytäntöjen kehittymiselle ja niiden arvioinnille. Eettisyyden tulee näkyä koko opinnäytetyöprosessissa, eli miten aihe valitaan, miten tietoa hankitaan, miten prosessista ja tuloksista puhutaan sekä miten tuloksia sovelletaan. Tutkimusprosessissa eettisyys merkitsee siis tapaa, jolla työntekijät

ja ohjaaja suhtautuvat työhönsä, ongelmiinsa ja niihin henkilöihin, joiden kanssa tutkimusta tehdään. (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 11–12.)

Lähtökohtana tutkimukselle on se, että tutkimuksen tulee olla ihmisarvoa kunnioittava. Ihmisten itsemääräämisoikeutta tulee kunnioittaa ja ihmisille tulee antaa mahdollisuus päättää osallistuvatko he tutkimukseen vai eivät. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 25.) Tutkimushankkeeseen tietoja antavien henkilöiden tulee antaa lupa tutkimuksen tekemiseen. Heitä tulee informoida työstä ja sen tavoitteista. Samalla työntekijät sitoutuvat aineistonsa käytössä ja säilyttämisessä siihen, ettei materiaali joudu muuhun, kuin sovitun tarkoitukseen. (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 12.)

Kyselylomakkeemme saatekirjeessä kerroimme, mitä varten olemme tekemässä tutkimusta. Vastaajille kerrottiin myös, että Voimatassu Ky:n on tarkoitus tuottaa keräämämme materiaalin pohjalta kirja, jossa kerrotaan koira-avusteisen työn harjoituksista ja apuvälineistä. Kyselyyn vastaaminen oli vapaaehtoista ja vastaamalla kyselyyn työntekijät antoivat luvan käyttää vastauksiaan sekä tulevassa kirjassa, että opinnäytetyössä.

Hyvää ja eettiseen tieteelliseen käytäntöön kuuluu se, että tutkija ottaa muiden tutkijoiden työt ja saavutukset huomioon ja kunnioittaa näiden töiden arvoa. Muiden tutkijoiden saavutuksille tulee antaa niille kuuluva arvo ja merkitys omassa tutkimuksessa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 23–24.) Diakonia-ammattikorkeakoulu on myös sitoutunut noudattamaan tutkimus- ja kehittämistoiminnassaan tutkimuseettisen neuvottelukunnan laatimaa hyvää tieteellistä käytäntöä. Tarvittaessa Diak myös tarkistaa esimerkiksi opinnäytetöiden plagioinnin. (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 12.) Tutkimuksen eettisiin periaatteisiin kuuluu se, että toisten tekstiä ei plagioida. Tekstiä lainatessaan on se osoitettava asianmukaisin lähdemerkinnöin. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 25–26.) Tutkijan moraalisiin velvollisuuksiin kuuluu myös lähdekritiikki. (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 12.)

Opinnäytetyössämme olemme kiinnittäneet erityistä huomiota lähdemateriaaliin. Koiran vaikutuksista ihmisen hyvinvointiin on tehty jonkin verran tutkimuksia. Kaikki näistä tutkimuksista eivät kuitenkaan ole täysin luotettavia. Tutkimukseen osallistuneiden määrää ei ole aina kerrottu, tai tulokset on yleistetty niin, että niiden luotettavuutta on vaikea uskoa. Emme ole käyttäneet epäluotettavia lähdemateriaaleja opinnäytetyössämme, vaan

olemme ottaneet vain sellaiset lähteet, joiden tutkimusmenetelmä on esitetty asianmukaisesti ja tulokset on esitetty luotettavasti.

Eettisyys koskee myös tutkimuksen laatua, ei vain sen tekemistä. Tutkijan on alusta asti huolehdittava, että suunnitelma on laadukas, valittu tutkimusasetelma on sopiva tutkimukseen ja tutkimuksen raportointi on hyvin tehty. Eettinen sitoutuneisuus ohjaa hyvää tutkimusta. Eettisyys kiertyy muodollisesti tutkimuksen arviointi- ja luotettavuuskriteereihin ja tutkijan on noudatettava näitä kriteereitä, jotta tutkimus olisi myös eettinen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 127.) Pyrimme alusta asti hyvään ja kielellisesti oikeaan tekstiin. Pyrimme tekemään hyvän suunnitelman, ei vain eettisyyden takia, vaan myös sen takia, että hyvin tehty suunnitelma palvelee meitä myös työstämisvaiheessa. Raporttiamme olemme kirjoittaneet auki kaikki prosessimme vaiheet, jotta tutkimus olisi mahdollisimman läpinäkyvä.

11 POHDINTA

11.1 Asenne koira-avusteista työtä kohtaan

Toiset ihmiset eivät voisi kuvitellakaan ottavansa itselleen koira, ja toiset ihmiset taas eivät voisi kuvitella elävänsä ilman koira. Jokainen koiranomistaja tietää, kuinka paljon iloa koira tuo. Uudet tutkimukset koirien kyvyistä ovat usealle koiranomistajalle itsensäselvyyksiä. Koirattomat ihmiset eivät välttämättä ymmärrä tai halua hyväksyä koiran tuomia mahdollisuuksia tai positiivisia vaikutuksia. On sääli, että huono asenne koiria kohtaan voi evätä asiakkailta mahdollisuuksia positiivisiin kokemuksiin koiran kanssa.

Ennen koiran tuomista työpaikalle on syytä neuvotella koko työyhteisön kanssa asiasta. Lisäksi on hyvä luoda yhteiset pelisäännöt työn mahdollistamiseksi. Tietämättömyys koira-avusteista toimintaa kohtaan voi aiheuttaa ennakkoluuloja niin työnantajassa, kuin työyhteisön muissa jäsenissä. Ellei työnantaja tiedä tarkalleen, kuinka koira-avusteisuutta olisi mahdollista hyödyntää työyhteisössä ja millaista hyötyä siitä toiminnan kannalta olisi, ei hän varmasti tue kalliiseen koulutukseen osallistumista.

Koira-avusteisen työn suurimpina haasteina ovat allergiat. Koiran tuominen moniin yleisiin tiloihin kielletään niiden vuoksi. Koiralle allergiset ihmiset voivat saada pahojakin allergisia reaktioita ja koiran tuomista yleisiin tiloihin onkin mietittävä tarkkaan. Silti ehdoton kieltä koiran tuomisesta yleisiin tiloihin tai laitoksiin ei kuitenkaan palvele ketään, vaan tästäkin asiasta olisi nähtävä molemmat puolet. Teoriaosuutta tehdessämme huomasimme, että vanhemmat ihmiset ovat harvoin allergisia koirille. Lasten keskuudessa allergioita on selvästi enemmän. Mietimmekin, voisiko liian steriili ympäristö olla lisännyt allergioita?

11.2 Ideoita jatkotutkimuksille

Eläinavusteisesta työskentelystä ja sen hyödyistä tulisi saada lisää tutkimustietoa, jotta tulokset olisivat luotettavia ja näin ollen eläimen tuomat hyödyt voitaisiin hyväksyä myös

tieteen valossa. Faktatiedon lisääminen veisi eläinavusteista työtä eteenpäin ja kumoaisi mahdollisia ennakkoluuloja.

Opinnäytetyömme tutkimusaihetta voisi jatkaa moneen suuntaan. Olisi tärkeää saada tilastotietoa siitä, kuinka moni työntekijä koira-avusteista työtä tekee, millaista työ on ja missä päin Suomea työtä tehdään. Yksi jatkotutkimusaihe voisikin olla tutkimus, jossa kartoitettaisiin koira-avusteisen työn yleisyyttä Suomessa. Tällainen kartoitus koira-avusteista työtä tekevästä tahoista voisi auttaa työntekijöitä verkostoitumaan ja se saattaisi lisätä tietoisuutta koira-avusteisesta työstä.

Koira-avusteisen työn hyödyistä on tehty paljon opinnäytetöitä eri asiakasryhmien näkökulmasta. Tulokset ovat olleet positiivisia ja koirasta on todettu olevan paljon hyötyä asiakkaan toimintakyvyn parantamisessa. Nämä tulokset eivät kuitenkaan riitä siihen, että koira-avusteisen työn hyödyt hyväksyttäisiin laajemmin. Koiran hyödyistä asiakkaan toimintakyvyn tukemiseksi tulisi saada laajempia ja luotettavampia tutkimustuloksia.

Koira-avusteisen työn tietoisuutta tulee lisätä niin asiakkaille, kuin työntekijöillekin. Koira-avusteisessa työssä yksi haaste onkin se, että kaikki ihmiset eivät ymmärrä työn mahdollisuuksia ja hyötyjä. Yksi jatkotutkimusaihe voisi myös olla koira-avusteiseen toimintaan liittyvien asenteiden kartoitus eri toimijoilta, esimerkiksi lääkäreiltä tai opettajilta. Työntekijöiden ja asiakkaiden näkökulmasta on tehty useampia tutkimuksia, mutta yhteistyötahojen mielipiteen kuuleminen olisi tärkeää. Tämä auttaisi lisäämään tietoisuutta sekä mahdollistaisi uusien toimintatapojen syntymisen.

11.3 Ammatillinen kasvu opinnäytetyöprosessin aikana

Opinnäytetyöprosessi kesti kokonaisuudessaan hieman yli vuoden. Prosessin alku oli hankala, ja aiheen rajaaminen tuotti hankaluuksia. Tutkimuksen aiheen rajaamisen jälkeen opinnäytetyön tekeminen oli mielenkiintoista, mutta osittain haasteellista. Prosessi oli raskas, mutta samalla myös todella antoisa. Se myös opetti pitkäjänteisyyttä. Teoriaosuuden kirjoittaminen oli mielenkiintoista ja opettavaista. Teoriapohjan kirjoittamista ja aiheeseen perehtymistä hankaloitti se, että aiheesta on kirjoitettu hyvin vähän suomen-

kielistä kirjallisuutta. Suomalaisia tutkimuksia aiheesta ei myöskään juuri ole. Jouduimme lukemaan paljon englanninkielistä kirjallisuutta ja tutkimuksia. Haastetta tutkimukselle toi myös se, että kaikille englanninkielisille sanoille ei ole suomenkielistä vastinetta.

Opinnäytetyön tekeminen kolmen hengen porukassa oli osittain haasteellista, koska yhteistä aikataulua oli vaikea löytää. Toisaalta yhdessä tekemisessä oli myös hyviä asioita. Tutkimuksen tekemiseen sai tukea tiimiltä, eikä isoja päätöksiä tarvinnut tehdä yksin, vaan niitä pystyi miettimään yhdessä.

Tutkimuskohteemme osoittautui yllättävän vaikeaksi, sillä koira-avusteista työtä tekeviä henkilöitä oli hankala tavoittaa. Toisaalta vastaavaa tutkimusta ei ole aiemmin tehty. Tutkimuksemme antaakin arvokasta tietoa myös niille, joille koira-avusteinen työskentely on vierasta, sekä jo koira-avusteista menetelmää työssään käyttäville ammattilaisille. Tutkimuksen tekeminen oli mielenkiintoista jo sen takia, että aihe on melko tuntematon Suomessa. Prosessin aikana opimme myös paljon uutta sekä tutkimuksen tekemisestä, että koira-avusteisesta toiminnasta.

Tutkimuksessamme käytimme tilastollista ja laadullista analyysia, sekä teimme pienen tuotoksen kyselymme tuloksista. Aluksi tarkoituksena oli tehdä tilastollinen tutkimus, mutta vastauksia tuli kuitenkin tilastolliseen tutkimukseen suhteellisen vähän. Siksi meidän oli hankala määrittellä, onko tutkimuksemme laadullinen vai määrällinen tutkimus. Alusta asti tärkeimmät tutkimuskysymykset olivat luonteeltaan laadullisia. Analysoimme tutkimuksen tuloksia sekä laadullisin, että tilastollisin menetelmin, joten jouduimme perehtymään molempiin prosesseihin. Tämän johdosta saimme melko paljon tietoa laadullisen ja tilastollisen tutkimuksen analysoimisesta. Lisäksi perehdyimme myös tuotoksen tekemiseen, mikä toi tutkimusprosessiin vielä yhden uuden oppimiskokemuksen.

Opinnäytetyöprosessin aikana olemme oppineet, miten laajalla työkentällä koiraa on mahdollista hyödyntää ja kuinka työtä käytännössä tehdään. Ennen opinnäytetyön aloittamista meillä ei ollut juuri mitään tietoa siitä, mitä ammatillinen koira-avusteinen työ todellisuudessa on. Saimme myös itse paljon uutta tietoa toiminnasta ja opimme paljon. Mielenkiintomme koira-avusteista menetelmää kohtaan kasvoi, ja voisimmekin kuvitella myös itse käyttävämme koiraa omassa työssämme tulevaisuudessa.

Meillä kaikilla on omia kokemuksia koiran positiivisista vaikutuksista. Saimme opinnäytetyöprosessin aikana kuitenkin omille kokemuksillemme teoriataustaa. Teoriataustan tekemisen ja kyselyn vastauksiin perehtymisen kautta saimme paljon konkreettista tietoa siitä, miten koira voisi hyödyntää työssä. Eläinten hyödyntäminen sosiaali-, kasvatusta, ja terveydenhuoltoalalla tulee varmasti lisääntymään tulevaisuudessa. Opinnäytetyöprosessi on ollut koulutuksessa opettavaisin kokemus ja aihe on ollut sellainen, että sosionomin koulutuksessa sitä ei käsitellä. Prosessin tekeminen auttoi reflektoimaan omaa oppimista ja ammatillista kehitystä.

Opinnäytetyömme antaa laajan kuvan koira-avusteisesta toiminnasta, siinä on huomioitu sellaisia asioita, joita ei ole huomioitu aikaisemmissa opinnäytetöissä. Olemme ottaneet työssämme kantaa asioihin, jotka on otettava huomioon koira-avusteisessa työssä. Näitä asioita ovat mm. allergiat ja koiran hyvinvointi. Koira toimii yhtenä työntekijänä ja koiran jaksamiseen ja työmäärään tuleekin kiinnittää huomiota.

LÄHTEET

- Ahonen, Liisa 2011. Koira ainoan lapsen kasvun tukena. *Adoptioperheet* (3), 24–25.
- Albuquerque, Natalia; Guo, Kun; Wilkinson, Anna; Savalli, Carine; Otta, Emma and Mills, Daniel 2016. Dogs recognize dog and human emotions. *Biology letters* January 2016.
- Alfapartners 2015. Ratkaisukeskeinen eläinavusteinen terapia- ja valmentajakoulutus
- Allergia- ja astmaliitto 2013. Lemmikit julkisissa tiloissa. Allergia- ja astmaliiton ohje 12/2013. Viitattu 16.8.2016.
- Björkholm, Stella 2016. Nuorisotyöntekijä, Espoonlahden seurakunta. Espoo. Sähköpositiivisesti 1.4.
- Borgström, Christina Nona 2013. Avustajakoirat ja koira-avusteinen työskentely. Teoksessa Kajja Ikäheimo (toim.) *Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa*. Helsinki: Solution Models House, 75-81.
- Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Opas diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Easel Training i.a. Easel -ohjaaja. Viitattu 16.1.2016. <http://easeltraining.fi/continuing-education/165/index.html?fi>
- Green Care Finland i.a. Koirista apua koulujen haasteisiin. Viitattu 11.11.2015. <http://www.gcfinland.fi/news/koirista-apua-koulumailmaan>
- Heikkilä, Tarja 2008. Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Edita.
- Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Hoivakoira i.a. Palvelut: Sosped koira -koulutus & kouluyhteistyö. Viitattu 16.11.2015. <http://www.hoivakoira.fi/sosped-koira-koulutus-kouluyhteistyö/>
- Horowitz, Alexandra 2011. Koiran silmin. Mitä koira näkee, haistaa ja ymmärtää. Helsinki: Gummerus.
- Huomenta Ruotsi - "Eläin rauhoittaa". Ruotsi 2012. Toim. Merja Laitinen. Esitetty 7.1.2012 Sveriges Radio Sisuradio. <http://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=2500&artikele=5398252&playaudio=4345402>
- Höök, Ingeborg 2011. *The professional Therapy Dog - A Care Dog on Prescription*. Stockholm: Gothia Förlag AB

- Ikäheimo, Kaija 2013. Eläimen ja ihmisen suhde. Teoksessa Kaija Ikäheimo (toim.) Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Solution Models House, 5–9.
- Jyväskylän ammattikorkeakoulu i.a. Koira-avusteinen kasvatus- ja kuntoutustyö täydennyskoulutus 8 op. Viitattu 14.1.2016. https://amp.jamk.fi/asio/kurssi/siilmo/jamk/index.php?resource=56381/Koira-avusteinen_kasvatus_ ja_kuntoutusty%C3%B6_t%C3%A4ydennyskoulutus_8_op/esite/&ss_lang=fin
- Kahilaniemi, Eeva 2016. Eläinavusteinen interventio -asiakkaan toiminnallisuuden tukeminen koira-avusteisin menetelmin. Tampere: Voimatassu Ky
- Kahilaniemi, Eeva 2016. Eläinavusteinen interventio -asiakkaan toiminnallisuuden tukeminen koira-avusteisin menetelmin. Tampere: Voimatassu Ky
- Kennelliitto i.a. A. Kaverikoirat tuovat iloa ja elämyksiä. Viitattu 17.11.2015. <http://www.kennelliitto.fi/kaverikoirat>
- Kennelliitto i.a. B. Kaverikoirien historia Suomessa. Viitattu 17.11.2015. <http://www.kennelliitto.fi/koirat/kaverikoirat/kaverikoirien-historia-suomessa>
- Kivikari, Pirkko & Collin-Kajaala, Joyce 2013. Alpakat ja laamat. Teoksessa Kaija Ikäheimo (toim.) Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Solution Models House, 108–124.
- Klemettilä, Hannele 2013. Apurieläinten historiaa länsimaissa: koira, hevonen ja kissa. Teoksessa Kaija Ikäheimo (toim.) Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Solution Models House, 14–21.
- Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry & Allergia- ja astmaliitto 2014. Suosituksia. Helsinki: Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä.
- Korri, Pia 2016. Koulutusasiantuntija, Tampereen seurakunta. Tampere. Puhelinhaastattelu 25.7.
- Koulutus.fi i.a. Eläinavusteinen valmentaja, Solution Focused Animal Assisted Therapy (SFAT). Viitattu 12.1.2016. <http://www.koulutus.fi/kurssi/elainavusteinen-valmentaja-solution-focused-animal-assisted-therapy-sfat-159443>
- Kruger, Katherine & Serpell James 2010. Animal-assisted interventions in mental health: definitions and theoretical foundations. Teoksessa H. Fine Audrey (edited) Handbook on Animal-assisted therapy. Theoretical foundations and guidelines for practice.

- Langinvainio, Heimo 2016. Hyvää elämää koiran kanssa. Koiran vaikutuksesta koiranomistajan hyvinvointiin ja onnellisuuteen. Suomen Kennelliiton julkaisu 2/2016. http://www.kennelliitto.fi/sites/default/files/media/kennelliitto_julkaisu_final_0.pdf
- Lundell, Kristiina & Haapasaari, Maarit 2013. Koira-avusteisuus-kokemuksia ja ajatuksia Suomesta. Teoksessa Kaija Ikäheimo (toim.) Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Solution Models House, 64–74.
- Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus; Terveiden ja hyvinvoinnin laitos & Lapin ammattikorkeakoulu 2014. Green Care –työkirja. Verkkojulkaisu. Viitattu 29.1.2015. <https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/mtt/mtt/julkaisut/green-care-tyokirja-17.3.2014.pdf>
- Meripaasi, Helena 2004. Koiranvirkoja. Suomalaisia työ- ja harrastuskoiria. Helsinki: Otava.
- Portin, Petter 2015. Mistä kumpuaa kiintymys koiraan? Koiramme 119 (7-8), 80–82.
- Puotinniemi, Lea 2016. Diakoni, Espoonlahden seurakunta. Espoo. Sähköpostiviesti 14.4.
- Pylkkänen, Sirkka 2016. Kirkkoherra, Juvan seurakunta. Juva. Sähköpostiviesti 23.3.
- Rotko, Jorma 2013. Koira on hylkiö islamin maailmassa. Koiramme. 117 (9), 22–25.
- Salmela, Jari 2013. Eläinavusteinen valmentaja-Solution Focused Animal Assisted Therapy. Teoksessa Kaija Ikäheimo (toim.) Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Solution Models House, 91–98.
- Salmela, Jari 2013. Kissat eläinavusteisessa toiminnassa. Teoksessa Kaija Ikäheimo (toim.) Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Solution Models House, 101–107.
- Salovuori, Tuomo 2014. Luonto kuntoutumisen tukena. Tampere: Mediapinta Solution Focused Animal Assisted Therapy® -koulutusohjelma. Viitattu 12.1.2016. <http://alfapartners.fi/elainavusteinen/>
- Sosped i.a. Sosped koira koulutus- Sosiaalipedagoginen koiratoiminta -koulutus. Viitattu 15.11.2015. <http://www.sosped.fi/sosped-koira-koulutus/>
- Suomen Kuntaliitto & Suomen Toimintaterapialiitto ry 2003. Terapianimikkeistö 2003. Viitattu 20.11.2015 http://kunnat.net/fi/asiantuntijapalvelut/soster/nimikkeistot-luokitukset/kuntoutus-erityistyontekijoiden-nimikkeistot/Documents/Toimintaterapianimikkeist%C3%B6_2003.pdf

- Talentia 2013. Määrittelyä sosiaalihuollon ammatillisen henkilöstön työstä ja tehtävistä. Viitattu 2.9.2016. http://www.talentia.fi/tyoelama/sosiaalialan_tyo/tyon_maaritelmat
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Vartiovaara, Ilkka 2006. Lemmikkieläimet ja ihmisen terveys. Terveyskirjasto. Viitattu 17.1.2016. http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=onn00009
- Wikberg, Maikku 2014. Koira työkaverina sosiaali-, kasvat- ja terveysalalla. *Canis*. 8 (2), 28–31.
- Voimatassu 2016 A. Voimatassun tekijät. Viitattu 16.7.2016. <http://www.voimatassu.fi/me/>
- Voimatassu 2016 B. Yksilö- ja ryhmävalmennus. Viitattu 16.7.2016 <http://www.voimatassu.fi/yksilo-ja-ryhmavalmennus/>
- Voimatassu 2016 C. Koulutuspalvelut. Viitattu 16.7.2016. <http://www.voimatassu.fi/koulutuspalvelut/>
- Voimatassu 2016 D. Kauppa. Viitattu 16.7.2016. <http://www.voimatassu.fi/materiaali-puodista/>
- Yli-Viikari, Anja & Haapasaari, Maarit 2013. Eläinavusteinen työskentely ja Green Care. Teoksessa Kaija Ikäheimo (toim.) *Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa*. Helsinki: Solution Models House, 99–100.

LIITE 1: Kyselylomake

Kysely koira-avusteisen työskentelyn apuvälineistä ja harjoituksista

Tervetuloa kyselyyn!

Vastaamalla olet mukana kyselyn pohjalta valmistuvan kirjan arvonnassa. Toivomme mahdollisimman selkeitä ja käytännönläheisiä vastauksia.

Kyselyyn vastaaminen on mahdollista 20.3.2016 saakka.

1. Sukupuolesi? *

- Nainen
- Mies

2. Millä alalla työskentelet? *

- Kasvatusalalla
- Sosiaaliaalalla
- Terveysthuoltoalalla
- Muulla alalla, millä?

3. Mikä on koulutuksesi nykyiseen työhösi? *

4. Kuvaile lyhyesti millaisessa paikassa olet töissä ja millainen on toimenkuvasi. *

5. Minkä ikäryhmän parissa työskentelet? *

Voit valita useamman vaihtoehdon.

- Lapset 0-13v.
- Nuoret 14-24v.
- Aikuiset 25-63v.
- Vanhukset yli 64v.

6. Mihin kategoriaan asiakasryhmä, jonka kanssa työskentelet, kuuluu? *

- Varhaiskasvatus
- Perusopetus
- Lastensuojelu
- Mielensterveys- ja päihdepalvelut
- Vammaispalvelut
- Vanhuspalvelut
- Fysioterapia
- Vankeinhoito
- Terapeuttipalvelut
- Muu, mikä?

7. Minkälainen koulutus sinulla on eläinavusteiseen toimintaan? *

Voit valita useamman vaihtoehdon.

- Koira-avusteisen kasvatus- ja kuntoutustyön täydennyskoulutus
- Easel training
- Eläinavusteinen valmentajakoulutus

- Sosiaalipedagoginen koiratoiminta
- Ulkomainen koulutus, mikä?

- Vapaaehtoisen koiratoiminnan koulutus, esim. kaverikoirat
- Muu, mikä?

- Ei koulutusta

8. Aiotko hankkia eläinavusteiseen toimintaan vielä lisäkoulutusta? *

- Kyllä, mikä?

- Ei

9. Mitä apuvälineitä olet käyttänyt työssäsi? *

Voit valita useamman vaihtoehdon.

- En ole käyttänyt mitään apuvälineitä
- Koiran aktivointilelut
- Lelut
- Koiran harrastevälineet esim. agilityputki tai kartiot
- Koiran hoitovälineet esim. harjat ja kynsisakset
- Toiminta- ja terapiamatto
- Kuvakortit
- Taskunoppa
- Itse tehdyt apuvälineet, mitkä?

- Muuta, mitä?

10. Arvioi, kuinka paljon hyötyä apuvälineestä on toiminnan kannalta. *

	Hyvin vähän/ei ollenkaan	Vähän	Kohtalaisesti	Melko paljon	Todella paljon
Koiran aktivointilelut	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lelut	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koiran harrastevälineet esim. agilityputki tai kartiot	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koiran hoitovälineet esim. harjat ja kynsisakset	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Toiminta- ja terapiamatto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kuvakotit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Taskunoppa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Itsetehdyt apuvälineet, mitkä? _____	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Muuta, mitä? _____	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

11. Kuvaile, missä tilanteessa ja miten käytät apuvälinettä. *

Koiran aktivointilelut

Lelut

Koiran harrastevälineet esim. agilityputki tai kartiot

Koiran hoitovälineet esim. harjat ja kynsisakset

Toiminta- ja terapiamatto

Kuvakortit

Taskunoppa

Itsetehdyt apuvälineet, mitkä?

Muuta, mitä?

12. Millaisia uusia apuvälineitä tarvitsisit tai voisit hyödyntää työssäsi?

13. Millaisia harjoituksia käytät työssäsi? *

Voit valita 1–4 käyttämäsi harjoitusta, joita tulet kuvailemaan myöhemmissä kysymyksissä tarkemmin. Harjoitukset voit nimetä haluamallasi tavalla. Sinun tulee muistaa myöhemmin, missä järjestyksessä olet harjoitukset nimennyt (esim. mikä harjoitus oli kohdassa "harjoitus 1"), joten sinun kannattaa kirjoittaa ne tässä vaiheessa itsellesi ylös. Harjoitusten ei tarvitse olla "kirjasta otettuja harjoituksia", vaan voit vain kuvailla miten toimit koiran kanssa erilaisissa asiakastilanteissa.

- Harjoitus 1

- Harjoitus 2

- Harjoitus 3

- Harjoitus 4

14. Mitä asiakkaan elämän osa-aluetta harjoituksella tuetaan tai ylläpidetään? *

Motorisilla taidoilla tarkoitetaan niitä taitoja, joilla ihminen selviytyy itsenäisestä elämän eri tilanteista. Motorisia taitoja ovat esim. käveleminen, hyppiminen ja juokseminen.

Prosessitaidot ovat tavoitteeseen suuntaavia ja havainnoitavissa olevia tekoja, joita yksilö käyttää esimerkiksi valitessaan tarkoituksenmukaisia tavaroita. Esimerkiksi aloittaminen, valitseminen, järjestäminen, lopettaminen.

Psyykkiset taidot: kyky tunnistaa, ilmaista ja hallita tunteita.

Sosiaaliset taidot tarkoittavat kykyä olla muiden kanssa.

Eettiset taidot: Kyky harkita toimintaansa ja sen seurauksia.

	Motoriset taidot	Prosessitaidot	Psyykkiset taidot	Sosiaaliset taidot	Eettiset taidot	Arjenhallintataidot/itsestä huolehtiminen
Harjoitus 1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Harjoitus 2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Harjoitus 3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Harjoitus 4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

15. Kuvaile, missä tilanteessa käytät harjoitusta ja miten se toimii. *

Harjoitus 1

Harjoitus 2

Harjoitus 3

Harjoitus 4

16. Arvioi, kuinka hyvin harjoitus vastaa tarkoitustaan. *

	Hyvin heikosti/ ei ollenkaan	Heikosti	Tyydyttä- västi	Hyvin	Erinomaisesti
Harjoitus 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Harjoitus 2	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Harjoitus 3	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Harjoitus 4	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

17. Mistä olet saanut harjoitukset? *

- eläinavusteisesta koulutuksesta
- kehittänyt itse
- soveltanut vanhasta harjoituksesta/ muusta menetelmästä
- jostakin muualta, mistä?

18. Millaisiin tilanteisiin kaipaisit uusia harjoituksia?

19. Miten koira-avusteista toimintaa voisi mielestäsi kehittää?

20. Jättämällä yhteystietosi osallistut kirjan arvontaan.

Etunimi _____

Sukunimi _____

Matkapuhelin _____

Sähköposti _____

Osoite _____

Postinumero _____

Postitoimipaikka _____

LIITE 2: Harjoitukset ja apuvälineet

Saatesanat:

Tähän liitteeseen kerätyt harjoitukset sekä erilaisten apuvälineiden käyttömahdollisuudet on saatu opinnäytetyömme kyselystä. Apuvälineet on otsikoitu samalla tavalla, miten ne ovat olleet kyselylomakkeessa. Harjoitukset on otsikoitu sen mukaan, mitä osa-aluetta harjoituksella pääsääntöisesti tuetaan. Lisäksi harjoitukset on luokiteltu teemoittain sen mukaan, millaisessa tilanteessa niitä voidaan käyttää.

ESIMERKKEJÄ APUVÄLINEISTÄ

Koiran aktivointilelut

Käyttö: Koiran aktivointileluja voidaan käyttää opettaessa asiakkaalle oppimista, tai vain tunnelman keventäjänä asiakkaiden seuratessa koiran touhuilua. Asiakas voi esimerkiksi piilottaa koiralle namin aktivointileluun ja seurata miten koira selvittää tehtävän. Asiakas voi myös yhdessä koiran kanssa ratkaista tehtävää. (Ks s. 82, Harjoitus: aktivointilelun käyttö)

Tavoite: Toiminta rauhoittaa asiakasta ja parantaa keskittymiskykyä. Aktivointilelun käyttäminen auttaa luomaan kontaktia tekemisen kautta koiran ja asiakkaan välille.

Aktivointilelun sijaan voidaan käyttää esimerkiksi kannellista purkkia tai tehdä erilaisia aktivointileluja itse.

Lelut

Käyttö: Leluja voidaan käyttää esimerkiksi yhteisen tekemisen luomisessa asiakkaan ja koiran välille. Niiden avulla voidaan aktivoida asiakkaita leikkimään. Leluja voidaan käyttää sekä liikuntatunneilla, retkillä, oppimaan oppimisen yhteydessä, että asiakkaan ja koiran tutustuttamisessa. Leluja voi käyttää myös ryhmätoiminnassa, jossa koira on mukana.

Asiakkaat voivat leikkiä koiran kanssa lelujen avulla ja sitä voidaan käyttää palkkana koiran koulutuksessa. Vinkulelun kanssa voi leikkiä takaa-ajoleikkiä, jossa koira ottaa lelun ja asiakas yrittää saavuttaa koira. Asiakastilanteissa voi myös olla vain läsnä esimerkiksi pentukoira, joka leikkii pallolla.

Leikin ohessa asiakkaan kanssa voidaan myös pohtia, onko leikkiin helppo heittäytyä mukaan, ja kuinka helppoa tai vaikeaa rentoutuminen tilanteessa on.

Tavoite: Koira on aina valmis leikkiin, jolloin asiakas kokee hyväksyntää ja onnistumisen iloa. Lelun kanssa leikkiminen on tavallaan liikuntasuoritus, jolloin se lisää asiakkaan fyysistä toimintakykyä.

Koiran harrastevälineet esim. agilityputki tai kartiot

Käyttö: Asiakkaat voivat kuljettaa koira kartioiden tai toisten asiakkaiden ympäri pujo-tellen. Harrastevälineiden sijaan koira voi myös houkutella ryömimään esimerkiksi tuolin tai tuolien alta. Asiakkaita voidaan kannustaa yhteistyössä opettamaan koira putkeen.

Tavoite: Asiakas saa positiivista palautetta erilaisten tehtävien tekemisestä koiran kanssa, ja niissä onnistuminen lisää asiakkaan iteluottamusta. Tehtävän ratkaiseminen innostaa asiakasta ja rohkaisee toimimaan. Yhdessä tekeminen auttaa tutustumisessa ja keskittymisen harjoittelussa.

Koiran hoitovälineet esim. harjat ja kynsisakset

Käyttö: Asiakas voi esimerkiksi harjata koiraan tai leikata sen kynsiä. (ks. s. 84, Harjoitus: itsestä huolehtiminen)

Tavoite: Koira hoitaessaan asiakas näkee, kuinka koira nauttii saamastaan hoidosta ja huomiosta. Asiakas oppii myös samalla lukemaan koiraan, esimerkiksi milloin koirasta tuntuu hyvälle. Samalla asiakas opettelee säätelemään sitä, millä voimakkuudella koiraan voi esimerkiksi harjata.

Koiran harjaaminen on rentouttavaa ja antaa mahdollisuuden rauhoittua toimintaan. Harjaamalla koiraan asiakas saa olla lähellä koiraan ja hän pystyy tuntemaan sen nautinnon. Koiran hoitaminen opettaa vastuuntuntoa sekä toisesta välittämistä ja huolehtimista. Se vahvistaa myös asiakkaan itseluottamusta, keskittymistä ja tarkkaavaisuutta. Hoitotoimenpiteiden suorittaminen, esimerkiksi kynsien leikkuu, parantaa myös silmän ja käden yhteistyötä eli hienomotoriikkaa.

Toiminta- ja terapiamatto

Käyttö: Toiminta- ja terapiamattoa voidaan käyttää esimerkiksi erilaisten tehtävien arvonnassa. Mattoa voidaan käyttää myös tilanteissa, joissa harjoitetaan sorminäppäryyttä tai havainnointikykyä. Asiakas voi piilottaa maton taskuihin herkkuja tai leluja, jonka jälkeen koira etsii niitä.

Tavoite: Maton avulla voidaan parantaa esimerkiksi hienomotorisia taitoja.

Kuvakortit

Käyttö: Kuvakorteista voidaan peilata koiran elekieltä omiin tunteisiin ja hyödyntää kuvia erilaisten tunnetilojen selvittämiseen. Kuvien avulla asiakkaan on myös helpompi kertoa sen hetkinen tunnetilansa.

Tavoite: Tavoitteena on oppia tunnistamaan erilaisia tunteita. Koirakuvien välityksellä voi olla helpompi puhua vaikeistakin asioista.

Kuvakortit voivat olla valmiita tai niitä voidaan leikata lehdestä yhdessä asiakkaan kanssa.

Taskunoppa

Käyttö: Taskunoppaa voi hyödyntää esimerkiksi oppitunneilla eri kouluaineissa, mutta se sopii kaikkien asiakasryhmien kanssa toimiessa. Nopan avulla koira arpoo tehtävän tai toiminnan, jonka asiakas suorittaa. (ks. s. 86, Harjoitus: koiran antamat tehtävät)

Tavoite: Taskunoppa on monikäyttöinen väline, joka lisää toiminnallisuutta.

Matto/alusta

Käyttö: Koira opetetaan asettumaan matolle/alustalle. Asiakas ja koira voivat olla yhdessä alustalla ja keskittyä tekemiseen, esimerkiksi lukemiseen.

Tavoite: Harjoitus sopii hyvin esimerkiksi vilkkaalle lapselle, kun peilataan koiran tekemistä omaan käytökseen. Koiran rauhallisuus rauhoittaa myös asiakasta ja auttaa tätä keskittymään.

ESIMERKKEJÄ HARJOITUKSISTA

SOSIAALISTEN TAITOJEN TUKEMINEN

Vuorovaikutusharjoitukset

HARJOITUS: Koiran kohtaaminen

Asiakkaiden kohdatessa koiran ensimmäistä kertaa asiakkaat voivat esimerkiksi antaa koiralle nameja, tai pyytää sitä istumaan tai antamaan tassua. Asiakas voi antaa makupalan kädestä, tai se voidaan laittaa polvelle, mistä koira ottaa sen.

Ryhmässä asiakkaat voivat istua piirissä, jolloin koira kiertää asiakkaalta toiselle. Asiakkaat saavat kilpailla koiran huomiosta ja kehua koiraa suorituksesta. Aloituksesta saattaa tulla näin myös vauhdikas, jolloin se luo hyvää energiaa ryhmään.

Asiakkaiden kanssa voidaan myös pohtia, mikä merkitys koiralle ja ihmiselle on turvallisella tavalla tutustumisessa.

HARJOITUS: Lautapelin pelaaminen

Koira on mukana lautapeleissä ja pyörittää noppaa omalla vuorollaan. Koiralle annetaan suuhun noppa, ja kun se tippuu, on koira käyttänyt vuoronsa. Koira varten tulisi varata oma isompi noppa.

Harjoituksen tavoitteena on kehittää sosiaalisia taitoja sekä kärsivällisyyttä. Se opettaa myös oman vuoron odottamista ja keskittymistä. Peli saatetaan joutua aloittamaan montakin kertaa alusta, koska pelinappulat voivat lentää koiran kävellessä, ja noppa saattaa pyörähtää liian monta kertaa. Pelit vaativatkin yhteistyötä ja huumoria.

Ryhmätoiminnassa käytettävät harjoitukset

HARJOITUS: Piiloleikki

Harjoituksessa asiakkaat menevät piiloon ja ilmoittavat koska saa tulla etsimään. Koira etsii asiakkaat ja nämä palkkaavat koiran, kun heidät on löydetty. Piiloleikki on suhteen luomiseen sopiva leikki.

Harjoitus sopii erityisesti lasten kanssa käytettäväksi. Lapset haluavat tulla nähdyiksi ja löydettyiksi. Koira tuo piiloleikkiin hauskuutta.

HARJOITUS: Ihmissolmu

Ryhmäläiset asettuvat peitolle/lattialle niin, että jokin ruumiinosa, esimerkiksi käsi, osuu toisen ryhmäläisen päälle. Näihin solmukohtiin laitetaan koiralle namit, ja ihmissolmu voi "aueta" vasta, kun koira on löytänyt kaikki namit.

Ihmissolmu-harjoituksella tuetaan sekä motorisia, että sosiaalisia taitoja. Harjoitus tehdään ryhmäyttämismielessä ja siinä nähdään myös ryhmäläisten väliset jännitteet. Niistä johtuen ihmissolmu voi ensimmäisillä kerroilla olla hyvinkin hauras.

PROSESSITAITOJEN TUKEMINEN

Koiran koulutus ja leikkiminen

HARJOITUS: Koiran kanssa leikkiminen ja käskyjen antaminen

Asiakas leikkii koiran kanssa tai käskyttää sitä tekemään sen jo osaamia temppuja. Asiakas voi esimerkiksi heittää koiralle lelua, jolloin koira noutaa sen.

Tehtävä käydään selkeästi läpi ennen koiran hakemista. Asiakkaan kanssa käydään vaihe vaiheelta läpi, miten hänen tulee toimia ja mitä käskyjä antaa koiralle missäkin vaiheessa. Toiminnassa otetaan huomioon koiran luonne. Asiakas palkkaa koiran sen toimiessa oikein.

Toiminnalla vahvistetaan asiakkaalle osaamisen ja onnistumisen kokemuksia. Asiakas saa myös kokemuksia onnistuneesta vuorovaikutussuhteesta. Mikäli koira kieltäytyy tai toimii muutoin kuin on käsketty, asiakkaan kanssa pohdintaan käytöksen syytä. Tilannetta voidaan peilata myös omaan elämään.

HARJOITUS: Koiran kouluttaminen

Asiakas voi pyytää eläintä tekemään sen jo osaamia temppuja tai opettaa sille jonkin uuden tempun.

Ensimmäiseksi asiakkaan kanssa pohditaan, miten koira voidaan opettaa ja miten se olisi järkevää tehdä. Huomioitavia asioita ovat mm. omat liikkeet ja asennot, äänensävy ja koiran palkitseminen sen onnistuessa. Toiminnalla kehitetään asiakkaan suunnittelutaitoa ja syy seuraus- suhdetta. Asiakkaalle voidaan myös antaa vaihtoehtoja koiran jo osamista koulutuskäskyistä, joista asiakas voi valita pari. Kun asiakas on valmis, voidaan koira hakea paikalle. Asiakasta ohjeistetaan toimimaan rauhallisesti. Kun koira tekee pyydetyn asian, on siitä seurauksena koiran palkitseminen ja kannustaminen.

Jos koira ei tee pyydettyä asiaa, asiakasta pyydetään yrittämään uudelleen. Asiakas huomaa nopeasti, jos on itse motorisesti levoton, jolloin koira ei tottele ollenkaan. Tästä asiakas saa hyvän palautteen oman toiminnan merkityksestä. Asiakas ei saa menettää hermojaan vaikkei eläin usean pyynnön jälkeen haluttua asiaa tekisikään.

Asiakasta opetetaan lukemaan koiran eleitä. Omaa toimintaa reflektoidaan asiakkaan kanssa ja onnistumiseen johtaneita asioita pohditaan yhdessä. Onnistuessaan asiakas kokee parhaimmillaan mielihyvää ja psyykinen vointi kohoa. Hän voi ylpeänä kertoa toisille onnistuneensa ja osaavansa kouluttaa koira. Asiakas saa toiminnasta onnistumisen kokemuksia ja hän kokee olevansa tärkeä.

Käskyjen opettamista koiralle voidaan peilata myös siihen, kuinka myös asiakkaan tulisi noudattaa mahdollisen hoitolaitoksen sääntöjä.

Esimerkiksi jos vilkas lapsi opettaa koiralle paikka-käskyä, joutuu hän myös itse rauhoittumaan ja keskittymään tehtävään huolellisesti. Asiakasryhmän kanssa voidaan opettaa koiralle esimerkiksi luoksetuloa, jolloin asiakkaat voivat tehdä yhteistyötä kutsumalla koira luokseen ja palkkaamalla sen.

HARJOITUS: Namien piilotus

Asiakas piilottaa koiralle nameja ja koira etsii ne. Aluksi asiakkaan kanssa mietitään, mihin namit voi piilottaa, jotta koiran on niitä mahdollista löytää. Lisäksi käydään läpi, että nimi on tarkoitettu koiralle, eikä sitä saa yrittää ottaa koiralta pois. Asiakasta ohjeistetaan kehuaan koira aina, kun se löytää namin.

Suunnitelmaa laadittaessa asiakkaan täytyy olla hyvässä vuorovaikutuksessa ohjaajaan, jotta toiminta pääsee toteutumaan, ja se sujuu odotetusti. Suunnittelun jälkeen asiakkaalle annetaan muutama nimi ja häntä pyydetään piilottamaan ne sellaisiin paikkoihin, joista oli aikaisemmin puhuttu. Tämän jälkeen asiakkaalta pyydetään rauhallista käytöstä, jotta koira voidaan hakea mukaan tilanteeseen. Kun asiakas on rauhallinen ja halukas hakemaan koiran, haetaan koira ja asiakas saa antaa sille käskyn "etsi". Harjoituksen jälkeen voidaan myös pohtia, milloin voi itseään palkita ja millaisilla arkisilla asioilla?

HARJOITUS: Aktivointilelun käyttö

Asiakkaan kanssa suunnitellaan, kuinka tilanteessa täytyy toimia. Sen jälkeen asiakkaalle annetaan koiran aktivointilelu, jonka sisälle hän pystyy piilottamaan nameja. Koira odottaa toisessa huoneessa, jotta tämä työvaihe voidaan käydä rauhassa läpi. Asiakkaalle ohjeistetaan vinkkejä, joita hän voi koiralle antaa, mikäli koira ei malta keskittyä riittävästi tehtävään. Asiakasta kehoitetaan kuitenkin antamaan koiralle alkuun aikaa puuhata teh-

tävän parissa, vaikka se näyttäisi kuinka hassulta tahansa. Samalla asiakkaan kanssa voidaan jutella yleisesti myös tarkkaavuuden säätelyn merkityksestä meidän ihmisten kohdalla ja miten oma käytöksemme, rauhallinen tai levoton, vaikuttaa koiran käytöseen.

Kun asiakas on valmistautunut tehtävään ja kokee olonsa rauhalliseksi, koira voidaan hakea paikalle. Asiakas pyytää sitä ensin istumaan ja laittaa lelun lattialle koiran eteen. Tämän jälkeen asiakas saa seurata koiran ongelmanratkaisukykyä ja motivoida koira tehtävän pariin uudestaan, mikäli sen keskittyminen herpaantuu. Asiakasta voidaan pyytää istumaan lattialla koiran lähellä.

MOTORISTEN TAITOJEN TUKEMINEN

Koiran kanssa liikkuminen

HARJOITUS: Liikunta

Koira voidaan käyttää liikuntatunneilla oppilaiden aktivoinnissa.

Oppilas voi lähteä esimerkiksi lenkille koiran kanssa. Koira voi saada myös huonosti liikuvan lyömään jopa pesäpalloa ollessaan kopparina kentällä. Koiran kanssa voidaan ottaa juoksukisoja tai leikkiä piiloleikkejä.

Koiran kanssa toimiminen liikuntatunneilla lisää rohkeutta toimia ryhmässä ja saa paremmin osallistumaan. Oppilaan itseluottamus myös nousee.

HARJOITUS: Koiran taluttaminen

Koiran ja asiakkaan kanssa käydään lenkillä. Asiakas voi myös taluttaa koira. Ohjaaja voi kauko-ohjata koira menemään haluttuun suuntaan, jolloin asiakas tulee perässä.

Taluttajalle tulee kokemus itsenäisestä toiminnasta ja hän saa onnistumisen kokemuksia sekä pääsee kohtaamaan mahdolliset pelkonsa. Harjoitus toimii hyvin esimerkiksi fyysisesti hyväkuntoisen muistisairaana kanssa. Koiran liike edessä aktivoi askelia ja nostamaan katsetta. Ulkoilulle vastahakoiset asiakkaat saa koiran kanssa helpommin ulos. Koiraa ja mukana olevaa työntekijää ei myöskään koeta yleensä avustajiksi, mikä helpottaa joidenkin asiakkaiden mukaan lähtöä.

HARJOITUS: Jalan ali meno

Harjoitusta voidaan käyttää asiakasryhmän kanssa. Asiakkaita ohjeistetaan nostamaan jalkojaan vuorotellen ja ohjaaja ohjaa koiran kulkemaan ryhmäläisten jalkojen ali.

Harjoituksen tavoitteena on kehittää ryhmäläisten motorisia taitoja. Jos ryhmäläinen ei pysty nostamaan molempia jalkoja hän voi nostaa vain yhden. Muiden ryhmäläisten kannustuksella ja kehumisella on suuri merkitys.

ARJENHALLINTATAITOJEN TUKEMINEN

Koiran hoitaminen

HARJOITUS: itsestä huolehtiminen

Jos elämänhallintataidot ja itsestä huolehtiminen ovat hakyssä, voidaan koiran kautta pohtia yhdessä näitä asioita. Ideana on hoivan antaminen ja saaminen: mm. riittävästä ravinnosta, levosta, puhtaudesta, terveydestä, hyvänä pidosta ja ulkoilusta huolehtiminen. Henkilökohtaisesta hygieniasta huolehtimisen tärkeyttä voidaan peilata siihen, kuinka eläinten kohdalla hygienianhoito, kuten hampaiden pesu, turkin pesu ja kynsien leikkuu on myös tärkeää. Asiakkaan kanssa pohditaan yhdessä, mikä on riittävää ja terveellistä, miltä hoiva--asiat tuntuvat ja miltä niiden pitäisi tuntua. Voidaan pohtia myös omaa arvoa ja sitä, miten minua saa kohdella ja kuinka omia puoliaan voi pitää.

Oman arvon tunteen nousun ja terveellisten elämäntapojen ymmärtämisen myötä elämäntaitotaidot vahvistuvat. Hoivaa antaessa ja saadessa sekä sitä sanottaessa tunnetaidot kehittyvät ja itsetuntemus lisääntyy.

Koirasta huolehtiminen tarjoaa mahdollisuuden oppia sosiaalisia taitoja ja vuorovaikutusta sekä hienomotorisia ja motorisia taitoja

PSYKKISTEN TAITOJEN TUKEMINEN

Lukukoira-harjoitukset

Harjoitus: Kirjan lukeminen koiralle

Oppilas lukee rauhallisessa työskentelytilassa koiralle, joko yksittäin tai ryhmässä. Ryhmätilanteessa luetaan vuorotellen tarina-kirjaa tai ylemmillä luokilla reaaliaineiden oppikirjaa.

Koira on aktiivinen kuuntelija, eikä arvostele lapsen lukutaitoa. Oppilaat ovat innostuneet lukemisesta koiran avulla ja sen läsnäolo rauhoittaa muut lapset kuuntelemaan tarinaa vuoron vaihtuessa toiselle. Koiran läsnäolo myös rentouttaa ja poistaa jännitystä.

Koiran havainnointi

HARJOITUS: Elekielen opettelu

Koiran elekieltä voidaan opetella jokaisen harjoituksen yhteydessä. Koiran avulla huomataan, miten oma käyttäytyminen vaikuttaa koiraan. Asiakkaan kanssa keskustellaan, miltä koirasta tuntuu esimerkiksi kovat äänet tai ihmisten riehuminen. Vastaavasti voidaan pohtia, miksi koira esimerkiksi rentoutuu jonkun ihmisen lähellä. Samalla voidaan opetella todellisia vuorovaikutustaitoja.

HARJOITUS: Koiran läsnäolo

Koira on samassa tilassa asiakkaiden kanssa, jolloin asiakkaat voivat katsella koira kauempaa tai ottaa siihen kontaktia. Asiakkaat voivat silittää koira ja puhua sille. Koiran läsnäolo rentouttaa ja rauhoittaa asiakkaita. Lepävän koiran vieressä istuminen sekä sen katseleminen ja silittäminen auttaa myös asiakkaita rauhoittumaan.

Koiran läsnäoloa voidaan hyödyntää esimerkiksi asiakkaan ruokahalun parantamisessa ruokailutilanteessa, asiakkaan hoitomyönteisyyden parantamisessa, poissaolevan asiakkaan saamisessa reagoimaan johonkin sekä ahdistuneiden asiakkaiden rauhoittamisessa. Koiralla on myös myönteinen vaikutus työntekijöihin, mikä välittyy siten myös asiakkaisiin. Koira voi läsnäolollaan toimia kuuntelijana, lohduttajana ja ymmärtäjänä.

Opetuksessa käytettävät harjoitukset

HARJOITUS: Oppimaan oppiminen

Koiralle annetaan jokin tehtävä, ja oppilaat seuraavat koiran toimintaa. Siitä voidaan esimerkiksi miettiä ymmärsikö koira tehtävän, oliko tehtävä liian vaikea, miten tehtävää voisi helpottaa, oliko tehtävä liian helppo, miksi koira ei keskittynyt ja olivatko ohjeet selkeät.

Koiran toimimista ja oppimista voidaan peilata omaan oppimiseen.

HARJOITUS: Koiran antamat tehtävät

Koiran annetaan nostaa korista tai pusseista tehtävälappuja tai pyörittää noppaa. Tehtävälappujen tai nopan osoittaman silmäluvun mukaan oppilas saa jonkinlaisen tehtävän. Nostetusta lapusta tulee esimerkiksi muodostaa englanninkielinen lause, tai äidinkielen

tunnilla koira voi antaa tarinan aloittamiseen lauseen. Koira voi myös viedä oppilaalle tehtävapussin, jossa on eri oppiaineisiin liittyviä tehtäviä, jotka oppilaan tulee suorittaa.

Koira voidaan käyttää myös motivaation lähteenä. Lapsi saa tehdä koiran kanssa tempun ja palkita sen, kun on esimerkiksi laskenut kolme laskua.

HARJOITUS- Tarinakoira

Tavoitteena on sujuva tarinan kirjoittaminen. Koirat läsnäolollaan aktivoivat tarinan kerrommassa. Kukin oppilas tulee vuorotellen jäsentämään tarinaansa rauhalliseen koiratyökentelytilaan. Koirat ovat usein tarina-seikkailun pääosassa, ja oppilaalla on mahdollisuus myös ottaa valokuvia koirista tarinaansa. Oppilaat tekevät ryhmissä pieniä kirjoja tai koostavat kuvista sarjakuvia.

HARJOITUS: koiramatikka

Alakoulussa koirat voivat olla mukana matikkatehtävissä. Esimerkiksi kertotaulua voidaan opetella tekemällä koirapeliä koirien kuvista ja tarinoista. Koiria on mahdollista hyödyntää myös matemaattisten käsitteiden ymmärtämisessä koirien ollessa vieressä tai niiden kuvia käyttämällä.

Ipadilla oppilaat voivat tehdä oman koiramatikkakirjan. Numerokäsitteiden opettelemisessa oppilas voi ottaa koirasta kuvan, ja pohtia mistä jokin luku koostuu. Oppilas tallentaa kuvan omaan pädikirjaansa ja kirjoittaa siihen esimerkiksi mistä koostuu numero seitsemän: "Kertulla on kaksi korvaa, kaksi silmää, suu, nenä ja häntä."

Koirien läsnäolo motivoi ja innostaa sekä rauhoittaa keskittymään vaikeankin asian edessä.