

Milla Arvio ja Sanna Jääskeläinen

# RATSASTUSTERAPIA, SOSIAALIPEDAGOGINEN HEVOSTOIMINTA JA ERITYISRATSASTUS TEITILÄN TALLILLA

Opinnäytetyö  
Sosiaalialan koulutusohjelma

2018



**Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu**

<b>Tekijä/Tekijät</b> Milla Arvio ja Sanna Jääskeläinen	<b>Tutkinto</b> Sosionomi	<b>Aika</b> Kevät 2018
<b>Opinnäytetyön nimi</b>		
Ratsastusterapia, sosiaalipedagoginen hevostoiminta ja erityisratsastus Teittilän tallilla		46 sivua 6 liitesivua
<b>Toimeksiantaja</b> Teittilän talli, Päivi Manninen		
<b>Ohjaaja</b> Kati Vapalahti		
<b>Tiivistelmä</b> Opinnäytetyössä perehdytään ratsastusterapian, sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ja erityisratsastuksen eroihin ja yhtäläisyyksiin. Tavoitteena on perehtyä eri toimintojen ohjaajien näkemyksiin toimintojen eroavaisuuksista ja yhtäläisyyksistä. Lisäksi selvitimme opinnäytetyössä, mitä eri toiminnat olivat käytännössä ja millainen merkitys niillä oli asiakkaille. Opinnäytetyö toteutettiin Pieksämäellä Teittilän tallilla, jossa toteutetaan kaikkia näitä kolmea eri toimintamuotoa.  Tässä laadullisessa tutkimuksessa keskityimme selvittämään erityisesti toimintojen ohjaajien ja niihin osallistuvien asiakkaiden näkemyksiä ja kokemuksia. Aineistonkeruumenetelmänä opinnäytetyössä on havainnointi ja haastattelu, jotka on toteutettu havainnoimalla ja haastatteleamalla eri toimintamuotojen ohjaajia ja asiakkaita. Havainnoita varten jokaiseen toimintamuotoon on omat havainnointimatriisit, jotka pohjaavat toimintamuodoista hankittuun teorian tietoon. Haastattelut on toteutettu erillisten teoriapohjaan perustuvien teemoista rakentuvan haastattelurungon avulla.  Tulokseksi eri toimintamuotojen eroista nousi muun muassa ohjaajien koulutuksen ja Kansaneläkelaitoksen korvaavuuden erot. Yhtäläisyyksinä näkyivät esimerkiksi asiakkaiden yhtenevät tavoitteet sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa ja ratsastusterapiassa psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin parantamiseksi.  Työ auttoi ymmärtämään talliympäristössä tapahtuvan toiminnan ja kuntoutuksen merkitystä asiakkaille. Luonnon ja eläimen vaikutus sekä niiden tuoma henkinen hyvinvointi korostui tuloksissa. Asiakkaat saavat eri toimintamuodoista paljon fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia. Opinnäytetyötä tehdessä esiin nousi myös Teittilän tallin joka syksyinen Horse-Show, joka lisää toimintamuotojen asiakkaiden, muiden ratsastajien ja tallin väen yhteisöllisyyttä, toiminnallisuutta ja osallisuutta.		
<b>Asiasanat</b>		
Ratsastusterapia, sosiaalipedagoginen hevostoiminta, erityisratsastus, Green Care, eläinavusteinen toiminta		

<b>Author (authors)</b>  Milla Arvio and Sanna Jääskeläinen	<b>Degree</b>  Bachelor of Social Services	<b>Time</b>  May 2018
<b>Thesis Title</b> Riding therapy, social pedagogical horse activities and special riding at Teittilä stable		46 pages 6 pages of appendices
<b>Commissioned by</b> Teittilä stable, Päivi Manninen		
<b>Supervisor</b> Kati Vapalahti		
<b>Abstract</b>  <p>The aim of this thesis was to explore the differences and similarities of riding therapy, social pedagogical horse activities and special riding. The aim was to clarify these different concepts of activities. The views of the instructors in these different activities were investigated as how they saw the differences and the similarities, how it was shown in practice, and what they mean for the clients. The thesis was done for Teittilä stable in Pieksämäki Finland where they offer all of these three different activities.</p> <p>The thesis was qualitative research and therefore the view of the clients and instructors in these different activities as well as their experiences in these activities are formed a large part of the research. The material was collected by investigating the theory, observing three different activities, and interviewing both the instructors and clients. For each different activity, there was an observation matrix which was based on the theory. The interviews were conducted by following the frames that were built also based on the themes rising from theory.</p> <p>As a result, differences between the activities were found among other things in instructors' education and Kela support. Similarities were found for example in the goals to improve mental and social wellbeing in the social pedagogical horse activities and riding therapy. The interview questions were too difficult for some of the clients and therefore not enough data was collected about the meaning of the activities for clients.</p> <p>The thesis helped to build an understanding of the activities at the stable and the meaning of the rehabilitation for clients. The influence of nature and animals as well as mental wellbeing brought by them were shown in the results. The client physical, mental and social wellbeing were improved by these three different activities.</p>		
<b>Keywords</b> Riding therapy, social pedagogical horse activities, special riding, Green Care, animal-assisted activity		

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	KUNTOUTTAVA TYÖ JA SOSIAALIPEDAGOGIIKKA.....	8
2.1	Green Care.....	10
2.2	Eläinavusteinen työskentely.....	12
2.2.1	Ratsastusterapia.....	14
2.2.2	Sosiaalipedagoginen hevostoiminta.....	18
2.2.3	Erytyisratsastus.....	21
3	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET.....	22
4	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	23
4.1	Laadullinen tutkimus.....	23
4.2	Aineistonkeruu haastattelujen ja havainnointien avulla.....	24
4.3	Aineiston analyysi.....	27
5	RATSASTUSTERAPIAN, SOSIAALIPEDAGOGISEN HEVOSTOIMINNAN JA ERITYISRATSASTUKSEN EROT JA YHTÄLÄISYYDET TEITILÄN TALLILLA.....	29
5.1	Eri toimintojen yhtäläisyydet ja erot ammattilaisten kokemana.....	29
5.2	Havainnot eroista ja yhtäläisyyksistä eri toiminnoissa käytännössä.....	31
5.2.1	Ratsastusterapia.....	31
5.2.2	Sosiaalipedagoginen hevostoiminta.....	33
5.2.3	Erytyisratsastus.....	35
5.2.4	Erot ja yhtäläisyydet.....	37
6	ERI TOIMINTOJEN MERKITYS ASIAKKAILLE.....	38
7	POHDINTA.....	41
7.1	Tulosten tarkastelu.....	41
7.2	Johtopäätökset.....	43
7.3	Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus.....	44
7.4	Jatkotutkimusehdotukset.....	46
	LÄHTEET.....	48

## LIITTEET

Liite 1. Ohjaajien haastattelu

Liite 2. Asiakkaiden haastattelu

Liite 3. Erityisratsastus havainnointimatriisi

Liite 4. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta havainnointimatriisi

Liite 5. Ratsastusterapia havainnointimatriisi

Liite 6. Haastattelu- ja havainnointilupahakemus

## 1 JOHDANTO

Vuonna 2001 Suomen Ratsastajainliitto ry aloitti yhdessä opetusministeriön kanssa kehittämishankkeen, jolla haluttiin tukea lasten ja nuorten sosiaalista kasvua ja hyvinvointia hevostalleilla. Kuopion yliopiston sosiaalityön ja sosiaalipedagogiikan laitos on tehnyt talleilla tehtävästä nuorisotyöstä selvityksen professori Juha Hämäläisen johdolla. Selvityksessä tuli esille talleilla tehtävä työ lasten ja nuorten syrjäytymisen ehkäisemiseksi sekä jo syntyneiden vaurioiden korjaamiseksi. Tutkimuksessa selvitettiin, kuinka paljon syrjäytyneiden ryhmien kanssa tehdystä työstä toteutettiin yksin tallin järjestämänä ja kuinka suuri osuus yhdessä erilaisten yhteistyötahojen kanssa. (Hämäläinen & Koistinen 2007,3.)

Monilla selvitykseen osallistuneissa talleilla oli tutkimushetkellä menossa jokin syrjäytymistä ehkäisevä projekti. Talleilta nousi esiin huoli muun asiakaskunnan koko ajan lisääntyvistä erilaisista ongelmista, joihin tallin henkilökunnan oli nykyisillä resursseilla ja osaamisella vaikeaa vastata. Selvityksessä todettiin, että yhteiskunnallisesti katsottuna hevostoiminnan tukeminen oli kannattavaa, sillä se on paitsi yhteisöllistä, myös lapsen ja nuoren kasvua tukevaa ja hevostoiminnan kehittämisessä sosiaalipedagogisen lähestymistavan merkitys Suomessa tuleekin varmasti nousemaan. (Hämäläinen & Koistinen 2007,3.)

Aiheena opinnäytetyössämme on ratsastusterapian, sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ja erityisratsastuksen piirteet. Erityisesti olemme kiinnostuneita näiden toimintojen yhtäläisyyksistä ja eroista. Ratsastusterapia ja sosiaalipedagoginen hevostoiminta ovat vielä jokseenkin uusia toimintamuotoja Suomessa. Ensimmäiset suomalaiset ratsastusterapeutit valmistuivat tutkintoon vuonna 1990 ja vuonna 2002 käynnistyi ensimmäinen sosiaalipedagogisen hevostoiminnan täydennyskoulutus, joten ratsastusterapia ja sosiaalipedagoginen hevostoiminta ovat vielä jokseenkin uusia toimintamuotoja Suomessa (Orava 2010; Selvinen 2000,18). Eläimen, tässä tapauksessa juuri hevosen käyttö, hyvinvoinnin edistämiseksi on koko ajan suosittua kasvattavaa. Koska käsitteet ratsastusterapia, sosiaalipedagoginen hevostoiminta ja erityisratsastus usein mielletään helposti samaksi toiminnaksi, haluamme selventää niiden eroja ja yhtäläisyyksiä.

Hevostalouden vaikuttavuutta ei voi mitata vain elinkeinotoiminnan tuottavuudella, rahana tai työpaikkoina. Sillä on myös vahva sosiaalinen vaikutus. Hevoset tarjoavat tasa-arvoisen liikuntaharrastuksen, lisää sosiaalista tukiverkosta ja tauon hektisestä arjesta. Hevonen auttaa syrjäytymisen ehkäisyssä ja on apuvälineenä ihmisten kuntoutuksessa. Hevosta hyödyntäen tehdään merkittävää työtä lasten, nuorten, aikuisten ja jonkin verran myös ikäihmisten kanssa. Pääosa harrastajista on naisia, mutta myös miehet toivotetaan lämpimästi tervetulleeksi hevosharrastukseen. (Laitinen & Mäki-Tuuri 2014.)

Opinnäytetyömme työelämäkumppanina on Teittilän talli, joka sijaitsee Pieksämäellä. Talli tarjoaa ratsastustunteja, leirejä, ratsastusterapiaa, sosiaalipedagogista hevostoimintaa ja erityisratsastusta (Sport Pieksämäki 2017). Teittilän tallin tehtävä opinnäytetyössämme on tutustuttaa meidät ryhmiin ja ihmisiin, jotka ovat mukana ratsastusterapiassa, sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa ja erityisratsastuksessa. On harvinaista, että samalla tallilla järjestetään kolmea erilaista erityishevostoimintaa. Toimintojen toimiminen samalla tallilla tarjosi mahdollisuuden tutkia niiden välisiä yhtäläisyyksiä ja eroja. Tässä opinnäytetyössä havainnoimme ryhmien toimintaa Teittilän tallilla ja lisäksi haastattelimme ryhmien ohjaajia ja ryhmäläisiä.

Koska hevostoiminnan käyttö kuntoutuksessa lisääntyy jatkuvasti, mielestämme aihe on ajankohtainen ja sen vuoksi termejä on hyvä selventää, jotta voidaan lisätä tietoa toiminnoista ja välttää termien sekoittumista. Valitsimme tämän aiheen, koska meillä molemmilla on vahva kiinnostus eläinavusteiseen työhön sosiaalialalla. Toisella meistä on taustalla pitkä kokemus hevosista ja halu kouluttautua myöhemmin ratsastusterapeutiksi. Toinen puolestaan on kiinnostunut eläinavusteisesta toiminnasta -lähinnä koiria hyödyntäen. Lisäksi pyrimme saamaan lisää tietoa eläimen ja ihmisen vuorovaikutussuhteesta. Meillä on lähtökohdistamme johtuen erilaiset näkökulmat tähän opinnäytetyöhön. Toisen tekijän aikaisempi hevoskokemus auttoi tutkimuksen aikana ymmärtämään hevosta. Toinen puolestaan katsoi asioita enemmän asiakkaan, kuntoutumisen ja voimaantumisen näkökulmasta. Näin ollen saimme kaksi erilaista näkökulmaa opinnäytetyöhömmme. Uskomme, että opinnäytetyön ansiosta kiinnostuksemme eläinten käytöstä kuntoutuksessa tulee vahvistumaan.

## 2 KUNTOUTTAVA TYÖ JA SOSIAALIPEDAGOGIIKKA

Sosiaalipedagogiikka syntyi yhteiskunnan rakenteiden muutettua sosiaalisen yhteneväisyyden muotoja ja sosiaalisten ongelmien lisääntyttyä etenkin lapsiperheissä. Sosiaalipedagogiikasta puhuttaessa tarkoitetaan kasvatustyötä, jonka lähtökohta ja tarkoitus on sosiaalinen. Sen tavoitteena on pedagogista toimintaa hyödyntäen ehkäistä ja lievittää sosiaalisia ongelmia, niin yksilöiden elämässä kuin yhteiskuntaelämän eri tasoilla. (Hämäläinen & Koistinen 2007,11,17: Hämäläinen & Kurki 1997,14.)

Sosiaalipedagogiikka on ajattelu- ja toimintatapa, joka on tiettyjen toimintaperiaatteiden taustalla. Sosiaalipedagogiseen ajatteluun ja toimintaan kuuluu olennaisesti pyrkimys vaikuttaa siihen, kuinka sosiaaliset ongelmat syntyvät, miten ne ilmenevät ja mitkä ovat niiden vaikutukset pedagogisia tekijöitä tunnistettaessa. Sosiaalipedagogiikassa mietitään myös, kuinka voidaan hahmottaa pedagogiset strategiat ongelmien ehkäisemiseksi ja lievittämiseksi, niin yksilön elämässä kuin myös yhteiskunnassa. Sosiaalipedagogiikka on tapa ajatella, ei niinkään mikään yksittäinen menetelmä. (Hämäläinen & Kurki 1997, 10,14; Hämäläinen & Koistinen 2007, 16.)

Ihmisen toimintakyky jaetaan usein fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen osa-alueeseen. Nämä osa-alueet muodostavat ihmisen toimintakyvyn kokonaisuuden ja ovat riippuvaisia toisistaan. Lisäksi keho, mieli ja ympäristö vuorovaikuttavat keskenään. Puhuttaessa kuntoutuksesta tarkoitetaan ihmisen toimintamahdollisuuksien luomista ja lisäämistä. Päämääränä kuntoutumisessa on tasapaino kuntoutujan fyysisten, psykososiaalisten toimintaedellytysten, toimintatarpeiden ja toimintaympäristön välillä. (Kettunen ym. 2002, 19.) Ihmisen toimintakyvyn perusta muodostuu yksilön ominaisuuksien ja ympäristön suhteesta ja tämän vuoksi kuntoutus ei ole pelkästään hoitamista, kasvatusta, muuttamista tai sopeuttamista, vaan siinä huomioidaan myös yksilön ja ympäristön suhde (Kettunen ym. 2002, 18; Järvikoski ym. 2004, 35).

Kuntoutuksella pyritään vaikuttamaan ihmisen arkeen monin eri tavoin. Sen lisäksi, että kuntouksessa lievitetään sairauksien ja vammojen aiheuttamia haittoja, on kuntoutuksella suuri merkitys myös syrjäytymisen ehkäisyssä, huono-



osaisuuden ja köyhyyden sekä työttömyyden aiheuttamien ongelmien hoitamisessa. Kuntoutusta käytetäänkin paitsi ennaltaehkäisevänä myös korjaavana toimintana. (Järvikoski ym. 2004, 35.) Lähtökohtana on kuntoutujan elämäntilanne ja tavoitteena muutos parempaan suuntaan (Kettunen ym. 2002, 19). Kuntoutus on suunnitelmallista ja siinä huomioidaan nykytilanne ja halutut muutokset. Tavoitteet ja keinot muodostuvat sen mukaisesti, mitä kuntoutuksella tavoitellaan. Kuntoutukseen kuuluu suunnitelman mukaisesti eteneminen ja seuranta. Ilman suunnitelmallisuutta voidaan puhua vain yksittäisistä toimenpiteistä tai palveluista. (Järvikoski ym. 2004, 35.)

Luonto ja eläimet ovat tärkeä osa suomalaisten hyvinvointia, ja viihdymmekin mielellämme kesämökeillä, omistamme paljon seuraeläimiä, harrastamme hevosurheilua ja toimimme monien muiden eläinten kanssa. Lisäksi pidämme myös puutarhan hoidosta sekä kalastamme ja metsästämme. Kuitenkaan meillä ei ole riittävästi tietoa siitä, kuinka luonnon elvyttävää voimaa voidaan hyödyntää kuntoutustyössä. Viime vuosina kiinnostusta luonnon hyvinvointivaikutusten hyödyntämisestä ovat lisänneet tutkimukset, jotka ovat tuoneet esiin luonnon ja eläinten tuomia positiivisia vaikutuksia. Luontoympäristön merkitystä hyvinvoinnille on tutkittu niin psykologian, sosiaalitieteiden kuin kasvatustieteiden näkökulmasta.

Metsähallitus on tutkinut muun muassa kansallispuistoissa kävijöiden luonnosta saamia hyvinvointivaikutuksia. Tutkimuksen tuloksissa korostuu luonnosta saatu psyykinen hyvinvointi, kuten mielialan kohentuminen sekä luonnon elvyttävä vaikutus. Myös lasten kansallispuistoissa liikkumisesta saama liikkumisen ilo, mielikuvituksen ja luovuuden lisääntyminen sekä itsensä luottamisen kohentuminen näkyivät tuloksissa. (Kaikkonen ym. 2014, 38 – 39.) Tutkimuksia on tehty myös kaupungin viheralueilta saaduista terveyst ja hyvinvointivaikutuksista. Metlan (2007) työraportissa kirjoitetaan puistomaisen luontoympäristöjen vaikuttavan mielialan kohenemiseen ja stressin vähenemiseen. Kaupungin viheralueilla katsottiin myös olevan merkitystä asumisviihtyvyyteen. (Tyrväinen ym. 2007, 58.)

Kaiken kaikkiaan toiminnoilla, jotka liittyvät luontoon, mielialan kohentumisen ja stressin alentumisen lisäksi muun muassa parannetaan tasapainoa liikku-

malla epätasaisessa ympäristössä, parannetaan fyysistä kuntoa ja vastustuskykyä, saadaan kokemuksia onnistumisista ja uuden oppimisesta, jotka vaikuttavat itseluottamukseen vahvistavasti. Lisäksi tekemällä yhdessä ja osallistumalla luontoon ja eläimiin liittyvään työtoimintaan voidaan vahvistaa osallisuutta, parantaa vuorovaikutusta, tunteiden hallintaa sekä itsensä ilmaisua. (Salovuori 2014, 7– 8.) Osallistavalla toiminnalla on erilaisille asiakasryhmille, kuten kehitysvammaisille, mielenterveyskuntoutujille ja vangeille, suuri merkitys. Luonnossa tai eläinten kanssa tapahtuva työ tarjoaa heille tunteen siitä, että he ovat muutakin, kuin hoidon kohteena olevia henkilöitä. Terveyttä tukevalla ympäristöllä ja toiminnallisuudella onkin suuri merkitys asiakkaiden kokemaan voimavarakeskeisyyteen ja osallisuuteen, mikä edesauttaa toiminnallisen identiteetin muodostumista. (Salovuori 2014, 81 – 82.)

## **2.1 Green Care**

Green Care -toiminta jaetaan luontohoivan ja luontovoiman palveluihin. Luontohoivan palvelut ovat luontolähtöisyyttä hyödyntäviä hoiva- ja kuntoutuspalveluita. Toimintaa ohjaavat säädökset koskevat palveluita, jonka tuottajalta vaaditaan sosiaali- ja terveysalan koulutus. Yhteistä luontohoivan asiakkaille on kuntoutuksen ja hoivan tarve tai uhka syrjäytymiselle. (Vehmasto & Soini 2014,15.) Erityisesti luontohoivan palveluita käyttävät asiakkaat, jotka kärsivät työttömyydestä, mielenterveyden-, päihteiden tai elämänhallinnan ongelmista (Green Care laatutyökirja 2017, 8). Luontohoivaan luetaan muun muassa eläin ja- luontoavusteinen terapia, puutarhaterapia sekä terapia maatilaympäristössä. Tavoitteena näissä toiminnoissa on sairauksista parantuminen ja kokonaisvaltainen kuntoutuminen. Kuntoutus voi olla niin lääkinällistä, ammatillista, sosiaalista ja psyykkistä. Toimintaa ohjaa asiakkaan hoito- tai kuntoutussuunnitelma. (Jääskeläinen 2017, 12 –13: Green Care laatutyökirja 2017, 8.)

Pääasiassa luontoa hyödyntävät palveluntuottajat ovat yksityisiä, mutta pikkujalaa on alettu hyödyntämään myös kunnallisissa sosiaali- ja terveys sekä kasvatuspalveluissa. Muita luontovoiman palveluita ovat luontolähtöiset hyvinvointi- ja harrastuspalvelut. Lainsäädäntö ei määritä näitä palveluita. Luontovoiman yhteiskunnallinen merkitys näkyy asiakkaiden kuntoutus ja hoivapalveluiden tarpeen ennalta ehkäisyssä. (Vehmasto & Soini 2014, 15.) Kuitenkin

palveluissa tulee huomioida asiakkaiden mahdollinen tuen tarve esteettömyyden, ohjauksen ja käytettävien välineiden suhteen ja lisäksi toiminnassa tulee noudattaa palveluntuottaja-alan suosituksia ja säädöksiä (Green Care laatutyökirja 2017, 8).

Luontovoimaan luetaan kuuluvaksi eläinavusteinen toiminta, eläinavusteinen pedagogiikka, sosiaalipedagoginen eläintoiminta, luontolähtöinen toiminta ja pedagogiikka, puutarhaan ja maaseutuun liittyvä tavoitteellinen, pedagoginen ja kuntouttava toiminta (Green Care laatutyökirja 2017, 10). Näiden lisäksi Green Care -toiminta käsittää seikkailukasvatuksen, ekopsykologian sekä viherympäristön kuntouttavaan käyttöön liittyvät palvelut. (Ikäheimo 2013, 99.)

Ihmisen hyvinvointiin ja elämänlaatuun on viime vuosina alettu kiinnittämään entistä enemmän huomiota ja siihen on pyritty vaikuttamaan Green Care -toiminnalla, joka liittyy vahvasti luontoon sekä maaseutu ympäristöön. Green Care on saanut jalansijaa myös meillä Suomessa, nyt kun sen hyvinvointivaikutuksista on saatu positiivisia kokemuksia. Luonnon ja eläinten ihmisille tuomasta vaikuttavuudesta on toki tiedetty pitkään, mutta tieto on jäänyt lähinnä omakohtaiselle tasolle. Tarve onkin ollut juuri asiaan liittyvään käsitteistöön sekä tarvittaviin työvälineisiin, jolla Green Carea voidaan nostaa keskusteluissa ammatilliselle tasolle. Käsitteistön myötä ammattilaiset, niin sosiaali- kuin terveysalalla, ovat saaneet muun muassa uusia yhteistyömalleja ja ympäristöjä, joilla on kuntouttavia vaikutuksia. Näiden alojen lisäksi myös kasvatusta ja hyvinvointimatkailu on etsineet ja havainneet luonnon sekä eläimet, joita voidaan hyödyntää työssä. (Ikäheimo 2013, 99.)

Green Caressa käytetään luonnon eri elementtejä hyvinvoinnin tukena. Toiminnassa painottuu ammatillisuus, tavoitteellisuus ja pitkäjänteisyys (Salovuori 2014, 9). Ammatillisuus näkyy palveluntarjoajan riittävässä osaamisessa sekä ammatillisuudessa suhteessa tarjottavaan palveluun. Ammatillisuutta ja osaamista tarvitaan asiakastilanteiden hallinnassa ja tavassa, jolla kohdataan asiakkaita. Tavoitteellisuuteen Green Caressa pyritään laatimalla toiminnalle suunnitelma, jota toteutetaan ja seurataan. Sitoutumista odotetaan, niin palveluntarjoajalta kuin asiakkaalta. Tavoitteellisuus näkyy myös tietoisena luonnon käyttämisenä hyvinvoinnin edistämisessä. Vastuullisuus, joka on tärkeää Green Care -toiminnassa, pohjautuu arvoihin, eettisiin toimintatapoihin sekä

laatuun. Toiminnassa tämä vastuullisuus sisältää sekä ympäristö kuin sosiaalisen vastuullisuuden. (Vehmasto 2014, 14.)

Green Care on siis yhteen kokoava termi monelle "monisäikeiselle interventiolle". Näitä erilaisia interventioita yhdistää se, että niissä luontoa ja luonnonmukaista ympäristöä käytetään viitekehyksenä toiminnoissa, joissa erilaisia lähestymistapoja on mahdollista kehittää ja luoda. Green Carella on tarkoituksena parantaa ja nostaa, niin fyysistä kuin psyykkistäkin terveyttä sekä hyvinvointia muutenkin kuin vain passiivisena luonnon kokemisena. Tämä tarkoittaa, että kaikki, mikä on vihreää, ei kuitenkaan tarkoita Green Carea. Koska Green Carella on monia erilaisia ulottuvuuksia ja elementtejä, joilla voidaan viitata sen moninaisen asiakaskunnan erilaisiin tarpeisiin, on tarpeellista kuvailla prosesseja. Kuvausten avulla voidaan osoittaa, miten eri lähestymistavat ovat sekoittuneet keskenään ja kuinka ne liittyvät olemassa oleviin teorioihin ja viitekehyksiin. Näin lisäämme ymmärrystä Green Caresta ja näemme sen osana suurempaa terveyden ja hyvinvoinnin kontekstia. Green Carea kohtaan suuntautuu monenlaista laajentuvaa toimintaa. Green Caren suuren sateenvarjo käsitteen alla on paljon vaihtelevuutta, mutta yhdistävänä tekijänä näissä kaikissa palveluissa on käyttää luontoa tuottamaan niin terveydellistä, sosiaalista, kuin kasvatuksellistakin hyötyä. (Sempik ym. 2010, 11, 27.)

## **2.2 Eläinavusteinen työskentely**

Eläinavusteinen työskentely on maassamme melko uutta, ja siitä johtuen käytössä oleva käsitteistö on vasta hiljalleen vakiintumassa. Eläinavusteinen työskentely eli Animal-Assisted Interventions (AAI) on kattotermi, joka sisältää eläinavusteisen toiminnan (AAA eli Animal-Assisted Activity), terapian (AAT eli Animal-Assisted Therapy) sekä opetuksen (AAP eli Animal-Assisted Pedagogy). Nämä eri työskentelymuodot eroavat muun muassa ohjaajan koulutusvaatimusten sekä toiminnan tavoitteellisuuden mukaan. (Berget & Ihlebaek s.a. 122; Ikäheimo 2013, 10.)

Eläinavusteisen toiminnan ohjaajana voi toimia toimintaan kouluttautunut ammattilainen. Ohjaajan ei kuitenkaan välttämättä tarvitse työskennellä sosiaali- ja terveysalalla ja ohjaajana voi toimia myös vapaaehtoinen. Ohjaajan tulee

kuitenkin olla perehtynyt eläinavusteiseen toimintaan sekä erilaisissa laitoksissa tapahtuvaan toimintaan. Eläinavusteinen toiminta ei ole tavoitteellista, eivätkä käynnit laitoksissa ole säännöllisiä. Tämän toiminnan toivotaan tuottavan asiakkaille mielihyvää ja lisäävän siten hyvinvointia. Käytettävän eläimen tulee olla tehtävään soveltuva. (Ikäheimo 2013,10.)

Eläinavusteinen terapia on toiminnaltaan tavoitteellista ja siinä eläin toimii osana asiakkaan kuntoutus- ja hoitoprosessia. Terapiassa tulee olla tavoitteet. Niiden toteutumista tulee myös seurata ja prosessi tulee myös dokumentoida sekä arvioida. Eläinavusteisen terapian ohjaajan tulee olla asiantuntija, jolla on sosiaali- tai terveydenhuollon tai kasvatustieteiden koulutus. Lisäksi ohjaajalla pitää olla eläinavusteisen alan harjoitustutkinto tai terapia on toteutettava koulutuksen saaneen asiantuntijan ohjauksessa. (Ikäheimo 2013,11.)

Eläinavusteinen (erityis-)opetus on toimintaa tai terapiaa, jota toteuttaa eläimiin perehtynyt opettaja, esimerkiksi erityisopettaja. Tässä toiminnan tulee olla suunnitelmallista ja sinä pitää olla selkeät tavoitteet. Eläinavusteisessa opetuksessa eläin voi olla opettajan oma tai luokassa on erillinen ohjaaja eläimensä kanssa. (Ikäheimo 2013,11.) Tässä toiminnassa painottuu eläinten avulla oppiminen. Eläimen käyttö ryhmässä vaikuttaa ryhmän ilmapiiriin ja eläin mahdollistaa myös ihmisten välistä kommunikaatiota. Eläin on aito ja aitouden vuoksi hyväksyy meidät ihmiset sellaisena kuin olemme -välittämättä sairauksista tai sosiaalisesta statuksesta. Eläin mahdollistaa leikin, kosketuksen ja hoivan sekä hellyyden, joita moni ihminen on vailla ja joita eläimen kanssa voidaan harjoitella. (Salovuori 2014, 53.)

Seuraeläinten terapeuttisesta käytöstä on tutkittu olevan hyötyä (Fine 2006). Hyödyt on osoitettu niin psyykkisesti sairaiden, tunne-elämältään häiriytyneiden, vankien, huumeiden käyttäjien, lasten sekä vanhusten kuntoutuksessa. Eläimellä on positiivisia vaikutuksia sydämen toimintaan, psykosomaattisten oireiden vähenemiseen, ahdistukseen ja ikääntyneiden lääkärikäyntien vähenemiseen (Sempik ym. 2010, 38).

Erona ihmisen ja eläimen toiminnassa on se, että eläin on läsnä nykyhetkessä ja tämän vuoksi eläinavusteisessa toiminnassa ihmisenkin tulee keskittyä ny-

kyhetkeen ja reagoida siinä tapahtuviin asioihin. Eläimet eivät myöskään ihmisten tavoin arvioi ihmisiä sosiaalisen arvoasetelman mukaisesti, vaan kohtaamisissa eläin kiinnittää huomiota mielialoihin, aikomuksiin ja tekoihin. Puheella tapahtuvan kommunikoinnin sijaan eläin reagoi lähinnä kehonkieleeseen. Eläimen taito lukea kehonkieltä on hyvin kehittynyt. Kuntoutujan nykyhetkessä toimimista, tunnetiloja sekä kehonkieltä hyödynnetään sekä kuntoutuksessa, että eläinavusteisessa toiminnassa. (Soini 2014, 58 - 59.) Useat eri kirjoittajat ovat korostaneet ihmisten ja eläinten välistä vuorovaikutusta. Tästä ihmisen ja eläimen vuorovaikutussuhteesta he kirjoittavat, että toimiakseen vuorovaikutuksen on oltava jatkuvaa, molemminpuolista, vastavuoroista, pysyvää ja vapaaehtoista (Berget & Ihlebaek s.a. 123).

Eläinavusteisessa toiminnassa käytettäviä eläimiä ovat muun muassa koira, kissa, hevonen, alpaka, kana, aasi sekä lammas. Tässä opinnäytetyössä keskitymme näistä eläimistä hevoseen. Hevosella on suuri merkitys ihmisen hyvinvoinnille ja Suomessa onkin jo yli 200 000 hevosharrastajaa. Vuosi vuodelta hevosen käyttö hyvinvoinnin vahvistajana kasvaa. Hevosella on ollut merkittävä asema etenkin lastensuojelutyössä, sillä hevosen kanssa toimiminen mahdollistaa uudenlaisten toiminta- ja käytöstapojen opettelun. Kuitenkin kiinnostusta on ollut myös kehittää hevosen käyttöä aikuisten ja ikääntyneiden kuntoutuspalveluissa. (Salovuori 2014, 65.)

### **2.2.1 Ratsastusterapia**

Hevosen on tiedetty kuntouttavan ihmisen sielua ja ruumista kokonaisvaltaisesti jo antiikin Kreikan ajoista alkaen. Tuolloin Hippokrates oli kirjoittanut hevosen parantavasta rytmistä. Hippokrates oli ensimmäinen, joka kuvasi hevosen käytön hyötyjä kuntoutuksessa. Ratsastuksen hyödyntäminen kuntoutuksessa alkoi 1870-luvulla. Silloin fysioterapeutti Chassignac huomioi, että ratsastajan tasapaino, lihasvoima, nivelet ja moraali paranivat ratsastuksen myötä. Vuodesta 1960 lähtien alkoi hevosten käyttö terapiassa tulla näkyväksi myös Kanadassa, Euroopassa ja Yhdysvalloissa. (Granados 2011, 191; Mäenpää ym. 2016, 1279.)

Vuonna 1970 perustettiin Suomen Kuntoutusliitto, jonka yhtenä perustajana oli Aune ”Tyssy” Hannus. Hänen mielestään ratsastus oli erinomaista kuntoutusta jumpan rinnalla ja tästä innostuneena hän alkoi edistää vammaisratsastuksen asiaa Suomessa. Ratsastusterapian juuret Suomessa ylettyvätkin tästä syystä kauemmaksi kuin usein ajatellaan. (Selvinen 2000,16.)

Suomessa ratsastusterapiaa on kehitetty yhdistämällä keskieurooppalaisen hippoterapian periaatteet pedagogiseen ratsastusterapiaan. Näin syntyi suojattu nimike Suomen ratsastusterapeutti (SRT). Suomessa ratsastusterapeuttien koulutus alkoi Ypäjän hevosopistolla vuonna 1988 ja koulutus toteutetaan yhdessä Suomen ratsastusterapeutit ry:n kanssa. (Mäenpää ym. 2016,1279 – 1285.) Kansaneläkelaitos otti ratsastusterapian välittömästi korvattavien kuntoutusmuotojen rinkiin. Siitä oli suuri apu suomalaisen ratsastusterapian kehityksessä, sillä ilman maksajaa terapiamuoto olisi jäänyt hyvin vähäiselle käytölle. Tämän lisäksi merkittävä askel ratsastusterapiakoulutuksen arvostuksessa oli se, kun koulutus siirtyi vuonna 1996 kokonaan järjestettäväksi Ypäjän hevosopistolle kaiken muun hevosalan koulutuksen rinnalle. (Selvinen 2000, 18.)

Ratsastusterapiakoulutuksen pohjakoulutukseksi vaaditaan sosiaali-, terveys- tai kasvatustieteiden perustutkinto sekä kahden vuoden työkokemus. Koulutus kestää kolme vuotta. Suomessa ratsastusterapeutin toiminnan tavoitteena on parantaa asiakkaan fyysistä toimintakykyä sekä vaikuttaa asiakkaan psyykkiseen hyvinvointiin ja mielen tasapainoon. (Mäenpää ym. 2016,1279 – 1285.)

Hevosella on luontainen herkkyys tunteille ja sitä kautta kyvykyys toimia tunteiden ja käyttäytymisen tulkkina. Ratsastusterapiaa käytetään sen vuoksi fyysisen toimintakyvyn parantamisen lisäksi, myös psyykkisen kuntoutuksen tukena (Suomen ratsastusterapeutit ry 2017). Ratsastusterapeutin pohjakoulutuksesta riippuen, ratsastusterapiassa painottuvat motoriset, pedagogiset ja psykologiset tavoitteet (Hyvinvointia hevosesta – malleja hevosavusteisesta toiminnasta 2013). Ratsastusterapiaa käytetäänkin paljon liikuntavammaisten, lihassairauksia sairastavien, autististen kuin myös käytöshäiriöisten lasten kuntoutuksessa. Suomessa ratsastusterapia katsotaan lääkinälliseksi kun-

toutukseksi ja toiminnalliseksi kuntoutuksen muodoksi, jossa kuntoutujalle tehdään yksilölliset tavoitteet, joita kuntoutuja toteuttaa yhdessä hevosen ja terapeutin kanssa. (Mäenpää ym. 2016, 1279 – 1285.)

Somppi (2014) tutki ratsastusterapeuttien ja vanhempien kokemuksia ratsastusterapiasta pro gradu -tutkielmassaan. Hän käsitteli muun muassa ratsastusterapian käyttöä erilaisilla asiakkailla sekä ratsastusterapeuttien ominaisuuksia ja luonteenpiirteitä. Somppi selvitti, kuinka ratsastusterapiaan hakeudutaan sekä hevosen tärkeitä ominaisuuksia suhteessa terapiatyöhön. Lisäksi hän tutki terapian tavoitteita ja hyötyjä sekä niiden seuranta. Tutkielmassaan Somppi kirjoitti asiakkaiden saamista positiivisista hyödyistä ratsastusterapiasta. Asiakkaat olivat saaneet apua itsetuntoon, koordinaatioon, kehon vahvistumiseen sekä kömpelyyteen, tämä näkyi kaatuilun vähentymisenä. Ratsastusterapiasta oli ollut apua myös sanavaraston lisääntymisessä ja kävelemään oppimisessa. Ratsastusterapia koettiin varsin mukavaksi terapiamuodoksi. Lisäksi asiakkaiden vanhemmat olivat positiivisesti yllättyneitä ratsastusterapiasta saaduista hyödyistä. Tutkielmassa ilmeni, että pääasiallinen ratsastusterapiaan asiakkaan lähettävä taho oli Kela. Ratsastusterapian rinnalla asiakkailla oli lähes aina myös muita terapiamuotoja. Yleisimmät syyt ratsastusterapian aloittamiseen olivat asiakkaan huono motivaatio muuhun terapiaan sekä huono fyysinen kunto. Tutkimuksen mukaan yleisimmin ratsastusterapialla haettiin apua tasapainoon, vartalon hallintaan, keskittymiskykyyn ja sosiaaliseen vuorovaikutukseen. (Somppi 2014, 49, 58 – 59.)

Ratsastusterapia on ratsastusterapeutin ja hevosen yhdessä toteuttamaa kokonaisvaltaista kuntoutusta. Ratsastusterapia on hyvin monipuolista hevosen ominaisuuksien perusteella. Monipuolista sen toiminnallisuus ja monien kokemien mielekkyys. Asiakas onkin usein helppo motivoida osallistumaan, jolloin terapia tulee vähän kuin itsestään. Ratsastusterapia tarjoaakin monisensorisen stimulaation, joka kehittää asiakkaan kognitiivisia, sosiaalisia ja motorisia taitoja. (All ym. 1999; Hyvinvointia hevosesta – malleja hevosavusteisesta toiminnasta 2013.)

Hevosen käyntiliike on erityislaatuinen, sillä se vastaa ihmisen kävelyä. Hevosen selässä ratsastajan asento on optimaalinen, jolloin istutaan paremmin kuin esimerkiksi tuolilla ilman selkä- tai käsinojaa. Tämän ansioista lantioon,



lonkkiin ja selkärankaan välittyä liikettä, joka liikuttaa hyvin niveliä ja nikamia, mikä aktivoi ratsastajan asentoa ja tasapainoa. Sairastuneella tai vammautuneella asiakkaalla on yleensä vartalon hallinta heikkoa ja ratsastuksen ansiosta tätä voidaan parantaa. Lisäksi raajojen lisääntyntä lihasjänteitä saadaan rentoutettua. Hevosen rytmin ja liikkeen lisäksi apuna toimii hevosen ruumiinlämpö, joka on puolitoista astetta korkeampi kuin ihmisellä. Tämän vuoksi ratsastus toteutetaan usein ilman satulaa, jotta hevosen välitön liike ja tuntemukset välittyvät hevosesta ratsastajaan. (Granados 2011, 193; Hyvinvointia hevosesta – malleja hevosavusteisesta toiminnasta 2013.)

Ratsastusterapiassa hyödynnetään useita aisteja, esimerkiksi tunto-, tasapaino- ja liikeaistia. Näiden lisäksi näkö-, kuulo- ja hajuaistit ovat käytössä. Maastoratsastus, jota käytetäänkin usein ratsastusterapiassa hyödyksi, kehittää mäkien ja mutkien avulla ratsastajan tasapainoa ja ratsastaja joutuu kontrolloimaan lihaksiaan. Hevonen välittää ratsastajaan noin 110 liikeimpulssia minuutissa, mitä on täysin mahdoton mitenkään muuten saada aikaseksi. Näihin impulsseihin ratsastaja reagoi omilla lihaksillaan ja aisteillaan. (Hyvinvointia hevosesta – malleja hevosavusteisesta toiminnasta 2013.) Ratsastajan asennon tulee kuitenkin olla optimaalinen, jotta oikeat lihasryhmät aktivoituvat – niin tahdonalaiset, kuin tahdosta riippumattomatkin (Hyvinvointia hevosesta – malleja hevosavusteisesta toiminnasta 2013; Mattila-Rautiainen 2000,110).

Suomessa ratsastusterapia ei kuitenkaan aina ole vain pelkkää ratsastamista, vaan siihen kuuluu myös hevosen hoitaminen, varusteiden laittaminen, hevosen helliminen sekä hevosen käyttäytymisen seuraaminen. Näiden yhteydessä tulee harjoiteltua myös käden hienomotorisia taitoja. Kuntoutujan mahdollisuuksien mukaan ratsastusterapiaan kuuluvat myös tallityöt. Ratsastusterapia voi myös olla hevosen kanssa maasta käsin työskentelyä. (Hyvinvointia hevosesta – malleja hevosavusteisesta toiminnasta 2013; Selvinen 2000, 15.)

Hevosista huolehtiminen ja niiden kanssa puuhastelu saa aikaan ihmisessä positiivisia kokemuksia ja hän huomaa, että hänen toimintansa johtaa toivottuun tulokseen. Ihmisen selkeän minäkäsityksen jäsentämisen vuoksi positiivinen palaute on ehdottoman tärkeää. Minäkäsitys liittyy läheisesti oppimiseen, koska jokaisella oppimiskerralla opitaan jotain myös itsestä. Minäkäsitys on sidoksissa myös motivaatioon ja psyykkiseen hyvinvointiin. (Selvinen 2000, 15.)

### 2.2.2 Sosiaalipedagoginen hevostoiminta

Sosiaalipedagoginen hevostoiminta on saanut alkunsa vuonna 2001, kun huoli lasten ja nuorten pahoinvoinnista ja syrjäytymisestä lisääntyi entisestään. Käynnistäjänä tässä pedagogisessa toiminnassa olivat Suomen Ratsastajainliitto ja Opetusministeriö. Yhdessä nämä toimijat saivat aikaan kehittämishankkeen nimeltä ”Ratsastuspedagogia ehkäisemään lasten ja nuorten syrjäytymistä”. Hankkeen tavoitteena oli saada aikaan osaamista, jolla voitaisiin vaikuttaa niin lasten ja nuorten syrjäytymisen ehkäisyyn kuin myös jo syntyneiden vaurioiden korjaamiseen. Päämääränä kehittämishankkeessa oli myös nostaa yhteiskunnalliseen tietoisuuteen kaikki se toiminta, mitä talliyhteisössä tehdään lasten ja nuorten kanssa. (Hämäläinen & Koistinen 2007, 11; Orava 2010,5.)

Nykyään ratsastus ja muu tallilla tapahtuva toiminta on melko yleistä. Kuitenkin ratsastusharrastuksen ja sosiaalipedagogisen hevostoiminnan eroiksi nousevat tavoitteellisuus ja näkökulma. Tavoitteet sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa liittyvät asiakkaan sosiaaliseen kasvuun ja kuntoutukseen, eivätkä niinkään ratsastuksen opettelemiseen. (Orava 2010,19.)

Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan tavoitteena on syrjäytymisen ehkäisy sekä hyvinvoinnin ja sosiaalisen kasvun tukeminen. Lähtökohta toiminnalle on talliympäristö, missä toiminta tapahtuu ja lisäksi ihmisen ja hevosen vuorovaikutus. Yhtenä keskeisenä tekijänä sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa on myös dialogisuus eli aito kohtaaminen. Toiminta perustuu yksilön omaan kokemukseen, ja oman kokemuksen kautta oppimiseen ja eri asioiden oivaltamiseen. (Hämäläinen & Koistinen 2007,18; Sosiaalipedagoginen Hevostoimintayhdistys ry 2015.) Hyviä kokemuksia sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta on saatu muun muassa lasten ja nuorten psykososiaalisessa kuntoutuksessa (Salovuori 2014, 66).

Jenna Orava (2010) kirjoitti erityispedagogiikan tutkielmassaan hevosen kuntouttavasta merkityksestä hevostoiminnassa sekä sosiaalipedagogisen hevostoiminnan tavoitteista, menetelmistä ja toteutumismalleista. Tavoitteena sosi-

aalipedagogisessa hevostoiminnassa voidaan ajatella esimerkiksi olevan terveellisen ravinnon, puhtauden, liikunnan, säännöllisten ruoka-aikojen, arjen rytmin ja riittävän levon tärkeys. Tämän havainnollistaminen ja opettaminen onnistuvat yhdessä hevosen kanssa, sillä myös hevoselle tietty arjen rytmi on hyvän elämänlaadun kannalta tärkeää. (Laitinen & Mäki-Tuuri 2014; Sosiaalipedagoginen Hevostoimintayhdistys ry, 2015.) Sosiaalipedagoginen hevostoiminta onkin varsin monimuotoista toimintaa, joka selittyy osittain sillä, että ohjaajat toimivat omista lähtökohdistaan, ammatillisen taustansa ja koulutuksensa mukaan (Orava 2010, 7). Seuraavissa kappaleissa käsittelemme sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan liittyviä peruselementtejä, joita ovat yhteisöllisyys, toiminnallisuus ja elämyksellisyys.

### Yhteisöllisyys

Salovaara ja Honkonen (2011) toteavat että yhteisöllisyys on tärkeässä osassa minuutta rakennettaessa ja tunne johonkin kuulumisesta. Se edellyttää jaettuja normeja, arvoja ja päämääriä ja siihen kuuluu keskusteltavuus ja se, että erilaiset hyväksytään. Voi olla kyse niin yksilön, kuin yhteisönkin kokemuksesta, johon kuuluu turvallisuuden ja yhteenkuuluvuuden tunteet. (Kainulainen 2014, 27.)

Yhteisöllisyys näkyy sosiaalipedagogisessa hevostoiminnan peruselementeissä ja se näkyy toiminnassa muun muassa talliyhteisön toimintana. Toiminta talliyhteisössä on parhaimmillaan sosiaalisesti ennaltaehkäisevää. Talli voi myös toimia korjaavana ja kuntouttavana yhteisönä. Talliyhteisössä korostuu paitsi yhdessä tekeminen ja oppiminen myös vastuun ottaminen ja sen jakaminen. Yhteisössä on mahdollista oppia niin muilta ryhmän jäseniltä kuin hevosiltakin. Talliyhteisö muodostuu yleensä tallin henkilökunnasta, hevosista, muista eri-ikäisistä osallistujista, osallistujien vanhemmista ja muista mahdollisista sukulaisista. (Hämäläinen & Koistinen 2007, 15 –17.)

Jotta sosiaalipedagogista hevostoimintaa voidaan toteuttaa, on sen toteuttavalla tallilla oltava ymmärrys siitä, että toiminta toteutuu kasvatuksellisena yhteisönä. Toiminnan tulee olla yhteisöllisessä ja kasvatuksellisessa mielessä suunnitelmallista, arvioivaa ja tavoitteellista. Lisäksi toimintaa tulee kehittää

jatkuvasti. Mikäli talliyhteisöllä on opetustehtävä, on tallilla oltava pedagogisessa tarkoituksessa selvä johtaja. Luottamus ja toisten kunnioittaminen nousevat toiminnan peruspilareiksi. Yhteisön toimintaa ohjaa yhteistoiminnallisuus ja vastavuoroisuus, yksilön toimintaa puolestaan vastuullisuus. (Hämäläinen & Koistinen 2007, 18 –19.)

### Toiminnallisuus

Talliyhteisössä tapahtuva sosiaalipedagoginen toiminta tarkoittaa luovan toiminnan mahdollisuutta yksilön kehittämisessä ja kasvussa. Turvallisuuden vuoksi luova toiminta talliyhteisössä on johdettua ja vastuullista. Minuuden löytämisen ja omien voimavarojen käyttöönoton kannalta toiminnallisuus on yksilölle tärkeää. Lisäksi talliyhteisössä hevosten kanssa toimiminen helpottaa yksilöä itsetuntemuksen jäsentelyssä ja syventämisessä. Toiminta auttaa yhteisöä ja yksilöä tunnistamaan omat rajat ja kyvyt sekä kehittymisen mahdollisuudet. Omien arvojen pohtiminen sekä omien valintojen selkeyttäminen yksilön ja yhteisön tasolla, mahdollistuu myös toiminnan avulla. Talliyhteisö kehittää yhteisölle ja yksilölle parhaimmillaan uutta elämänsisältöä ja orientaatioperustaa. Toiminnassa tapahtuvat onnistumiset ja epäonnistumiset lisäävät itsetuntoa sekä antavat valmiuksia ratkaista toiminnassa esiin tulleita tilanteita. (Hämäläinen & Koistinen 2007, 19.)

### Elämyksellisyys

Kuntoutuksessa elämykset toimivat ärsykkeinä, jotka mahdollistavat mielen avautumisen ja luovien prosessien syntymisen. Elämyksellisyyden avulla haetaan tukea psyykkiseen toimintakykyyn onnistumisen kokemuksina ja omien rajojen rikkomisena. Yhdessä jaettu ja koettu kokemus vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta, joka näin ollen vahvistaa sosiaalista toimintakykyä. Fyysinen toimintakyky taasen vahvistuu psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn rinnalla. Elämystoiminta on osa sosiaalipedagogista toimintaa, jossa tietoisesti saatetaan kuntoutuja pohtimaan elämyskokemusten sekä niistä aiheutuvien tunteiden kautta, paitsi elämänsä myös yhteisön ongelmia tai haasteita ja auttaa etsimään niihin vastauksia. (Saastamoinen 2007,15.) Eri tallitilanteissa nousevat esille omakohtaiset kokemukset ja siihen liittyvät elämykset ovat erilaisia eri yksilöillä. Esimerkiksi, ilo ja hauskuus voivat tulla esiin maastolenkillä

hyvällä porukalla tai karsinoita siivotessa. Toimiminen hevosten kanssa merkitsee usein jokaiselle eri asioita, terapiaa, viihdettä, kasvamista, elämystä tai oppimista. (Hämäläinen & Koistinen 2007, 19.)

Sosiaalipedagogiikka ei ole ryhmä valmiita menetelmiä ja niiden soveltamista, vaan edellyttää kekseliäisyyttä ja luovuutta kehittää työskentelytapojaan jatkuvasti. Näin ollen hevostoiminnalla on monenlaisia aktiivisuus- ja elämyspedagogisia sovellusmahdollisuuksia. Hyvänä esimerkkinä pidetään vaellusratsastusta, hevostyötoimintaa ja ajotoimintaa. Näihin toimintoihin on mahdollista yhdistää erilaisia luovan toiminnan muotoja. Vaellusratsastukseen voi muun muassa yhdistää erilaisia draaman keinoja, kuten roolipelit ja psyko- ja sosiodraaman erilaiset muodot. Hevostyötoiminnan avulla voidaan puolestaan toteuttaa esimerkiksi kuntouttavaa työtoimintaa. (Hämäläinen & Koistinen 2007, 20.)

### **2.2.3 Erityisratsastus**

Kun puhutaan erityisratsastuksesta, erityisryhmien ratsastuksesta tai vammaisratsastuksesta, tarkoitetaan ratsastusharrastusta, jossa opetus, olosuhteet ja varusteet järjestetään ratsastajan vaatimusten mukaisesti. Tarpeen vaatiessa ratsastuksessa käytetään apuna myös avustajia. Toiveena on, että ratsastusharrastus olisi kaikille, myös erityisryhmille, avointa, esteetöntä ja elämyksellistä toimintaa. Erityisratsastuksen tavoitteena onkin ratsastus ja hevosmiestaitojen opettelu ohessa mielenvirkistys sekä kunnon kohottaminen. Jokainen ratsastaja asettaa itselleen tavoitteet omien toimintaedellytystensä mukaisesti, tavoitteena voi olla jopa valmentautuminen huippu-urheilutasolle asti. Vammaiskilpaurheilussa voi ratsastuksessa edetä paraolympiatasolle saakka. (Suomen Ratsastajainliitto 2017.)

Suomen ratsastajainliiton toiminnassa vammaisratsastus on ollut aina vuodesta 1992 alkaen sekä Kansainvälisen Ratsastajainliiton toimintana vuodesta 2006. Ohjaajana voi toimia Suomen Ratsastajainliiton järjestämän koulutuksen suorittanut, tarvittavat kriteerit täyttävä henkilö. (Suomen Ratsastajainliitto 2017.) Vammaisratsastuksen ohjaajan koulutukseen pääsemiseen vaaditaan Suomen Ratsastajainliiton vammaisratsastuksen peruskurssin käyminen. Kurssin käymisestä tulee olla aikaa alle 10 vuotta. Lisäksi pääsyvaatimuksena

on SPR:n (Suomen Punainen Risti) EA1-kurssi, käytyä se joko ennen vammaisratsastuksen ohjaajan kurssia tai sen aikana. Pääsyaatimuksena on myös käytännön kokemus avustajana ja/tai ohjaajana 120 tuntia tai kolmen vuoden ajan. Lisäksi hakijalla tulee olla vähintään harrasteratsastajan polun B-tason tiedot ja taidot hevostaitojen, perusratsastuksen ja kouluratsastuksen osalta. Hakijan tulee olla myös Suomen Ratsastajainliiton jäsen. Kurssille valitaan pääsyaatimukset täyttävä henkilö kokemuksen sekä ratsastus- ja hevostaitojen perusteella. (Hevosopisto 2017.)

Erityis- ja vammaisratsastuksessa käytetään ratsastajan tukena erilaisia apuvälineitä. Apuvälineiden lisäksi kaikki hyväksi koetut ratkaisut tukevat ratsastusharrastusta. Apuvälineiden valinta pohjautuu aina ratsastajan vamman tai rajoitteen aiheuttamiin tarpeisiin ja niiden tulee olla myös hevosen hyvinvoinnille soveltuvia. Tärkeää on huomioida apuvälineitä valittaessa ratsastajan turvallisuus, etenkin ettei ratsastaja putoa hevosen selästä. Ratsastuksessa käytettäviä apuvälineitä ovat esimerkiksi ramppi, turvajalustimet, lenkkiohjaimet ja käsikahva. Ratsastajan tarpeiden mukaisesti myös satuloissa on erilaisia vaihtoehtoja, jotka tukevat ratsastajan istuntaa. Kilpaillessa tulee kuitenkin huomioida apuvälineiden sallittavuus. (Suomen Ratsastajainliitto 2017.)

### **3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET**

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää ratsastusterapian, sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ja erityisratsastuksen yhtäläisyyksiä ja eroja. Tämän lisäksi pyrimme saamaan esille koulutettujen ohjaajien näkemiä eroja ja yhtäläisyyksiä eri toimintamuodoista sekä asiakkaiden saamaa hyötyä ja kokemaa merkitystä omasta toimintamuodostaan.

Opinnäytetyössämme etsimme vastausta seuraaviin kysymyksiin:

- Mitkä ovat ratsastusterapian, sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ja erityisratsastuksen erot ja yhtäläisyydet?

Pääkysymystä tarkentavat alakysymykset ovat:

- Miten ohjaajat näkevät toimintamuotojen erot ja yhtäläisyydet?
- Miten eri toimintamuotojen erot näyttäytyvät käytännössä?
- Millainen merkitys toiminnoilla on asiakkaille?

Aineisto kerättiin havainnoimalla eri ryhmiä sekä haastattelemalla ohjaajia ja ryhmäläisiä. Jokaisella toiminnalla on oma ohjaaja, joka on koulutautunut kyseiseen tehtävään. Haastattelemalla saimme tietoa koulutuksesta, toiminnan sisällöstä ja sen tarkoituksesta. Havainnoimalla ryhmien toimintaa tavoitteenamme oli hankkia tietoa siitä, kuinka hevonen käyttäytyy erilaisia haasteita omaavien ihmisten kanssa ja millaiset hevoset ylipäätään pystyvät toimimaan ratsastusterapiassa, sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa ja erityisratsastuksessa. Lisäksi meitä kiinnosti miten erot ja yhtäläisyydet näkyivät käytännössä. Ryhmäläisten haastattelun avulla pyrimme saamaan kuvan toimintaan osallistujien tuntemuksista ja siitä, kuinka he itse kokevat ratsastusterapian, sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ja erityisratsastuksen. Ryhmäläisten haastattelun avulla haimme tietoa myös toimintojen mahdollisista eroista ja yhtäläisyyksistä.

## **4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS**

### **4.1 Laadullinen tutkimus**

Opinnäytetyömme on laadullinen tutkimus. Laadulliseen tutkimukseen kuuluu syvälinen tulkinta sekä ihmisen kokemus tutkittavasta asiasta (Kananen 2014, 19). Laadullinen tutkimus on prosessi, jossa väline aineistonkeruussa on inhimillinen. Tällä tarkoitetaan sitä, että tutkija itse toimii aineiston keruun välineenä ja tästä johtuen aineistoon liittyvät näkökulmat ja tulkinat kehittyvät tutkijalle hiljalleen prosessin edetessä ja voidaankin puhua tutkimustoiminnan ymmärtämisestä oppimistapahtumana. (Kiviniemi 2007, 70.)

Hanna Vilkkä (2015) kirjoittaa kirjassaan ”Tutki ja kehitä” laadullisesta tutkimusmenetelmästä seuraavasti: ”Välittömän havainnon tavoittamattomissa olevat asiat ovat kuin arvoituksia, ja tutkimuksen tavoitteena on näiden arvoitusten ratkaiseminen tutkimuksessa”. Vilkan (2015) sanoin, pyrimme opinnäytetyössämme ohjaajien ja toimintoihin osallistuvien asiakkaiden kokemusten ja käsitysten sekä teorian avulla saamaan tietoa näiden kolmen eri toiminnan muodon eroista ja yhtäläisyyksistä. Laadullinen tutkimus perustuu hyvin pitkälti siihen, ettei tutkittavasta asiasta välttämättä löydy yhtä ja ainoaa totuutta ja tutkimus pohjautuu pitkälti tulkintoihin (Vilkkä 2015,120). Teorialla on suuri

merkitys laadullisessa tutkimuksessa ja sitä tarvitaan ehdottomasti havainnoinnin ja haastattelujen rinnalle ja tueksi (Tuomi ym. 2009, 18).

Opinnäytetyötä tehdessämme tutustuimme Teittilän tallilla oleviin eri ratsastusmuotoihin niin paikan päällä kuin myös teoriassa. Kun haimme tietoa teoriasta, sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta, ratsastusterapiasta ja erityisratsastuksesta, saimme valmiuksia havainnoida itse toimintaa avoimemmin silmin. (Vrt. Alasuutari 2007, 264.) Teoriaan perehtyminen, esimerkiksi tutkimuskirjallisuuden avulla, auttoi meitä ymmärtämään aihetta ja näin tekemään aiheesta omaa tutkimusta (Vrt. Hirsijärvi 2009, 142). Halusimme peilata lähdemateriaalista hankkimaamme tietoa siihen, miten se näkyy käytännön työssä.

#### **4.2 Aineistonkeruu haastattelujen ja havainnointien avulla**

Tutkimuksemme kohteena olleet ryhmät koostuivat erityisnuorista, joilla on elämässään haasteita kehityksessä ja mielenterveydessä. Pyrimme huomioimaan nämä heidän kehityksen ja mielenterveyden haasteet havainnoiteja ja haastatteluja tehdessä. Kuula (2006) toteaa, ettei marginaalisia ryhmiä tulisi jättää tutkimuksen ulkopuolelle, vaan että heillä on yhtäläinen oikeus tulla kuulluksi ja nähdyksi. Tutkimuksen tulee kuitenkin perustua heidän suostumukseen ja tarvittaessa heidän laillisen edustajan tai huoltajan antamaan kirjalliseen suostumukseen. (Vilkka 2006, 64.) Tämän vuoksi tässä tutkimuksessa jokaiselta tutkimukseen osallistujalta kysyttiin kirjallinen lupa haastatteluun ja havainnointiin. Tulokset kirjoitimme siten, että opinnäytetyössämme käytettävien sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ja erityisratsastuksen asiakkaita ei voi tunnistaa. Ratsastusterapiassa käyvältä asiakkaalta saimme luvan käyttää hänen nimeään ja hänestä toiminnan aikana otettuja kuvia. Kuvia käytämme opinnäytetyön esityksen PowerPointissa.

Aineistoa opinnäytetyöhömmme keräsimme haastatteleamalla ohjaajia ja ryhmäläisiä sekä havainnoimalla itse jokaista ratsastusryhmää ja yksilöä erikseen. Haastatteluilla pyrimme saamaan ohjaajien näkemyksen siitä, mihin heidän ohjaamansa toimintamuoto perustuu ja mitkä ovat ryhmän tai yksilön tavoitteet.



Haastattelut toteutimme teemahaastatteluina, jotka nauhoitimme. Teemahaastatteluun kuuluu olennaisesti se, ettei haastattelussa ole tarkkoja kysymyksiä, vaan haastattelu määrittyy keskeisten teemojen mukaisesti (Hyvärinen ym. 2017, 21; Hirsijärvi & Hurme 2000, 48). Teemahaastattelu mahdollistaa haastatteluun osallistuvien äänen kuulumisen sekä ottaa keskiöön haastateltavien tulkinnat ja asioille antamat merkitykset (Hirsijärvi & Hurme 2000, 48). Teemat nousevat esiin teoriasta eri toimintamuotojen erityispiirteistä. Asiakkaiden haastattelut toteutimme ryhmäkeskusteluina, jolloin mahdollistui vuorovaikutus asiakkaiden kesken sekä tulkinnat ja käsitykset haastateltavasta aiheesta (Hyvärinen 2017, 113).

Haastatteluilla pyrimme saamaan kuvaa myös muun muassa eri ohjaajien taustoista, koulutuksesta ja mielipiteistä. Ohjaajien haastattelut toteutimme ryhmähaastatteluna teemahaastatteluna. Ryhmällä tarkoitamme tässä tilanteessa sitä, mitä havainnoimme. Ajattelimme, että ryhmäkeskustelu tukee asiakkaita paremmin keskustelemaan kokemuksistaan omasta toimintamuodostaan. Valtosen (2005) mukaan erona ryhmähaastattelussa ja ryhmäkeskustelussa on se, että haastattelussa vuorovaikutuksen kontrolli on haastattelijalla, kun taas keskustelussa vuorovaikutus on haastateltavien välillä (Ruusuvuori & Tiittula 2005, 224). Ryhmähaastattelun eduksi katsotaankin, että sen avulla saadaan kerralla vastauksia useammalta vastaajalta (Hirsijärvi & Hurme 2000, 63). Lisäksi ohjaajat toivoivat ryhmähaastattelua, sillä tämä mahdollistaisi heille yhteisen keskusteluhetken, ajatusten sekä kokemusten vaihdon eri toimintamenetelmistä kiireisen arjen keskellä.

Ryhmähaastattelussa keskustelu voikin olla melko vapaamuotoista, jolloin mahdollistuu spontaani kommentoiminen ja huomioiden tekeminen keskusteltavasta asiasta. Tässä kohtaa korostuu haastattelijoiden rooli keskustelun ylläpitämisessä ja teemoissa pysymisessä sekä huolehtiminen siitä, että jokainen haastateltava saa osallistua keskusteluun. (Hirsijärvi & Hurme 2000, 61.) Lisäksi haastattelussa on tietty päämäärä, johon pyritään ja tämän vuoksi haastattelussa tulee haastattelijan ohjata keskustelua, jotta tutkimuksen tavoite täyttyy (Ruusuvuori & Tiittula 2005, 23).

Haastatteluiden, omien havaintojemme ja teorian pohjalta teimme tulkintoja näiden kolmen eri ryhmän eroista ja yhtäläisyyksistä niin käytännössä kuin

teoriassakin. Haastattelut ja keskustelut nauhoitimme ja litteroimme helpot-  
taaksemme niiden purkua ja läpikäyntiä työmme tuloksia varten. Hirsjärven  
ym. (2007) mukaan verrattuna muihin tiedonkeruumenetelmiin haastattelun  
etuna mielletään se, että sitä pystytään säätämään tilanteiden mukaan. Esi-  
merkiksi vastauksien tulkitsemisessa ja haastattelun aiheiden muuntamisessa  
on siten säätelyn varaa. Tietojen syventäminen ja selventäminen ovatkin syitä,  
miksi haastattelu valitaan usein yhdeksi tiedonkeruumenetelmäksi. Lisäksi ha-  
lutaan havaita ihminen tutkimustilanteen subjektina, jossa hänelle annetaan  
mahdollisuus tuoda asioita, tietoja ja mielipiteitä esille mahdollisimman va-  
paasti. (Hirsjärvi ym. 2007, 200 – 201.) Myös näiden syiden takia valitsimme  
yhdeksi aineistokeruumenetelmäksi haastattelun. Etenkin tietojen syventämi-  
nen, jossa voimme pyytää perusteluja mielipiteille, tukee opinnäytetyömme  
teoriaa.

Haastattelun avulla saadaan selville ihmisten ajatukset, uskomukset ja tunte-  
mukset. Sen avulla saadaan tieto siitä, miten ihmiset havaitsevat sen, mitä  
ympärillä tapahtuu. Haastattelu ei kuitenkaan kerro sitä, mitä ympärillä oike-  
asti tapahtuu. (Hirsjärvi ym. 2007, 207.) Tämän vuoksi valitsimme toiseksi ai-  
neistokeruumenetelmäksi havainnoinnin, jolla voimme täydentää haastatte-  
lusta saatuja tietoja. Tekemiimme havaintoihin sisältyykin aina esitieto, johon  
pohjaten keräämme opinnäytetyöhömme havainnoimalla lisää tietoa. Tutki-  
muksessa tehtyjä havaintoja tulee tarkastella kriittisesti suhteessa hankittuun  
esitietoon. (Vilka 2006, 11.)

Suurin etu havainnoinnilla on se, että sillä saadaan tilanteesta välitöntä pa-  
lautetta siitä, kuinka yksilö tai ryhmä toimii ja käyttäytyy erilaisissa tilanteissa  
sille luonnollisessa ympäristössä. Opinnäytetyössämme olemme erityisen kiin-  
nostuneita ihmisen ja eläimen välisestä vuorovaikutuksesta, johon havain-  
nointi on erinomainen menetelmä. Havainnointi sopii opinnäytetyömme kan-  
nalta menetelmäksi myös siksi, koska se on toimiva menetelmä silloin, kun ih-  
misillä on kielellisiä vaikeuksia. (Hirsjärvi ym. 2007, 208.) Lisäksi havainnointi  
sopii hyvin toiminnan ja käyttäytymisen kuvaamiseen sekä nopeasti muuttuviin  
tilanteisiin (Uusitalo 2001, 89).

Teemme arjessamme havaintoja ja kokemuksemme perustuvat näihin arjen havaintoihin. Tieteellisen havainnoinnin perustana onkin arkielämän havainnot. Kuitenkin tieteellisen havainnon erottaa arkipäivän havainnoinnista järjestelmällisyys, suunnitelmallisuus ja kriittisyys. (Vilkkä 2006, 5.) Havainnointimme toteutustapana toimii suora havainnointi. Suorahavainnoinnissa tutkijan rooli on olla tarkkailijan asemassa, jolloin tutkija ei osallistu itse ryhmän toimintaan (Kananen 2017, 66). Tähän havainnointitapaan kuuluu, ettei tutkijalla ja tutkittavilla asiakkailla ole aktiivista vuorovaikutusta, joka olisi merkityksellistä tiedonhankinnalle (Vilkkä 2006, 67).

Havaintojen avulla tutkimuksessa pyritään vastaamaan siihen, mitä ihmiset tekevät ja miltä asiat näyttävät. Havainnointia varten tulee pohtia etukäteen, mitä havainnoidaan ja kirjata havainnoitavat asiat ylös. Tämä helpottaa tutkijan työskentelyä. Aineiston keräämiseen kuuluu myös dokumentoida havainnot havainnointimatriisiin ja tämän lisäksi tehdä myös tarvittaessa muistinpäntöjä jokaisen käynnin jälkeen. (Kananen 2014, 67, 69.) Laadulliseen tutkimukseen kuuluu olennaisesti aineiston runsaus ja se, että sitä kerätään niin pitkään, kunnes tutkittavasta aiheesta ei löydy uutta tietoa (Kananen 2014, 19). Tämä määrittä myös havainnointikertojemme määrän. Havainnointia varten tarvitsemme teoriaa ja tietoa havainnoitavasta aiheesta, sillä tieto ohjaa havainnointikykyämme (Vilkkä 2006,9). Kuitenkin tutkimuksessa tarvitaan havainnointien lisäksi tietoa, miksi jokin asia tehdään juuri näin. Sen vuoksi yhdistimme havaintoihin haastattelut, jotta saimme vastaukset kysymyksiin siitä, miksi eri hevostoimintoja toteutettiin niin, kuin ne toteutettiin (vrt. Vilkkä 2015,143).

### **4.3 Aineiston analyysi**

Saamistamme aineistoista teimme analyysiä saman aikaisesti, kun keräsimme aineistoa vielä lisää (vrt. Kananen 2014, 19). Nauhoitetut haastattelut puremme tekstiksi eli litteroimme aineistomme. Tämän jälkeen analysoimme sisältöä koodaamalla ja tiivistämällä aineistoa eri aihepiirien mukaan. Tulokset esitimme luokittain niin, että ne vastasivat kysymyksiin siitä, miten nämä eri hyvinvointia ja kuntoutusta tukevat ja ylläpitävät ratsastuksen muodot eroavat toisistaan niin käytännössä kuin teoriassa ja mitä yhtäläisyyksiä niissä on sekä

miten niiden ohjaajat näkevät nämä erot ja yhtäläisyydet. Analyysissä etsimme vastausta erojen lisäksi myös näiden havainnoimamme kolmen eri toimintamuodon yhteneväisille piirteille. (vrt. Kananen 2014, 99 – 100.)

Laadullisesta analyysistä on useita eri muotoja, joista opinnäytetyöhömmme sopii teoriaohjaava analyysi. Teoriaohjaavaan aineiston analyysiin kuuluu aluksi aineistolähtöinen eteneminen, jonka jälkeen aineistoa puretaan sen mukaisesti, kuinka tutkittavat asian tai toiminnan kokevat. (Tuomi ym. 2009, 95 – 97.)

Opinnäytetyössämme pyrimme tähän teoriaohjaavaan analyysiin, sillä tutkimastamme aiheesta on jo olemassa teoriatietoa, jota hyödynsimme analyysissä edetessämme. Teoria toimi opinnäytetyössämme tukena muille tiedonkeruumenetelmillemme. Kuitenkaan opinnäytetyömme ei pohjaudu vain valmiiseen teoriaan, vaan tämän lisäksi havaintojemme sekä haastattelujen pohjalta pyrimme löytämään aiheesta myös jotain uutta.

Teimme analyysin teemoitellen. Useimmiten ensimmäinen lähestymistapa aineistoon kulkee tematisoinnin kautta. Aineistoista nostetaan esiin tutkimusongelmaa valaisevia teemoja. Tätä kautta mahdollistuu vertailu tiettyjen teemojen ilmenemisestä ja esiintymisestä aineistossa. Tekstistä on aluksi pyrittävä löytämään ja tämän jälkeen erottelemaan tutkimusongelman kannalta olennaiset aiheet. Teemoittain järjestetyt vastauksista irrotetut sitaatit koetaan usein mielenkiintoisiksi. Sitaatit voivat toimia esimerkiksi aineiston esimerkkinä, lisäksi niitä voidaan käyttää perustelemaan tutkijan tekemää tulkintaa. Sitaatit myös elävöittävät tekstiä. (Eskola & Suoranta 1998, 175 – 176.)

Koska valitsimme opinnäytetyöhömmme teemahaastattelut, on teemoittelu luonteva etenemistapa analysoimisessa. Teemat, jotka puhuimme haastateltavien kanssa, löytyvät kaikista haastatteluista. Haastateltavista riippuen toisissa haastatteluissa teemat nousivat enemmän esiin kuin toisissa. Aineisto järjestettiin litteroinnin jälkeen teemoittain. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

## 5 RATSASTUSTERAPIAN, SOSIAALIPEDAGOGISEN HEVOSTOIMINNAN JA ERITYISRATSASTUKSEN EROT JA YHTÄLÄISYYDET TEITILÄN TALLILLA

### 5.1 Eri toimintojen yhtäläisyydet ja erot ammattilaisten kokemana

Kysyttäessä ohjaajilta toiminnan eroista ja siitä, kuinka se näkyy käytännössä, nousi haastatteluissa ensimmäiseksi esiin ohjaajien saama koulutus. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ohjaaja Susanna on ammatiltaan lähihoitaja ja hevostoimintaan hän on käynyt Itä-Suomen hevostoiminnanohjaaja koulutuksen. Taru on koulutukseltaan fysioterapeutti, jonka lisäksi hän on opiskellut ratsastusterapeutiksi. Erityisratsastuksen ohjaaja Päivi on ratsastuksen opettaja.

*Jokainen meistä työskentelee vahvimmiten oman pohjakoulutuksensa mukaisesti ja se antaa viitekehysten omalle toiminnalle. (Ratsastusterapeutti Taru Shulz)*

Erona toiminnoissa on myös se, mihin erityispiirteeseen toiminta pohjautuu. Ratsastusterapiassa hevosen liikkeellä on merkitystä. Muutoin hevonen, asiakas ja terapeutti muodostavat kolmion ja toiminta pohjaa yhteistyöhön ja asiakkaalle asetettuihin tavoitteisiin. Sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta voidaan puhua silloin, kun siinä täyttyy sosiaalipedagoginen viitekehys, johon kuuluu elämyksellisyys, toiminnallisuus, yhteisöllisyys ja osallisuus. Sosiaalipedagogisen hevostoimintaan kuuluu myös ratsastusterapien tavoin tavoitteet, joita laaditaan asiakkaalle 1-3. Tavoitteet ovat pääasiassa sosiaalisuutta ja oman toiminnan ohjausta parantavia, kun taas ratsastusterapien tavoitteet ja toiminta pohjaavat enemmän asiakkaan fyysisen kunnon lisäämiseen tai nykytilan säilyttämiseen. Erityisratsastuksessa mahdollistetaan erilaisille asiakkaille mahdollisuus ratsastamiseen. Toiminnassa asiakas kohtaa hevosen terapeueläimenä ja ystävänä.

*Ratsastusterapiassa tutkitaan paljon hevosen liikettä ja ihmisen liikettä sekä ihmisen liikettä suhteessa hevosen liikkeeseen. Ja se on erottuva pointti*

*näistä muista toiminnoista ja se antaa ammattipohjan ratsastusterapiaan.*  
(Ratsastusterapeutti Taru Shulz)

*Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa painotetaan yhteisöllisyyttä ja omaa kokemusta sekä oman kokemuksen kautta oppimista ja siihen liittykin enemmän kasvatuksellinen näkökulma.* (Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ohjaaja Susanna Gråsten)

*Eryisratsastuksessa käy ihan kaikenlaiset hevoset, kunhan niillä vaan pää kestää. Siinä onkin monen näköisiä ja kokoisia hevosia ja kun ryhmä tulee, niin haetaan jokaiselle ratsastajalle sopiva hevonen. Ja sitten siinä haetaankin enemmän ratsastuskokemusta ja että siinä haetaan yksilöllisesti ratsastajalle sopiva hevonen, joka mahdollistaa ratsastamisen.* (Eryisratsastuksen ohjaaja Päivi Manninen)

Toimintojen yhtäläisyyksistä ohjaajille nousi esiin toimintojen sekoittuminen. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa Susanna teki yhteistyötä erityisratsastuksenohjaajan Päivin kanssa siten, että tallitoiminnassa, jossa toiminta on sosiaalipedagogista, vastaa Susanna ja Päivi on välillä mukana ohjaamassa ratsastusta silloin, kun se pohjaa erityisratsastukseen.

*Toiminnot saattavat välillä hieman sekoittua, ja äskeisessä sosiaalipedagogisessa ryhmässä oli sosiaalipedagogista hevostoimintaa ja erityisratsastusta. Ryhmässä hevostoiminnan viitekehys tallitoiminnassa oli sosiaalipedagogista ja ratsastusosuus erityisratsastusta.* (Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ohjaaja Susanna Gråsten)

*Rajapinnat sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa ja erityisratsastuksessa ovat melko lähellä.* (Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ohjaaja Susanna Gråsten)

*Jos kela hyväksyisi sosiaalipedagogisen hevostoiminnan, se voisi osaltaan purkaa ratsastusterapian jonoja niiden asiakkaiden kohdalla, jotka eivät tarvitsisi niinkään fysioterapiaa.* (Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ohjaaja Susanna Gråsten)

*Ratsastusterapiasta sekä sosiaalipedagogisesta toiminnasta voidaan edetä harrastukseen tai erityisratsastukseen opettelemaan ratsastusta sitten kun esim. ratsastusterapian tavoitteet ovat toteutuneet. (Ratsastusterapeutti Taru Shulz)*

Myös ohjaajan osaamisella oli merkitystä. Ohjaajan pohjakoulutus toimii pohjana toiminnassa. Kuitenkin ohjaajalla on hyvä olla monenlaista osaamista, sillä asiakkailla on monenlaisia haasteita ja vammoja, joihin ohjaajan on hyvä osata työssään vastata.

*Jos olisin psykologi, siitä olisi työssä apua, sillä ratsastusterapiaan ohjautuu paljon asiakkaita, joilla on psyykkistä probleemaa. (Ratsastusterapeutti Taru Shulz)*

## **5.2 Havainnot eroista ja yhtäläisyyksistä eri toiminnoissa käytännössä**

Tässä luvussa kerromme aluksi havainnoista toiminta kerrallaan. Havainnot olemme tehneet havainnointimatriisin (liite 3,4&5) avulla. Luvussa 5.2.4 erittelemme toimintojen erot ja yhtäläisyydet.

### **5.2.1 Ratsastusterapia**

Ratsastusterapiassa hevosella oli terapiavyö. Hevosen selkään noustessa käytettiin rampia apuna. Kaarina alaraajoissa ei ole toimintakykyä ja liikkumiseen hän käyttää pyörätuolia. Alaraajojen toimimattomuuden vuoksi Kaarinalla oli myös raippa, jota hän halusi käyttää, jotta hevonen reagoisi paremmin eteenpäin vieviin apuihin. Hevonen on koulutettu reagoimaan eteenpäin äänen ja jalan avulla. Koska Kaarinalla ei ollut mahdollisuutta käyttää jalkojaan, oli raippa apuna, jos ääniavut eivät riittäneet. Tällä ratsukolla ei ollut muita erityisvälineitä.

Tavoitteellisuus näkyi Kaarinan sen hetkisen voinnin tukemisessa ja sen parantamisessa. Esimerkiksi ensimmäisellä havainnointikerralla Kaarinan lantio oli normaalia jäykempi, joten Kaarinan kanssa tehtiin sellaisia harjoituksia, jotka saivat lantionseutua rentoutumaan ja tätä kautta Kaarinan olon parantumaan. Näiden lisäksi tehtiin harjoituksia, jotka paransivat Kaarinan tasapainoa

ja kehonhallintaa, mikä liittyi Kaarinalle suunniteltuihin pidempiaikaisiin tavoitteisiin. Toisella havainnointikerralla Kaarinalla ei ollut omassa voinnissaan mitään poikkeavaa, joten harjoitukset olivat sellaisia, jotka tukivat pidempiaikaisia tavoitteita. Kaarinan pidempiaikaiset tavoitteet olivat nykyisen toimintakyvyn ylläpitäminen, tasapainon ja kehonhallinnan ylläpitäminen ja lisääminen, motoristen taitojen ylläpitäminen ja kehittäminen, rentoutumisen lisääntymisen ja lihasjäykkyyden vähenemisen lisäksi elimistön nestekierron parantaminen, mikä Kaarinalla näkyi selkeästi turvotusten vähentymisenä jaloissa. Jalkojen turvotusten väheneminen ehkäisee haavojen syntymistä ja tulehduksellisten sairauksien syntymistä.

Harjoitteet, joita toisella havainnointikerralla tehtiin, olivat pujottelua, siirtymisiä hitaampaan ja nopeampaan askellajiin (käynti-seis-käynti-ravi) sekä puomien ylitystä. Pujottelulla haettiin tasapainon kehittämistä sekä hevoseen vaikuttamista, siirtymisillä reagoitokykyä, tasapainoa ja kehonhallintaa ja puomien ylityksellä kehonhallintaa ja tasapainoa.

Pitkäaikaisia tavoitteita, jotka ratsastusterapeutti oli Kaarinalle asettanut, pystyi jokseenkin havainnoidessa arvaamaan, mutta tarkemmat tavoitteet saatiin kysymällä Kaarinalta ja ohjaajalta itseltään. Ensimmäisen kerran ”väliaikaiset” tavoitteet yksittäiselle kerralle tulivat kuitenkin helposti selväksi havainnoidessa, koska Kaarina kertoi sen hetkisen vointinsa ja sitä lähdettiin yhdessä ratsastusterapeutin ja hevosen kanssa parantamaan. Ratsastusterapian aikana Kaarinan lantion jäykkyys väheni ja näin tavoite saavutettiin.

Kaarina, jota havainnoimme, oli käynyt jo yli kymmenen vuoden ajan ratsastusterapiassa Teittilän tallilla. Kaarinalla oli ollut käytössään sama hevonen kymmenen vuotta, joten hän oli ystäväystynyt hyvin kyseisen hevosen kanssa. Kaarina tuli omatoimisesti varustamaan hevosen ennen ratsastusterapian alkua ja koki sen hyvin tärkeäksi osaksi ratsastusterapiaa. Varustamisen aikana hän viettää luonnollisesti aikaa hevosen kanssa, joten ilot ja surut tulee jaettua tutun karvaisen ystävän kanssa viikoittain. Hevosen kanssa touhutessa, Kaarina käyttää näkö-, kuulo-, tunto- ja hajuaistejaan jatkuvasti itsenäisesti. Ohjaajan ei tarvitse rohkaista kokenutta ratsastusterapiassa käynyttä aistien käyttöön.



Motoristen taitojen vahvistaminen tulee osittain luonnostaan hevosen hoitamisen ja varusteiden laittamisen yhteydessä. Hevonen harjataan ja harjaamisen avulla käden hienomotoriset taidot vahvistuvat sekä liikelaajuus kasvaa. Samoin tapahtuu varusteiden laiton yhteydessä. Myös voima kasvaa hevosta varustaessa, sillä hevosen selkään tulee nostaa terapiavyö. Lisäksi hevosen kaviota puhdistettaessa kannatellaan hevosen jalkaa ja saman aikaisesti irroteetaan liat kaviosta.

Tasapainon ja kehonhallinnan lisääminen tulee parhaiten esille hevosen selässä tehtävien harjoitteiden avulla. Tällaisia harjoituksia olivat esimerkiksi serpentiiniuran ratsastaminen, jossa asiakas ohjasi hevosta vuoroin vasemmalle ja vuoroin oikealle, jotta tasapaino horjuisi. Lisäksi tehtiin pysähdyksiä tietyin väliajoin ja ravattiin eripituisia pätkiä. Nämä kaikki liikkeet vahvistavat asiakkaan tasapainoa ja kehonhallintaa.

Kaarina, jota havainnoimme, oli erittäin motivoitunut käymään ratsastusterapiassa. Oman hyvinvoinnin lisääntyminen tallilla ja ratsastusterapiassa, motivoi Kaarinaa tulemaan yhä uudelleen. Lisäksi kiintyminen tuttuun hevosystävään luo lisämotivaatiota. Ratsastusterapiassa ansiosta Kaarinan olo on helpottunut monella eri tapaa, mikä luo motivaatiota jatkaa ratsastusterapiaa. Lisäksi Kaarina on tutustunut tallilla uusiin ihmisiin, joten sosiaaliset suhteet ja kuuluminen talliyhteisöön luovat myös motivaatiota käydä tallilla.

### **5.2.2 Sosiaalipedagoginen hevostoiminta**

Opinnäytetyössämme päädyimme havainnoimaan sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa toiminnallisuutta, yhteisöllisyyttä, elämyksellisyyttä ja dialogisuutta. Asiakasryhmänä havainnoinnissa oli erityistä tukea tarvitsevien psyykkisesti oireilevien nuorten naisten ryhmä.

Havainnoidessa toiminnallisuutta huomioimme, että itse sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta suurin osa on muuta kuin itse ratsastusta. Toimintaan kuului hevosen haku laitumelta, harjaaminen, kavioiden puhdistus, valmiiksi laittaminen eli satuloiminen ja suitsien laittaminen. Toiminnasta noin 1/3 oli ratsastusta. Kaikki toimintaan osallistuneet eivät halunneet tai uskaltaneet rat-

sastaa, joten he taluttivat hevosia maneesissa. Koska asiakkaat olivat psyykkisesti sairaita, oli heillä keskittymisessä haasteita ja vaikka he olivatkin kehittyneet ohjaajien mukaan taidoissa huomattavasti, tarvitsivat he runsaasti ohjeita sekä valvontaa, jotta tarvittavat tehtävät tuli hoidettua loppuun asti. Kuitenkaan odottamiseen ja paikallaan seisomiseen ei toiminnassa ollut aikaa, eikä siihen annettu mahdollisuutta, vaan toiminta oli koko tallilla olo ajan tehokasta.

Sosiaalipedagogisen toiminnan ohjaaja Susanna Gråsten kertoi, että viitekehystenä toiminnassa on ympäristö, tekeminen yhdessä ohjaajien ja muun tallin väen kanssa, samanlaisuus sekä yhdenvertaisuus suhteessa muihin. Toiminnan yhteisöllisyys koostui yhdessä tekemisestä ja tapahtumapaikkana toimii ”tavallinen talli”, tavallisten nuorten keskuudessa. Toisten auttamisella oli iso merkitys toiminnassa. Suhde ohjaajaan oli lämmin ja luottavainen ja siihen kuuluikin halaukset toiminnan alkaessa ja kuulumisten kertominen. Asiakkaiden suhde hevosiin vaihteli. Osa asiakkaista tunnisti hevosen eleitä ja osasi vastata niihin. Osalla kontakti hevoseen oli kömpelöä ja ohjaaja joutui ohjaamaan ja sanoittamaan toimintaa.

Elämyksellisyyttä toimintaan toi talliympäristö, sillä nämä nuoret mielellään viettäisivät aikaa sisätiloissa, omissa oloissaan, joten talliympäristö ja toiminta itsessään tarjosivat elämyksellisyyttä. Tunteet olivat vahvasti esillä toiminnassa. Asiakkaat toivat selvästi esiin pelkoa muun muassa hevosen selkään nousussa. Kuitenkin pelko lievittyi selkään nousun jälkeen ja muuttui myöhemmin ylpeydeksi ja tyytyväisyydeksi. Harjatessaan hevosta, eräs asiakas kertoi, että hevonen on levoton koska hänellä on paha mieli ja että hevonen tunnistaa hänen tunteensa. Hän myös kertoi, ettei hevosen kanssa toimiminen on poistanut hänen pahaan oloaan. Ohjaajalla sekä asiakkaiden omilla ohjaajilla oli suuri työ kannustaa ja rohkaista näitä nuoria naisia toimimaan sekä voittamaan sen hetkinen tunnetilan eli pelko.

Toiminnassa dialogisuus oli toimivaa ja siihen kuului paljon suoria ohjeita, joiden tehtävänä oli saada asiakkaat toimimaan, sillä aloitekyky ja oman toiminnan ohjaus olivat heillä sairaudesta johtuen puutteellista. Ohjeiden mukaisesti asiakkaat toimivat hienosti ja osasivat selvästi tehdä vaaditut asiat. He myös kysyivät tarvittaessa neuvoa. Hevosen kanssa dialogisuudessa asiakkailla oli

haasteita. He eivät pystyneet siihen sairaudestaan johtuen. He eivät myöskään pitäneet tallin tuoksusta vaan useasti toivat esille, ettei se ollut mieluisen.

Eräs asiakkaista oli epävarma ja vetäytyvä. Ohjaaja sai hänet kuitenkin mukaan hevosen harjaamiseen. Nuoren harjatessa hevosta ohjaaja sanoitti hevosen tunnetiloja, ohjasi harjaamaan pitkin vedoin, josta hevonen pitää. Asiakas lähti toimintaan mukaan, rentoutui ja alkoi hymyillä tullen pois arasta kuorestaan ja lopputunnista myös osallistui ratsastamiseen, josta oli tallille tullessaan kieltäytynyt.

Ensimmäinen havainnointikertamme oli hieman sekava, sillä asiakkaiden omat ohjaajat eivät olleet muistaneet ilmoittaa kaikkien tulosta. Tämän vuoksi tallilta ei ollut varauduttu niin moneen asiakkaaseen, eikä näin ollen ollut avustajia paikalla. Yleensä hevoset olivat jo valmiiksi haettuna talliin. Epävarma ja sekava tilanne toimi kuitenkin nuorille opetustilanteena ja harjoitteena, kuinka sietää ja selviytyä sellaisista tilanteista. Toisella havainnointikerralla tilanne oli kuitenkin toinen ja paikalla oli riittävästi avustajia, joten toiminta eteni jouhevasti.

### **5.2.3 Erityisratsastus**

Ensimmäisellä havainnointikerralla erityisratsastukseen tulleita ratsastajia oli kolme. Kaikkia hevosia ei tarvinnut varustaa, sillä ne olivat valmiita edellisten ratsastajien maastolenkin jäljiltä. Vain yksi hevonen tuli tallista ja sen oli varustanut tallityttö. Ratsastuksen jälkeen asiakkaat hoitivat hevoset pois. Toisella havainnointikerralla ratsastajia oli neljä, joille tallitytöt laittoivat hevoset valmiiksi. Ratsastuksen jälkeen hevoset jatkoivat seuraavalle tunnille. Erityisratsastuksessa oltiin hyvin lähellä normaalia ratsastuskoulutoimintaa ja silloin hevosen varustaminen ja poisottaminen eivät välttämättä aina kuulu toimintaan, vaan keskitytään itse ratsastamiseen.

Havainnoidessamme erityisratsastusta huomasimme, että ohjaajan ohjeet olivat pääosin suoria ja niitä tuli jatkuvasti, koska ilman ohjaajan ohjeita toiminta ei olisi edennyt. Kyseessä oli myös asiakkaiden turvallisuus, joten ohjeiden

noudattaminen oli ehdotonta. Ohjeita annettiin myös huomioiden jokaisen yksilöllinen taitotaso ja näin mahdollistettiin jokaisen ratsastustaitojen kehittymisen.

Avustajia oli mukana kaksi. Avustajat tulivat asiakkaiden mukana, eivätkä tallin puolesta ja olivat näin ollen hyvin tuttuja asiakkaille. Lisäksi kyseiset avustajat olivat tuoneet jo vuosia asiakkaita erityisratsastukseen, joten hevosten kanssa avustaminen oli heille tuttua. Varusteina käytettiin hevosilla normaalia varustusta (satula ja suitset), mutta yhdellä ratsulla oli vikellysvyö, joka laitettiin asiakkaan tasapainon parantamisen vuoksi. Muuten varusteet olivat samanlaiset, kuin kellä tahansa ratsastajalla.

Esteettömyys huomioitiin tallilla siten, että lähes jokaiseen paikkaan pystyi tulemaan esimerkiksi pyörätuolilla. Tallilla oli kaksi ramppia, jonka avulla ratsastaja pääsi hevosen selkään helposti -rajoitteistaan huolimatta. Lisäksi hevoselle oli mahdollista laittaa terapia-/vikellysvyö, jota käytetäänkin hyvin usein asiakkailla normaalin satulan sijasta.

Elämyksellisyys näkyi mielestämme onnistumisina ja oman itsensä voittamisena. Ratsastaja saattoi muun muassa uskaltaa mennä ennalta tuntemattomalla hevosella ravia tai sai itsepäisen hevosen kääntymään haluamaansa suuntaan hevosen vastusteluista huolimatta. Elämyksellisyyttä oli myös toisen havaintokerran alussa tehty pieni maastolenkki, jonka aikana ohjaaja sanoitti asiakkaille talvisen ympäristön kauneutta.

Kunnon kohotus tapahtuu touhutessa hevosten kanssa ja tietenkin ratsastessa. Osa asiakkaista, jota havainnoimme, olivat jo niin taitavia, että pystyivät ratsastamaan itsenäisesti ilman avustajaa. Ohjeita annettiin kuitenkin jatkuvasti, jotta myös taidot kehittyvät hevosen käsittelyssä ja hevosen hallinnassa kerta kerralta. Etenkin ravaaminen ja hevosen hallitseminen selästä käsin kasvattaa asiakkaan kuntoa. Asiakkaan kehonhallinta ja tasapaino tulee olla tässä vaiheessa jo sen verran hyvä, että siihen ylipäätään pystyy. Lähtökohteisesti tunnin aikana jokainen teki yksilöllisen taitotasonsa mukaisesti annettuja tehtäviä ja harjoituksia.

#### 5.2.4 Erot ja yhtäläisyydet

Selkein ero, jota havainnoidessamme huomasimme, oli asiakkaiden määrä. Ratsastusterapiassa asiakkaita oli vain yksi kerrallaan, kun taas sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa ja erityisratsastuksessa asiakkaita oli useita.

Varusteiden ja välineiden käytössä oli jokseenkin eroja eri toimintojen välillä. Ratsastusterapiassa hevosen varusteissa oli terapiavyö ja ramppi, jonka avulla pyörätuolissa istuva Kaarina saatiin hevosen selkään. Nämä olivat välttämättömiä apuvälineitä. Erityisratsastuksessa vain yksi asiakas käytti vikellys-/terapiavyötä, mutta muut ratsastajat käyttivät satulaa. Tämäkin asiakas oli aikaisemmin ratsastanut satulan kanssa, mutta tasapainon parantamisen vuoksi hän käytti ajoittain vikellys-/terapiavyötä. Erityisratsastuksessa olevat asiakkaat pääsivät kaikki ilman ramppia hevosen selkään. Selkään nousussa apuna käytettiin ainoastaan jakkaraa, joka oli kuitenkin hieman rikki. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan asiakkaat käyttivät kaikki vikellys/terapiavyötä. Kaikki asiakkaat nousivat hevosen selkään rampilta, vaikka asiakkaat olivat sen kuntoisia, että pystyivät kävelemään, toisin kuin ratsastusterapian asiakas.

Jokaisessa toiminnassa hevosen merkitys oli suuri. Ilman hevosta, toiminta ei olisi ollut samanlaista, kuin mitä se nyt oli. Hevonen oli motivaattori, jonka ympärille kaikki toiminta rakentui. Jokaiseen toimintaan kuului ratsastaminen ja hevosten hoitaminen. Kuitenkin hevosen varustaminen ja hoitaminen olivat suuremmassa roolissa sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa ja ratsastusterapiassa, kuin erityisratsastuksessa.

Avustajien käyttö oli suurinta sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa. Lähes poikkeuksetta jokaisella asiakkaalla oli avustaja. Avustaja oli joko toinen asiakas, tallin toimintaan kuuluva henkilö tai asiakkaan mukana tullut avustaja. Erityisratsastuksessa avustajat pääosin auttoivat vain tarvittaessa hevosen varustamisessa ja hevosen selkään nousussa. Asiakkaat, jotka kävivät erityisratsastuksessa, olivat fyysiseltä kunnoltaan ja ratsastustaitotasoltaan jo sen verran hyviä, että pärjäsivät ilman avustajia/taluttajia maneesissa. Myös ratsastusterapian asiakas Kaarina, oli jo niin kokenut, että sai varustettua hevosensa

pääasiassa täysin itse. Kaarina ei myöskään tarvinnut avustusta muussa, kuin hevosen selkään pääsyssä ja poistuessa sieltä.

Yhtäläisyytenä havaitsimme, että jokaisessa toiminnossa pyrittiin parantamaan ratsastajan tasapainoa ja kehonhallintaa erilaisilla harjoituksilla. Apuvälineinä käytettiin muun muassa maahan laitettavia tötteröitä, joita pujoteltiin, tai maapuomeja, jotka ylitettiin. Myös jokaisessa toiminnossa näkyi asiakkaan ratsastustaitotason kehittäminen. Toiminnoissa oli eritasoisia ratsastajia ja jokainen suoritti tehtävät oman taitotasonsa mukaan, kuitenkin niin, että ne olivat tarpeeksi haastavia jokaiselle, mikä mahdollisti ratsastustaitojen kehittämisen. Vaikka ratsastustaitojen kehittäminen ei ole kaikissa toiminnoissa pääasiana, kehittyvät taidot toiminnassa ratsastaessa, etenkin heillä, jotka ovat käyneet jo pitkään ratsastusterapiassa, sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa tai erityisratsastuksessa.

Ohjaajien ohjeet olivat jokaisessa toiminnassa tärkeitä. Toiminnan turvallisuuden takaamiseksi on tärkeää, että asiakkaat noudattavat ohjaajien ohjeita. Ohjeet ovat pääasiassa suoria, jotta asiakkaat osaavat toimia, niin kuin kuuluu ja näin ollen saavat parhaimman hyödyn itse toiminnasta.

Hyvä ilmapiiri tallilla ja muut eläimet, jotka asuvat Teittilän tallilla ilahduttivat eri toiminnoissa olevia. Etenkin talliympäristö ja talli-ilmapiiri vaikuttivat kaikkiin positiivisesti. Jokainen asiakas tunsi, että he voivat kysyä apua kaikilta tallilla olevilta saaden myös apua. Hyvä talli-ilmapiiri näkyi myös siinä, että kukaan ei katsonut ketään ikävästi ja jokainen asiakas tunsi olleensa tervetullut tallille.

## **6 ERI TOIMINTOJEN MERKITYS ASIAKKAILLE**

Kaikille asiakkaille merkitykselliseksi muodostui suhde hevoseen ja toiminnan ohjaajaan. Talliympäristössä merkityksellistä oli itse tallin lisäksi muut eläimet ja ympäröivät ihmiset. Vuorovaikutus hevosen kanssa oli kaikille tärkeää. Merkitystä oli myös toiminnan tuomalla hyvinvoinnilla. Itse ratsastamisella oli kaikille suuri merkitys, tosin eri syistä. Kaarina sai toiminnastaan paljon fyysistä hyvinvointia ja toimintaa ohjaakin tavoitteet, jotka olivat osa hänen kuntoutus-

suunnitelmaansa. Toiminnan turvin hän pärjää paremmin arjessaan. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan asiakkaiden ja osittain myös erityisratsastusasiakkaiden toiminnastaan saatu merkitys ja hyöty olivat enemmän psyykkistä ja sosiaalista kuin fyysistä.

*Haluan ratsastaa ja tykkään hevosista.* (Erityisratsastuksen asiakas)

*Oon halunnu ratsastaa jo lapsena ja nyt täysi-ikäisenä mahdollisuus tähän on toteutunut.* (Erityisratsastuksen asiakas)

*Tää on yhteistyötä hevosen kanssa, joten tää ei oo pelkkää urheilua.* (Erityisratsastuksen asiakas)

Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ja erityisratsastuksen asiakkaiden terveydentilasta johtuen, he eivät kyenneet itse tulkitsemaan toiminnan merkitystä ja siitä saamiaan hyötyjä. Heille tuotti vaikeuksia haastattelumme kysymykset ja vastauksia saimme vain johdattelulla keskustelua ja antamalla vastausvaihtoehtoja. Tästä johtuen kysymyksiimme oman toiminnan piirteistä, vuorovaikutuksesta, luonnon merkityksestä ja siirtovaikutuksista emme juuri-kaan saaneet vastauksia. Kuitenkin heidän kaikkien omat ohjaajat kertoivat heidän ratsastustaitojen, tasapainon, varmuuden ja hevostaitojen lisääntyneen.

Sosiaalipedagoginen nuorten naisten hevostoimintaryhmä oli käynyt tallilla reilun vuoden verran. Erityisratsastuksen ryhmässä oli jo pidempään, vuosia harrastanut ryhmäläinen sekä pari vuotta toiminnassa mukana olleita. Heillä ryhmäläiset saattavat vaihtua viikoittain, pyrkimyksenä oli kuitenkin pitää perusryhmä lähes samana. Kaarina oli käynyt toiminnassaan jo 14 vuotta ja sanoi jatkavansa edelleen. Kaikilla oli halu jatkaa toiminnassaan. Sosiaalipedagogisessa ryhmässä asiakkaiden motivaatio ja terveys eivät aina salli osallistumista, mutta ohjaajien mukaan hevostoiminta on osa arkea ja asiakkaita pyritään kannustamaan, jotta säännöllinen toimintaan osallistuminen onnistuisi.

Merkitystä oli myös toiminnan tuomalla hyvinvoinnilla. Siinä missä ratsastusterapia antaa tasapainoa, rentouttaa lihaksia ja parantaa fyysistä hyvinvointia, erityisratsastus ja sosiaalipedagoginen hevostoiminta antavat asiakkailleen

fyysisen kunnon lisääntymisen myötä päivään rytmiä, onnistumisen kokemuksia ja ulkoilun myötä parempaa unenlaatua.

*Ratsastusterapian avulla jaksaa paremmin fyysisesti ja psyykkisesti, kun saa ladata akut.” (Kaarina)*

*Ratsastusterapia antaa mielenvirkeyttä, fyysistä kuntoa ja ryhtiä. (Kaarina)*

*Ratsastusterapiassa saa haastaa itsensä esimerkiksi rankan maastolenkin jaksaminen, tulee tunne, että yes (Kaarina)*

Luonnon merkitys korostui voimakkaimmin Kaarinalla. Liikuntarajoittuneisuudesta johtuen ainoa mahdollisuus päästä luontoon ja metsään on hevosen selästä käsin. Tämän vuoksi hänelle maastoon pääseminen oli erittäin merkityksellistä ja tärkeää.

*Keväällä voi katsoa, kun mustikat kukkii ja ylipäätään metsän tuoksu on tärkeää. (Kaarina)*

*Täällä hyödynnetään paljon luontoa, kun lumet sulaa, niin heti lähetään maastoon. (Kaarina)*

Merkitykselliseksi ja elämykselliseksi toiminnaksi Teittilän tallilla on muodostunut joka syksyinen Horse Show, johon on mahdollista osallistua lähes kaikkien tallin toimintaan osallistuvien asiakkaiden ja ryhmien. Tämä esityksen suunnittelu, valmistelu ja harjoittelu luovat Teittilän tallin asiakkaisiin ja ohjaajiin vahvaa yhteisöllisyyden tunnetta. Jokainen tallilainen osallistuu esityksen suunnitteluun ja sen toteutukseen. Tällä syksyisellä Horse Showlla on suuri merkitys myös ratsastusterapian asiakkaan Kaarinan elämässä ja hän kertookin siitä mielellään. Pitkän ratsastusterapia- taustansa vuoksi hän on päässyt osallistumaan esitykseen jo useana vuonna. Myös tallin omistaja Päivi kertoo mielellään tästä tallin jokasyksyisestä perinteestä, jolla on suuri rooli tallin toiminnassa.



## 7 POHDINTA

### 7.1 Tulosten tarkastelu

Opinnäytetyön tuloksia tarkastellessa, voi tulla siihen päätelmään, että sosiaalipedagoginen hevostoiminta, ratsastusterapia ja erityisratsastus eroavat toisistaan muun muassa ohjaajan koulutuksen myötä, mikä antaa viitekehyksen itse toiminnalle. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta ja ratsastusterapia pohjaa asiakkaalle tehtyihin tavoitteisiin, joissa itse ratsastuksen oppimisella ei ole merkitystä toiminnassa, vaan ratsastamisella ja tallitoiminnalla tavoitellaan fyysisistä, psyykkistä ja sosiaalista kuntoutumista. Erityisratsastuksen tavoitteena on mahdollistaa itse ratsastusharrastus kaikenlaisille ratsastajille.

Lähestymistapa ratsastusterapiassa on useimmiten yksilöstä lähtevää ja siinä korostetaan hevosen sekä ihmisen vuorovaikutusta. Ratsastusterapiassa terapeutti, asiakas ja hevonen muodostavat keskiön joiden vuorovaikutuksessa mahdollistuvat positiiviset psyykkiset ja fyysiset kuntouttavat vaikutukset. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa puolestaan korostetaan edellä mainittujen lisäksi yhteisöllisiä tekijöitä, joita ovat talliyhteisön kasvattava ja kuntouttava merkitys. (Hämäläinen & Koistinen 2007, 17.) Nämä elementit olivat huomattavissa myös opinnäytetyömme havainnoinneissa. Ratsastusterapiassa oli vain yksi asiakas kerrallaan, toisin kuin sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa, jossa asiakkaita oli useita. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa toimittiin ryhmässä ja autettiin toisia, mikä nouseekin esille toiminnan viitekehystä.

Kaikkiin toimintoihin linkittyy vahvasti Green Care hevosten, tallin ja ympäröivän luonnon johdosta. Luonnossa toimiminen lisää usein toiminnan vaikuttavuutta (Green Care laatutyökirja 2017, 10). Luonnon merkitys korostuikin voimakkaasti ratsastusterapiassa käyvän Kaarinan haastattelussa, sillä ratsastusterapian myötä hänelle mahdollistui luontoon pääseminen, mikä ilman hevosta ja ratsastusterapiaa on lähes mahdotonta.

Haastatteluissa ilmeni myös haasteet Kelan toimintojen hyväksymisessä, sillä Kela ei korvaa sosiaalipedagogista hevostoimintaa, kuten ratsastusterapiaa,

jonne on siten hyvin pitkät jonot. Osa ratsastusterapian asiakkaista hyötyisi nimenaan sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta, joka korostaa ratsastusterapian tavoin myös asiakkaan psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia.

Tutkimustuloksissa näkyi asiakkaiden toiminnastaan saama niin fyysinen, psyykkinen kuin sosiaalinen hyöty sekä hyvinvointi arjessa ja ilo. Toiminnoissa käytetyt erikokoiset hevoset ja vuorovaikutus niiden kanssa oli suuressa merkityksessä asiakkaiden saamalle hyvinvoinnille. Itse toiminnoissa käytettyjen hevosten kriteereissä nousi eniten esiin hevosen psyyke, jonka tuli kestää erilaisia ratsastajia ja joskus vääränlaisia, jopa ristiriitaisia apuja ja ohjeita. Tärkeäksi kriteeriksi nousi myös hevosen terveys, sillä vain terve ja hyvinvoiva hevonen voi tuottaa hyvinvointia asiakkaalle. Hevosen tuli myös tarvittaessa osata toimia ääniavuilla, sillä kaikilla ratsastajilla ei ollut mahdollisuutta käyttää ratsastamisessa jalkojaan. Myös hevosen liikkeellä oli merkitystä, mutta vain ratsastusterapiassa. Ohjaajien hevostuntemuksella oli merkitystä kaikissa eri toimintamuodoissa ja ohjaajan tulikin osata lukea hevosta erityisen hyvin.

Vaikka kaikki asiakkaat eivät osanneet kysymyksiimme vastata siitä, mikä merkitys toiminnalla heille oli, oli silminnähtävää se ilo, energisyys ja yhteisöllisyys, jota he toiminnasta ja hevosista saivat. Suuren vaikutuksen teki ratsastusterapia, jonka asiakas saa toiminnasta niin paljon apua oman terveytensä ylläpitämiseen, että pärjää ilman lääkkeitä, joita hän tarvitsisi, ellei kävisi ratsastusterapiassa.

Havainnoidessamme erityisratsastajien nousua hevosen selkään, huomasimme että osa ratsastajista käytti rikkiäistä jakkaraa. Jakkara kuitenkin kesti selkään nousun, eikä aiheuttanut vaaratilannetta. Ajattelemmekin sen kuitenkin turvallisuusriskiksi. Meille heräsikin tästä kysymys, miksi ulkona olevaa rampia ei käytetty selkään nousun apuna tuolin sijaan?

Toinen mieltämme askarruttanut asia oli sosiaalipedagogisen toiminnan aikana esiin tullut havainto. Yksi ratsastajista oli innokkaasti menossa ratsastamaan, kunnes koitti hevosen selkään menon aika. Rampille päästyään, hän kuitenkin päätti, ettei uskallakaan ratsastaa. Ohjaajien rohkaisuista huolimatta, asiakas ei halunnut nousta selkään. Tämä toistui molemmilla havainnointiker-

roilla. Ensimmäisellä kerralla asiakas meni auttamaan maasta käsin muita asiakkaita ja osallistui tätä kautta toimintaan, vaikka ei itse halunnutkaan ratsastaa. Toisella kerralla yksi asiakkaan oma ohjaaja kuitenkin ”jyräsi” toiminnan ohjaajan ja sanoi asiakkaalle, että jos hän ei nouse selkään, hän joutuu autoon istumaan. Asiakas ei tästä huolimatta halunnut ratsastaa, vaan seiso ja katsoi koko toiminnan ajan katsomosta, kun muut ratsastivat. Mielestämme tässä kohtaan olisi voitu toimia toisin.

Tilanteessa olisi asiakkaan voinut antaa osallistua toimintaan haluamallaan tavalla. Mietimme, että tällaisten tilanteiden ehkäisemiseksi olisi hyvä kertoa tarkemmin asiakkaiden omille ohjaajille, mistä toiminnassa on kyse ja selittää, että toimintaan voi osallistua myös, jos ei halua ratsastaa. Tällä tavoin asiakas saa toiminnastaan johon osallistuu, mahdollisimman paljon irti, vaikka ei tekisi-kään kaikkea mitä muut tekevät. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa korostetaan yhteisön merkitystä ja yhteisöllistä oppimista, eikä se ole vain ratsastamista, vaan monenlaista puuhaa tallilla (Hämäläinen & Koistinen 2007, 17).

## **7.2 Johtopäätökset**

Opinnäytetyössä haimme vastausta pääkysymykseen, mitkä ovat ratsastusterapian, sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ja erityisratsastuksen erot ja yhtäläisyydet. Lisäksi haimme vastausta pääkysymystä tarkentaviin alakysymyksiin, joita olivat seuraavat: miten ohjaajat näkevät toimintamuotojen erot ja yhtäläisyydet, miten eri toimintamuotojen erot näyttäytyvät käytännössä sekä kysymykseen, millainen merkitys toiminnoilla on asiakkaille? Vastauksia kysymyksiimme eri toimintamuuodoista haimme teoriasta, joista kerroimme teoriaosuudessa sekä havainnoimalla eri toimintamuotojen ryhmiä ja haastatteleamalla ohjaajia sekä asiakkaita.

Tutkimuskysymykseemme siitä, kuinka ohjaajat ajattelevat eri toimintojen erot käytännössä, saimme vastaukseksi ohjaajien toimintoihin saaman koulutuksen sekä aiemman pohjakoulutuksen, joka antaa viitekehyksen toiminnalle. Lisäksi eroina toiminnoissa oli toiminnan tavoitteellisuus, joka korostui sosiaali-

pedagogisessa hevostoiminnassa ja ratsastusterapiassa, kun taas erityisratsastuksessa tavoitteena oli mahdollistaa itse ratsastusharrastus erityisratsastajille.

Toimintojen yhtäläisyyksistä ohjaajat nostivat esiin toiminnassa käytetyn eläimen, toimintojen linkittymisen toiseen Green Careen, toimintojen sekoittumisen keskenään ja mahdollisuuden siirtyä toiminnosta, esimerkiksi ratsastusterapiasta ja sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta toimintojen tavoitteiden täytyttyä erityisratsastukseen. Tutkimusta tehdessämme huomasimme, että asiakkaille esittämämme kysymys toimintojen merkityksestä oli haastava heidän sairauksiensa takia ja näin ollen asiakkaiden kohdalla havainnointi toimi luotettavampana aineiston keruumenetelmänä, lukuun ottamatta ratsastusterapian asiakasta Kaarinaa.

Tutkimuksessa ilmeni asiakkaiden toimintamuodoista saama rytmi arkeen. Orava (2010) kirjoittaaakin tutkimuksessaan sosiaalipedagogisen hevostoiminnan keskipisteenä olevan hevosen hyvinvoinnin ylläpitäminen, jossa tärkeää on puhtaus, ravinto, liikunta sekä riittävä lepo. Hevosesta ja sen perustarpeista huolehtimalla, asiakkaiden on mahdollista harjoitella näitä myös meille ihmisille tärkeitä arjen asioita, joista hyvinvointimme koostuu. (Orava 2010, 6.) Tutkimuksissa myös ilmeni asiakkaiden fyysisen kunnon parantuminen, terveyden ylläpitäminen, ratsastus ja hevostaitojen lisääntyminen. Lisäksi asiakkaat saivat tunteen yhteisöllisyydestä ja osallisuudesta, joka toteutui tallille tullessa ja siellä yhdessä toimiessa. Myös luonnon merkityksen korostuminen sekä itsensä voittaminen pelottavissakin tilanteissa näkyi tutkimuksessamme. Asiakkaille joita havainnoimme ja haastattelimme, oli kyseisistä eri toimintamuodoista, niin fyysistä, psyykkistä, kuin sosiaalistakin hyötyä ja nämä eri toimintamuodot toimivatkin osana heidän kuntoutustaan ja hyvinvoivaa arkea.

### **7.3 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus**

Ihmisiin kohdistuvassa tutkimuksessa edellytetään tutkijalta hyvän tutkimuskäytännön noudattamista, sillä ensisijaisesti tulee huomioida tutkittavan itsemääräämisoikeuden ja ihmisarvon kunnioittaminen. Kun tutkija käyttää tiedonkeruumenetelmiä, jotka ovat hyvin standardoitu, pystytään tutkimusasetelman

eettiset ongelmakohdat ratkaisemaan tai ennakoimaan. Vapaamuotoisessa tiedon hankintatavassa tutkittavan ja tutkijan suhde on epämuodollisempi. Siitä seuraa se, että tutkijalle itselleen tulee suurempi moraalinen vastuu ratkaista tutkimuksen eettiset kysymykset. Seuraukset, joita tutkimus mahdollisesti tutkittavalle aiheuttaa, jäävät siis tutkijan vastuulle. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Aineistonkeruuta varten kysyimme jokaiselta haastateltavalta ja havainnoitavalta asiakkaalta kirjallisesti luvan. Osa asiakkaista käytti lupalapun myös kotona, jossa he yhdessä kävivät vanhempiensa kanssa sen läpi. Valitsimme yhdessä opinnäytetyömme toimeksiantajan kanssa asiakasryhmät, sillä perusteita, että saisimme mahdollisimman paljon tietoa opinnäytetyömme tutkimuskysymyksiin. Asiakkaat valikoituivat myös iän perusteella, jotta lupa-asiat hoituisivat mahdollisimman helposti. Kaikki asiakkaat yhtä asiakasta lukuun ottamatta olivat täysi-ikäisiä. Asiakkaat pysyvät anonyymeinä ratsastusterapian asiakasta, Kaarinaa lukuun ottamatta, joka antoi luvan kertoa nimensä ja julkaista muutaman kuvan opinnäytetyössämme. Kuvia käytämme opinnäytetyön esityksen PowerPointissa. Tulokset kirjoitettiin siten, että asiakkaat, joiden henkilöllisyyttä ei saa julkaista, ei voida tunnistaa.

Lähtökohtana laadullisessa tutkimuksessa on tutkijan avoin subjektiviteetti. On myös ymmärrettävä, että tutkija on itse oman tutkimuksensa keskeinen tutkimusväline. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa tärkein luotettavuuden kriteeri on tutkija itse. Tästä seuraakin se, että luotettavuuden arviointi koskee koko tutkimusprosessia. (Eskola & Suoranta 1998, 211–212.) Pohdimme, että on hyödyksi opinnäytetyön tuloksia ajatellen, että toisella meistä on vahva hevostausta ja toisella ei juuri lainkaan hevostaustaa. Näin saamme kaksi erilaista näkemystä tulosten tarkasteluun, mikä näin ollen parantaa tulosten luotettavuutta niin havainnointi-, kuin haastattelutulostenkin osalta.

Havainnoimalla enemmän kuin kerran pyritään varmistamaan käytetyn aineistonkeruumenetelmän tarkkuus. Haastattelututkimuksessa samaa asiaa voi kysyä eri muodoissa. Lisäksi havainnoidessa eri aikoina varmistetaan, että kyseessä on pysyvä ilmiö. Usean havainnoitsijan käyttäminen varmistaa tutkimuksen objektiivisuutta. Myös kahden toisiaan tukevan menetelmän tai kah-

den havainnoitsijan käyttö voi mahdollisesti parantaa tutkimuskohteen kuvausta. (Eskola & Suoranta 1998, 214 – 215.) Opinnäytetyössämme pyrimme kertomaan kaikki havainto- ja haastattelutulokset mahdollisimman tarkkaan. Näin tulokset ovat mahdollisimman luotettavat.

Mielestämme opinnäytetyön tuloksia ei voi kuitenkaan yleistää. Emme ole tietoisia siitä, toimitaanko jokaisella näitä toimintamuotoja tarjoavilla talleilla samalla tavalla. Emme myöskään tiedä sitä, eroaako toimintojen sisällöt ja toimintatavat erityisratsastuksessa, sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa tai ratsastusterapiassa muualla. Teimme tämän opinnäytetyön Teittilän Tallilla ja olemme tutkineet toimintoja ja niiden sisältöjä vain kyseisellä tallilla. Tässä opinnäytetyössä raportoimme saamiamme tuloksia siten, kuinka ne näyttäytyivät juuri nimenomaan tällä edellä mainitulla tallilla.

#### **7.4 Jatkotutkimusehdotukset**

Mielestämme olisi hyvä saada menetelmällisesti laadukasta tutkimusta lisää eri toimintojen vaikuttavuudesta eri asiakasryhmillä. Opinnäytetyössämme havainnoimme sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ja ratsastusterapian yhtäläisistä toiminnan tavoitteista liittyen sosiaaliseen ja psyykkiseen kuntoutukseen. Kuitenkaan Kela ei korvaa sosiaalipedagogista hevostoimintaa, vaikkakin kyseinen toimintamuoto nimenomaan pohjautuu syrjäytymisen ehkäisyyn sekä sosiaaliseen ja psyykkiseen hyvinvointiin ja sen lisäämiseen erilaisilla asiakkailla.

Ratsastusterapiaan, jota Kelan korvaa, ohjautuu paljon asiakkaita, joilla on muun muassa psyykkistä ongelmaa ja jotka näin ollen voisivat hyötyä myös sosiaalipedagogisen hevostoiminnan tarjoamista tavoitteista. Molemmilla toimintamuodoilla oli selkeä merkitys asiakkailleen ja tätä asiakkaiden toiminnasta saamaa merkitystä olisi hyvä tutkia lisää ja pohtia ohjautuuko oikeat asiakkaat oikeaan toimintaan ja kuinka myös sosiaalipedagoginen hevostoiminta saataisiin Kelan korvattavaksi. Kela ei korvaa kaikkien ratsastusterapeuttien antamaa kuntoutusta. Ratsastusterapeutin tulee olla aiemmalta koulutukseltaan, joko fysioterapeutti tai toimintaterapeutti (Kelán avoterapiastandardi 2015, 29).

Olisi myös hyvä saada tutkimustuloksia siitä, miten eri pohjakoulutukset ratsastusterapeutin koulutuksen lisäksi vaikuttavat kuntoutukseen ja kuntoutuksen laatuun, esimerkkejä koulutuksista on sosionomi-, sairaanhoitaja-, psykologi-, tai sosiaalityönkoulutus. Näillä tutkimustuloksilla mahdollistettaisiin kuntoutuksen kehittäminen, tasa-arvoisesti kuntoutukseen pääseminen. Mikäli Kela korvaisi myös muiden kuin fysio- tai toimintaterapeutin pohjakoulutuksen käyneiden ratsastusterapeuttien toimintaa, mahdollistaisi se ratsastusterapeuttien lisääntymisen ja sitä kautta paremman saatavuuden asiakkaille.

Opinnäytetyössämme ilmeni myös toimintamuotojen sekoittuminen. Olisimme kiinnostuneita saamaan lisää tietoa siitä, kuinka eri toimintamuodot voivat tehdä jatkossakin yhteistyötä. Tämä kuitenkin edellyttäisi sitä, että samalla tällä olisi erilaisia toimintoja, jotta yhteistyö onnistuisi.

Opinnäytetyössämme ilmeni ratsastusterapian tukevan asiakkaan normaalia nestetasapainoa ja toimintamuodon vähentävän turvotusta raajoissa, jolloin hän pärjäsi säännöllisen ratsastusterapian avulla ilman nesteenpoistolääkitystä. Mieltämme jäikin pohdittamaan, kuinka paljon nämä toiminnat voivat vaikuttaa asiakkaiden lääkkeiden tarpeen vähentämiseen, muun muassa nesteenpoistolääkkeiden lisäksi mielialalääkkeet, kipulääkkeet ja unilääkkeet. Olisikin siis tarve tutkimukselle, jossa tutkittaisiin tämänkaltaisten toimintojen tuomia merkittäviä fyysisiä hyötyjä.

## LÄHTEET

All, A.C., Loving, G. L. & Crane, L.L. 1999. Animals, Horseback Riding, and Implications for Rehabilitation Therapy. The Journal of Rehabilitation. Vol. 65, No 3/1999, 49-57. PDF-tiedosto. Saatavissa:

<https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1077310.pdf> [Viitattu 2.4.2018].

Berget, B. & Ihlebæk, C. s.a. Animal-Assisted Interventions; Effects on Human Mental Health - A Theoretical Framework. Norwegian University of Life Sciences, Department of Animal and Aquacultural Sciences, Research group for Nature, Health and Quality of life, Ås Norway. PDF-tiedosto. Saatavissa:

<https://cdn.intechopen.com/pdfs-wm/20973.pdf> [Viitattu 3.4.2018].

Granados, A. C. & Agís, I. F. 2011. Why Children With Special Needs Feel Better with Hippotherapy Sessions: A Conceptual Review. Journal of Alternative & Complementary Medicine. Vol. 17. No 3/2011, 191-197. PDF-tiedosto. Saatavissa: <http://bitbybittherapy.org/wpcontent/uploads/2014/11/NeedsFeel-BetterwithHippotherapySessionsAConceptualReview.pdf> [viitattu 2.4.2018].

Green Care laatutyökirja. 2017. WWW-dokumentti. Saatavissa:

[http://www.gcfinland.fi/tiedostopankki/222/Green-Care\\_laatutyokirja-28.1.2017.pdf](http://www.gcfinland.fi/tiedostopankki/222/Green-Care_laatutyokirja-28.1.2017.pdf) [Viitattu: 16.3.2018].

Eskola, J., Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Vastapaino.

Hirsijärvi, S., Hurme, H. 2000. Tutkimushaastattelu -Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, S., Remes, P., Sajavaara, P. & Sinivuori, E. 2007. Tutki ja kirjoita. 13. osin uud. laitos. Helsinki: Tammi.

Hirsjärvi, S. & Sinivuori, E. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. uud. p. Helsinki: Tammi.



Hevostoiminta. 2015. Sosiaalipedagoginen Hevostoimintayhdistys ry. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.hevostoiminta.net/> [viitattu 24.10.2017].

Hyvinvointia hevosesta – malleja hevosavusteisesta toiminnasta. 2013. Hevoset ja yhteiskunta -hanke. Videoleike. Saatavissa: <https://www.youtube.com/watch?v=jtzjrU X w8> [Viitattu 24.11.2017].

Hyvärinen, M., Nikander, P. & Ruusuvuori, J. 2017. Tutkimushaastattelun käsikirja. Tampere: Vastapaino.

Hämäläinen, J. & Koistinen, K. 2007. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta ehkäisemään lasten ja nuorten syrjäytymistä. Julkaisematon moniste. Kuopio.

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

Ikäheimo, K. 2013. Karvaterapiaa: Eläinavusteinen työskentely Suomessa. 1. p. [Helsinki]: Solution Models House.

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

Jääskeläinen, A. 2017. Toimintakykyä ja osallisuutta luontolähtöisillä menetelmillä ja palveluilla. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.la-pinamk.fi/loader.aspx?id=6f662433-7a51-478a-bece-92a79c8ed070> [viitattu 17.1.2018].

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

Kaikkonen, H., Virkkunen, V., Kajala, L., Erkkonen, J., Aarnio, M. & Korpelainen, R. 2014. Terveyttä ja hyvinvointia kansallispuistoista -Tutkimus kävijöiden kokemista vaikutuksista. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://julkaisut.metsa.fi/assets/pdf/lp/Asarja/a208.pdf> [Viitattu 10.4.2018].

Kainulainen, L. 2014. Koettu yhteisöllisyys -Tutkimus yhteisöllisyydestä koulu-  
luokassa ja nuorten arjen politiikasta nuorten yhteisöissä. Tampereen yli-  
opisto. Johtamiskorkeakoulu. Pro gradu -tutkielma. WWW-dokumentti. Saata-  
vissa: [https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/95064/GRADU-  
1394628818.pdf?sequence=1](https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/95064/GRADU-1394628818.pdf?sequence=1) [viitattu: 2.4.2018].

Kelan avoterapiastandardi. 2015. Kansaneläkelaitos. WWW-dokumentti. Saa-  
tavilla: [http://www.kela.fi/documents/10180/1453705/A\\_std\\_2015\\_paivi-  
tys\\_092014.pdf/0bdbfefd-4434-4ba0-a7b0-a44ed9b36d21](http://www.kela.fi/documents/10180/1453705/A_std_2015_paivitys_092014.pdf/0bdbfefd-4434-4ba0-a7b0-a44ed9b36d21) [viitattu:  
30.3.2018].

Kettunen, R. 2002. Kuntoutumisen mahdollisuudet. Helsinki: WSOY.

Kiviniemi, K. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa Aaltola, J. & Valli,  
R. (Toim.) 2007. Ikkunoita tutkimusmetodeihin: 2, Näkökulmia aloittelevalle  
tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. 2. korj.  
ja täyd. p. Jyväskylä: PS-Kustannus, 7.

Laitinen A., Mäki-Tuuri, S. 2014. Hevosala vaikuttaa sinunkin kunnassasi. Te-  
oksessa Laitinen, A. & Mäki-Tuuri, S. (toim.) Hevoset ja kunta – rajapintoja.

Mäenpää, H., Kela, K & Sätilä, H. Ratsastusterapia liikuntavammaisten lasten  
kuntoutuksessa. 2016. *Duodemica* 132:1279–1285. WWW-dokumentti. Saata-  
vissa: [http://www.terveysportti.fi.ezproxy.xamk.fi:2048/xme-  
dia/duo/duo13201.pdf](http://www.terveysportti.fi.ezproxy.xamk.fi:2048/xmedia/duo/duo13201.pdf). [viitattu 12.8.2017].

Orava, J. 2010. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan päämäärät ja toteutus-  
hevostoiminta ohjaajien kuvaamana. Pro Gradu tutkielma. Saatavissa:  
[https://asiakas.kotisivukone.com/files/hevostoiminta.kotisivukone.com/gr-  
dupdf.pdf](https://asiakas.kotisivukone.com/files/hevostoiminta.kotisivukone.com/gradupdf.pdf) [viitattu 19.10.2017].

Ruusuvuori, J., Tiittula, L. (Toim.) 2005. Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus.  
Teoksessa Ruusuvuori & Tiittula. Haastattelu -tutkimus, tilateet ja vuorovaiku-  
tus. Tampere: Vastapaino, 23.

Saaranen-Kauppinen, A., Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/> [viitattu:26.3.2018].

Saastamoinen, K. 2007. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan mahdollisuudet psykososiaalisen toimintakyvyn tukemisessa. Pro Gradu tutkielma. Saatavissa: [http://epublications.uef.fi/pub/urn\\_nbn\\_fi\\_uef-20090016/urn\\_nbn\\_fi\\_uef-20090016.pdf](http://epublications.uef.fi/pub/urn_nbn_fi_uef-20090016/urn_nbn_fi_uef-20090016.pdf) [viitattu: 22.10.2017].

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

Sempik, J., Hine, R. & Wilcox, D. 2010. Creen Care: A conceptual Framework. Loughborough University.

Soini, K. (toim.) 2014. Luonnosta hoivaa ja voimaa: Miten arvioida Green Care toiminnan vaikuttavuutta. Copyright: Mtt. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-487-510-3> [viitattu 22.11.2017].

Selvinen, S. 2000. Psykisiä valmiuksia ja mielen tasapainoa. Teoksessa Mattila-Rautiainen, S. (toim.) Ratsastusterapia. 15. Jyväskylä: PS-kustannus.

Selvinen, S. 2000. Ratsastusterapian kaksi vuosikymmentä Suomessa. Teoksessa Mattila-Rautiainen, S. (toim.) Ratsastusterapia. 16-18. Jyväskylä: PS-kustannus.

Somppi, T. 2014. Hevonen työvälineenä -ratsastusterapeuttien ja vanhempien kokemuksia ratsastusterapiasta. Kasvatustieteiden pro gradu -tutkielma. Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/43640/URN:NBN:fi:ju-201406051947.pdf?sequence=1> [viitattu 5.11.2017].

Sport Pieksämäki. WWW- dokumentti. 2017. Saatavilla: <http://sport.pieksamaki.fi/liikuntapaikat/hevosurheilu/teittilan-talli/> [viitattu 31.7.2017].

Suomen ratsastajainliitto. Vammaisratsastus. s.a. WWW-dokumentti. Saatavissa <http://www.ratsastus.fi/ratsastustietoa/erityisryhmat>

[viitattu 12.8.2017].

Suomen ratsastusterapeutit ry 2017. WWW-dokumentti. Saatavissa:

<http://www.suomenratsastusterapeutit.fi/ratsastusterapia/> [viitattu 31.3.2018].

Tuomi, J & Sarajärvi, A. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 2009. Helsinki: Tammi.

Tyrväinen, L., Silvennoinen H., Korpela, K. & Ylen, M. 2007. Luonnon merkitys kaupunkilaisille ja vaikutus psyykkiseen hyvinvointiin. Metlan työraportteja 52: 57–77. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.metla.fi/julkaisut/workingpapers/2007/mwp052-07.pdf> [Viitattu 10.4.2018].

Uusitalo, H. 2001. Tiede, tutkimus ja tutkielma – johdatus tutkielman maailmaan. Porvoo: WSOY.

Vehmasto, M.& Soini, K. 2014. Kohti Suomalaista Green toimintatapaa. Teoksessa Vehmasto, M. (toim.) Green Care - toimintatavan suuntaviivat Suomessa. MTT: Jokioinen.

Ypäjän Hevosopisto. 2017. WWW-dokumentti. Saatavissa: [http://www.hevosopisto.fi/fin/tapahtumat/tapahtumakalenteri/?Event\\_ID=840](http://www.hevosopisto.fi/fin/tapahtumat/tapahtumakalenteri/?Event_ID=840) [viitattu: 8.12.2017].

Ypäjä: Hippolis – Hevosalan osaamiskeskus ry. Hevoset ja yhteiskunta – hanke. 9. Mattila-Rautiainen, S. 2000. Hevosen liike ja sen biomekaniikka. Teoksessa Mattila-Rautiainen (toim.) Ratsastusterapia. 10. Jyväskylä: PS-kustannus.

## Ohjaajien haastattelu

### 1. TEEMAT

- Miten määrittelette
  - a. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan
  - b. Ratsastusterapian
  - c. Erityisratsastuksen
- Miten toiset ohjaajat näkevät eri toimintamuodot

### 2. PIIRTEET

- Miten toteutuu eri toimintamuotojen piirteet
  - a. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa: Yhteisöllisyys, toiminnallisuus, elämyksellisyys ja siirtovaikutukset
  - b. Ratsastusterapian erityiskäsitteet ja siirtovaikutus
  - c. Erityisratsastuksen erityiskäsitteet ja siirtovaikutus

### 3. LINKITTYMINEN

- Mitä Green Care on teidän miestänne
- Miten Green Care ja eläinavusteinen toiminta linkittyy eri toimintamuotojen toimintaperiaatteisiin ja ajatteluun

### 4. ELÄIN

- Eläimen merkitys eri toimintamuodoissa
- Eläimen sopivuus eri toimintamuodoissa:
  - a. Mitkä kriteerit eläimellä
  - b. kuka määrittää eläimen sopivuuden
- Miten toimii vuorovaikutus eri toimintamuodoissa
  - a. Ohjaajan ja eläimen välillä
  - b. asiakkaan ja eläimen välillä

## 5. EROT

- Miten toimintamuodot eroavat toisistaan
- Miten toimintamuotojen erot näyttäytyvät käytännössä

## Asiakkaiden haastattelu

### 1. TOIMINNAN MERKITYS

- Miksi käyt tässä toiminnassa
- Kuinka kauan olet käynyt tässä toiminnassa
- Mikä merkitys toiminnalla on sinulle

### 2. OMAN TOIMINTAMUODON PIIRTEET

- Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa
- Ratsastusterapiassa
- Erityisratsastuksessa

### 3. VUOROVAIKUTUS

- Miten omassa toimintamuodossa toimii vuorovaikutus
  - a. Eläimen kanssa
  - b. Ohjaajan kanssa
  - c. Ryhmän ja muun yhteisön kanssa

### 4. LUONNON MERKITYS

- Millainen merkitys maaseudulla, luonnolla ja muilla eläimillä on omassa toimintamuodossasi täällä Teittilän tallilla
- Hyödynnättekö toimintamuodossasi luontoa ja muita eläimiä

### 5. SIIRTOVAIKUTUS

- Onko tämä toiminta vaikuttanut muuhun elämäsi

Havainnointimatriisi

ERITYISRATSASTUS

Havainnoinnin kohde                      Määrä                      Huomiot

Muuta

Opetus -Ohjeistus -Suorat ohjeet - Epäsuorat ohjeet			
Avustajat			
Varusteet			
Esteettömyys			
Elämyksellisyys -Missä tapahtuu			
Kunnon kohotus			



## Havainnointimatriisi

## SOSIAALIPEDAGOGINEN HEVOSTOIMINTA

Havainnoinnin kohde	Määrä	Huomiot	Muuta
<b>Toiminnallisuus</b> (kunka suuri osa toiminnasta toimintaa; kuinka suuri osa muuta, kuten odottamista, ohjeiden kuuntelua jne)			
<b>Yhteisöllisyys</b> (kontakti hevoseen, ohjaajaan, muuhun talliyhteisöön)			
<b>Elämyksellisyys</b>			
Tunteiden näyttäminen			
Elämyksellisyyden esiin nostaminen			
Tunteiden nimeäminen			
Erityinen paikka			
<b>Dialogisuus, eli aito kohtaaminen</b>			
Suorat ohjeet			
Kysymykset			
Reflektointi (esim. hevosen rektioiden-			

näkyväksi tekeminen; tunteiden sanallistaminen)			
Dialogisuus hevosen kanssa (hevosen reaktiot) vrs. ihmisen toiminta			

Havainnointimatriisi

## RATSASTUSTERAPIA

Havainnoinnin kohde      Määrä      Huomiot

<b>Välineet/varusteet</b>		
<b>Tavoitteellisuus</b>		
Nimetyt tavoitteet (nimet- tiinkö tavoitteet alussa)		
Kuntoutussuunnitelman mukaisten tavoitteiden ni- meäminen		
Kehonhallintaan liittyvät asiat		
<b>Aistien käyttö</b>		
Omatoinen		
Ohjaajan rohkaisu / näky- väksi tekeminen		
<b>Motoristen taitojen vah- vistaminen</b> (Kehon hal- linta, tasapaino, voima, hienomotoriikka)		
<b>Motivaatio</b>		
Sisäinen		
Ulkoinen		
<b>Muuta</b>		

## HAASTATTELU- JA HAVAINNOINTILUPAHAKEMUS

Opiskelemme Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulussa sosionomi(AMK)-tutkintoon johtavassa koulutuksessa.

Haemme tutkimuslupaa opintoihimme kuuluvan opinnäytetyön tekemiseksi.

Opinnäytetyömme tavoitteena on tutkia erityisratsastuksen, sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ja ratsastusterapian yhtäläisyyksiä ja eroja Teittilän tallilla. Tarkoituksenamme on kerätä tutkimusaineistoa haastattelemalla ja havainnoimalla eri toiminnoissa käyviä.

Pyydämme tällä lupalomakkeella lupaa

- a) Havainnoida toimintaa, johon osallistutte ja
- b) haastatella kyseisestä toiminnasta sekä
- c) hyödyntää haastattelu- ja havainnointiaineistoa opinnäytetyömme raportoinnissa ja tulosten esittämisessä.

Valmis opinnäytetyö julkaistaan valtakunnallisessa Theseus-tietokannassa, jossa raportti on vapaasti saatavilla.

Sitoudumme noudattamaan hyviä tutkimuseettisiä periaatteita liittyen aineiston keräämiseen, säilyttämiseen ja salassapitosäännöksiin. Kerättävä aineisto on luottamuksellista. Emme mainitse nimeänne loppuraportissa, ja mahdolliset suorat lainaukset teemme tavalla, josta henkilöllisyyttänne ei voida välittömästi tunnistaa. Haastatteluaineisto on ainoastaan omassa käytössämme.

Milla Arvio ja Sanna Jääskeläinen,

Sosionomiopiskelijat

Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu

---

Haastatteluluvan myöntäminen

Minä

---

annan suostumukseni haastatteluun, havainnointiin sekä aineiston hyödyntämiseen opinnäytetyön raportoinnissa.

---