



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

OPINNÄYTETYÖ

**Eläinavusteinen työskentely kuntouttavana
työmuotona**

Koira eläinavusteisessa työskentelyssä

Annu-Riina Leppälä

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma (210 op)

5 / 2018

www.humak.fi

HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

Koulutusohjelman nimi

TIIVISTELMÄ

Työn tekijä Annu-Riina Leppälä	Sivumäärä 33 ja 3 liitesivua
Työn nimi Eläinavusteinen työskentely kuntouttavana työmuotona- Koira eläinavusteisessa työskentelyssä	
Ohjaava(t) opettaja(t) Hanna Kiuru	
Työn tilaaja ja/tai työelämäohjaaja Hali-Koira	
Tiivistelmä <p>Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, onko koira-avusteinen työskentely kuntouttavaa ja kannattaako tämän kaltaiseen palveluun tarttua. Lisäksi tavoitteena oli kartoittaa koira-avusteisen työskentelyn hyödyt, sekä tuoda ilmi työmuodon mahdollisuudet ja potentiaali kuntoutumisen edistämiseen. Nämä muodostavat opinnäytetyöni tutkimuskysymykset. Opinnäytetyö on ajankohtainen vanhustoiminnan ja syrjäytymisen ennaltaehkäisyn tärkeyden kannalta.</p> <p>Opinnäytetyön tilaajana oli Hali-Koira. Hali-Koira on koira-avusteista työskentelyä toteuttava yritys, jonka päätavoitteena on toteuttaa ja kehittää koira-avusteista työskentelyä Suomessa. Hali-Koira lähtökohtana on parantaa ja ylläpitää asiakkaidensa virkeyttä ja kuntoa.</p> <p>Tutkimustyössä käytettiin kahta aineistonkeruumenetelmää, jotka olivat havainnointi ja haastattelut. Havainnoin Hali-Koiran toimintaa kentällä. Havainnoinnin aikana saatiin välitöntä ja suoraa informaatiota yrityksen toiminnasta. Haastattelut olivat asiantuntijahaastatteluja ja asiakashaastatteluja. Kaikki haastattelut olivat puolistrukturoituja haastatteluja. Haastattelut jaoteltiin kolmeen ryhmään, jotta saatiin mahdollisimman kattava kokonaisuus. Kehittämistyön menetelmät suoritettiin vuoden 2018 alussa. Käytin opinnäytetyössäni saatujen tulosten analysointimenetelmänä teemoittelua</p> <p>Opinnäytetyön tuotoksena syntyi toimintatapaehdotus. Hali-Koiran vierailuohjeistus eli opinnäytetyöni toimintatapaehdotus syntyi tarpeesta saada kommunikointi ja tiedotus paremmaksi ennen Hali-Koiran vierailua kohteessa. Jotta toiminta olisi laadukasta ja tehokasta, on informaatiolla ja valmisteluilla oleellinen osa. Ohjeistuksessa kerrotaan lyhyesti Hali-Koirasta ja siitä, miten heidän tuloonsa voidaan varautua mahdollisimman hyvin.</p> <p>Kehittämistyön tuloksista huomattiin koira-avusteisen työskentelyn hyödyt laaja-alaisesti. Tuloksissa havaitaan tämän työskentelyn muodon monipuoliset kuntouttavat ominaisuudet sekä koira-avusteisen työskentelyn voimavaroja ja kuntoa vahvistavat tekijät. Hali-Koiran koira-avusteinen työskentely on moniammatillinen ja muuntautumiskykyinen työskentelyn muoto, mutta haasteena on vielä saada juurrutettua se laajemmin sosiaali- ja terveysalalle.</p>	
Asiasanat kuntoutus, hyvinvointi, syrjäytymisen ehkäisy, virkistystoiminta	

HUMAK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Name of the Degree Programme

ABSTRACT

Author Annu-Riina Leppälä	Number of Pages 33 and 3 attached
Title Canine assisted interventions as rehabilitative employment	
Supervisor(s) Senior Lecturer, D.Soc.Sc. Hanna Kiuru	
Subscriber and/or Mentor Hali-Koira (Hug Dogs)	
Abstract <p>The purpose of this thesis was to clarify if canine assisted interventions is rehabilitative if this kind of services are meaningful. The purpose was to gather information about the benefits of canine assisted interventions and to reveal the potential in the field of rehabilitation. More and more senior activities and actions aimed to prevent marginalization are needed in today's society. Therefore, the thesis is current in nature.</p> <p>The commissioner of this thesis is an enterprise called Hali-Koira (Hug Dog). Hali-Koira executes canine assisted interventions. The main objective of the enterprise is to execute and develop canine assisted intervention in Finland. The objective of Hali-Koira is to improve and maintain the liveliness and state of their customers.</p> <p>There were two qualitative methods used in this thesis: observation and interviews. During the observation, we explored the instant and direct information about the functions of the enterprise. The interviews were both specialist interviews and customer interviews. All the interviews were semi-structured interviews and they were divided into three sections to gather information as comprehensively as possible, from the viewpoints of all the three parties: service user, service provider and customer. The results of the study were analysed thematically.</p> <p>The results show that canine assisted intervention has a rehabilitative power and has meaningful results to the well-being of customers. Canine assisted intervention has a diverse rehabilitative influence and it should be used more in today's society.</p>	
Keywords rehabilitation, welfare, prevention of marginalization, restorative activity	

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

1 JOHDANTO	5
2 CASE HALI-KOIRA	8
3 ELÄINAVUSTEINEN TYÖSKENTELY KUNTOUTTAVANA TYÖMUOTONA	13
3.1 Kuntoutus ja kuntouttava työmuoto	13
3.2 Eläinavusteinen työskentely	13
3.3 Koira-avusteinen työskentely	14
4 KEHITTÄMISTYÖN MENETELMÄT	16
4.1 Havainnointi	16
4.2 Palvelun tilaajien haastattelut	17
4.3 Asiakashaastattelut	18
4.4 Palvelun tarjoajan haastattelu	18
4.5 Aineiston analysointimenetelmät	19
5 TULOKSET JA ANALYSOINTI	20
5.1 Jumppaamalla mieli virkeäksi ja olo vetreäksi	20
5.2 Palvelu on kuntouttavaa ja suosittua	22
5.3 Koira-avusteinen työskentely innostaa ja koukuttaa	24
6 OHJEISTUS HALI-KOIRAN VIERAILULLE	27
7 LOPUKSI	29
LÄHTEET	32
LIITTEET	34

1 JOHDANTO

Tutkimukset ovat osoittaneet koiran läsnäolon saavan vahvasti dementoituneet ja masentuneet vanhukset hymyilemään sekä piristymään. Näiden henkilöiden kohdalla koira on myös vähentänyt masennus- ja ahdistusoireita. Samanlaisia positiivisia vaikutuksia koirilla on kaikenikäisiin ihmisiin. Koirat työskentelevät kouluissa ja lastensuojelulaitoksissa eri puolilla maailmaa. Lapsi voi turvallisesti ja ohjatusti opetella koiran avulla niin tunne-elämän, kuin sosiaalisen vuorovaikutuksenkin taitoja. Koiran avulla mielenterveyskuntoutujan toipumisprosessikin voi saada uusia ulottuvuuksia. Eläin on hienovarainen itseilmaisun opettaja myös aikuisille. Yhdysvalloissa koirat ovat tervetulleita moniin sairaaloihin. Suomessa koira-avusteista työmuotoa ollaan ottamassa käyttöön esimerkiksi vankiloissa. (Kasvatus-kuntoutuskoirat 2018.)

Eläinavusteinen työskentely työmuotona on suhteellisen uusi, vaikka historiaa yhteisestä taipaleesta ihmisen ja eläimen välillä on jo tuhansien vuosien ajalta. Koira on ollut eläin, jota ihminen on tarvinnut koiran erityistaitojen vuoksi paimentamiseen, vartiointiin ja metsästämiseen. Eläimillä on yleensä meihin positiivinen vaikutus henkisesti.

Haluamme koskettaa eläintä. Lasten peruskysymys koiran, kissan tai muun eläimen kohdatessaan on: ”Saako sitä silittää?” Monet vanhemmat, jotka harkitsevat lemmikkieläimen ottamista lapselleen, ovat tietoisia osasta eläimen vaikutuksista. Viime vuosina on tutkittu aktiivisesti kiintymyshormoni oksitosiinia ja stressihormoni kortisolia (Kortesluoma, Karlsson 2011, 911–918). Tutkimuksista on selvinnyt, että eläimillä on kortisolia vähentävä ja oksitosiinia lisäävä vaikutus ihmiseen. Viime vuosina on ilmestynyt opinnäytetöitä, tieteellisiä artikkeleita ja tutkimuksia, jotka ovat suurimmaksi osaksi myönteisiä, kun puhutaan eläimen vaikutuksesta ihmiseen positiivisella tavalla. (ks. esim. Lundelin 2012.)

Eläimiä näkyy arjessa niin kodeissa, katukuvassa kuin sairaalan vastaanottohuoneissa, joissa saa katsella kala-akvaariota. Eläimillä on rauhoittava vaikutus meihin. Tästä syystä tämä aihe on ajankohtainen. Vanhusten määrän kasvaessa palveluista on tullut täysinäisiä. Arki hoitokodeissa voi olla kaavamaista, minkä seurauksena

hoitajilla ei ole aikaa kahdenkeskiseen kanssakäymiseen. Tämä on iso puute yhteiskunnassamme, johon tulisi saada muutos. Aiheena eläinavusteinen työskentely on ajankohtainen, sillä olemme vasta heränneet huomaamaan sen kaiken mitä me oikeasti saammekaan eläimen läsnäolosta irti. (ks. esim. Kindstedt 2016.) Koira-avusteinen työskentely on myös kehittymässä kovaa vauhtia. Uusia koulutuksia, opinnäytetöitä, uutisia ja tutkimuksia julkaistaan jatkuvasti. (ks. esim. Järvinen 2013.) (ks. esim. Välimäki 2016.)

Tämän opinnäytetyön tarkoitus on vastata kysymykseen: Onko koira-avusteinen työskentely kuntouttavaa ja onko tämä työskentelymuoto hyödyllistä yhteiskunnalle. Opinnäytetyöni tilaajana on Hali-Koira, joka toteuttaa koira-avusteista työskentelyä Turun alueella vierailen kouluissa, kirjastoissa, palvelutaloissa ja ulkoilemalla yhdessä ikäihmisten kanssa. Tämä palvelu on innostavaa ja auttaa asiakkaitaan fyysisesti ja henkisesti. Ongelmana on vain se, ettei sosiaali- ja terveysala ole tietoinen tästä työmuodosta, jolla olisi mahdollisuuksia tarjota asiakkailleen hetken helpotusta, iloa, nautintoa ja yhteisöllisyyttä. Opinnäytetyöni tarkoitus on avata koira-avusteisen työskentelyn kuntouttavaa vaikutusta ja näin tuoda ihmisille tietoon tämän melko uuden työskentelymuodon ja sen tuomat hyödyt yhteiskunnalle.

Olen tehnyt töitä vanhusten kanssa jo teini-ikästä saakka ja heidän kanssaan keskustellessani lähes poikkeuksetta on tullut ilmi eläinten tärkeys ja se, että niitä kaivataan. Ennen oli paljon maatalouksia ja siellä eläimet olivat työn, ruuan ja seuran lähde. Eläimet jättivät jälkensä ihmisten mieliin ja sydämiin ja näitä vanhuksia kuunnellessa tuli usein ilmi se, miten ihanaa olisikaan, jos vieläkin pystyisi lemmikin omistamaan. Laitoksiin ja palvelutaloihin ei saa viedä lemmikkejä, joten toive lemmikistä melkein pä mahdoton toteuttaa.

Opinnäytetyöni tuotoksena syntyy toimintatapaehdotus. Kehitän Hali-Koiralle tiivistetyn tietopankin, joka keskittyy informaation maksimoimiseen palvelutalokohteissa. Tilaaja voi joko sähköisesti tai konkreettisesti antamalla esitteen kertoa, miten tulee valmistautua, kun Hali-Koira vieraillee ja miten tulisi toimia, kun koira saapuu palvelutalolle. Tämä on osa-alue, joka vielä on tuntematon varsinkin uusissa kohteissa. Tämän kehittämistyön tavoitteena on toteuttaa laadullisesti parempi kokemus tilaajan, tarjoajan ja asiakkaiden välillä.

Opinnäytetyöni tilaajan tarve on saada koira-avusteisen työskentelyn hyödyt esiin ja näin saada eläinavusteinen työskentely tunnetummaksi työskentelymuodoksi. Kehittämistyöni tarkoitus on taas helpottaa Hali-Koira, kun he saapuvat asiakkaiden luokse. Näihin kuntouttaviin tekijöihin ja koira-avusteisen työskentelyn hyötyjen esiin tuomiseksi havainnoin Hali-Koiran toimintaa paikan päällä sekä suoritan kolme eri haastatteluryhmittelyä. Haastattelun palvelun tarjoajaa, Maarit Haapasaarta, palvelun tilaajia sekä palvelun asiakkaita. Näiden kolmen erilaisen haastattelun myötä saan paremmin ja laajemmin käsityksen koira-avusteisen työskentelyn hyödyistä ja kuntouttavista ominaisuuksista. Menetelmistä saadut tulokset analysoin teemoittain.

Opinnäytetyöni etenee seuraavasti: Esittelen ensin työn tilaajan ja kuvaan hänen yrityksensä toimintaa. Case-luvun jälkeen aukaisen tietoperustan käsitteitä, jotta aihealue on helpommin ymmärrettävissä. Etenen siitä opinnäytetyössäni käytettyihin kehittämistyön menetelmiin ja siihen, miksi juuri nämä menetelmät valikoituivat käytettäviksi. Sen jälkeen syvennyn kehittämistyön menetelmien kautta saatuihin tuloksiin ja niiden analysointiin. Tulosten jälkeen kerron lyhyesti opinnäytetyöni tuotoksesta, jonka jälkeen kohta 7 kiteyttää koko opinnäytetyön pääpiirteet.

2 CASE HALI-KOIRA

Opinnäytetyöni tilaajana on Hali-Koira (Kuva 1). Hali-Koira on yritys, joka toteuttaa ja kehittää koira-avusteista työskentelyä Suomessa. Koira on oleellinen osa toimintaa ja koira toimii niin apuvälineenä, kuin ohjaajansa työtoverina. Hali-Koiran päätoimialue on Turku ja sen lähiympäristö. Lähtökohtana on tukea Hali-Koiran asiakkaiden toimintakykyä ja tuottaa heille mielihyvää. (Hali-Koira 2018.)



Kuva 1. Hali-Koiran perustaja Maarit Haapasaari ja hänen työkumppaninsa Viljo-Valdemar. Kuvaaja: Katri Lehtola.

Hali-Koiran ohjaaja on koulutettu eläinavusteisen työn ammattilainen, joka työskentelee usein moniammatillisessa yhteistyössä terveyden- ja sosiaalialan asiantuntijoiden kanssa. Yrityksen perustaja Maarit Haapasaari on pitkään ollut mukana kehittämässä koira-avusteisen työskentelyn toimintamalleja Suomessa. Haapasaari perusti Hali-Koira -yrityksen vuonna 2011 havaittuaan suurta kysyntää suunnitelmallisen koira-

avusteisen työskentelyn kehittämiseksi Suomessa. Haapasaari onkin tehnyt vaikuttavaa yhteistyötä monien kehitysvammalaitosten, lastenkotien ja vanhainkotien kanssa parantaakseen koira-avusteisen työskentelyn tunnettavuutta. (Hali-Koira 2018.)

Hali-Koiran toiminta on laadukasta ja se toteuttaa Green Care ideologiaa. Ideologia perustuu luontoon ja maaseutuympäristöön liittyvään ammatilliseen toimintaan. Tarkoituksena on edistää ihmisen hyvinvointia ja elämänlaatua. Hyvinvointia lisäävät vaikutukset syntyvät muun muassa kokemuksellisuuden, luonnon elvyttävyyden ja osallisuuden avulla. Green Care toiminta sijoittuu usein esimerkiksi luonnonympäristöön, mutta luonnon elementtejä voidaan käyttää myös kaupunki- ja laitosympäristöissä. (Green Care Finland 2018.) Hali-Koiran työskentely on moninaista ja moniammatillista (Kuvio 1).



Kuvio 1. Hali-Koiran moninainen osaaminen ja vaikuttaminen koira-avusteisessa työskentelyssä. (Hali-Koira 2018.)

Hali-Koiran työskentelyn muodot ovat moninaisia ja toimintaa toteutetaan monella eri tavalla. Kukin toiminnan muoto on ennalta suunniteltu ottaen huomioon kohderyhmän tarpeet ja taidot. Alla olevassa kuviossa (Kuvio 2) kerrotaan pelkistämällä Hali-Koiran työskentelyn muodoista neljällä eri toiminta-alueella. Kuvioista ilmenee yksiselitteisesti yrityksen toiminnan kuvaus eri kohteissa. Ohjelma on toteutettu ammattitaitoisesti ja

se on suunniteltu vastaamaan asiakkaiden tarpeita ja toimintakykyä parantaen tai ylläpitäen.

Palvelukodit	Kävelytreffit	Kehitysvammaiset ja autistit	Kirjoitetaan Koiralle ja Kerrotaan Koiralle
<ul style="list-style-type: none"> •Mieli virkeäksi •Koiran kanssa kanssakäymistä •Fysioterapeuttien kanssa suunniteltua jumppaamista •Ryhmäkuntoutumista 	<ul style="list-style-type: none"> •Matalan kynnyksen toimintaa •Koiran kanssa ulkoilua ja hyötyliikuntaa •Vierailua opastetuissa kulttuurikohteissa •Ryhmäytymistä ja yhdessäoloa •Yhteisöllisyyttä •Säännöllistä. Kerran viikossa aina samaan aikaan. 	<ul style="list-style-type: none"> •Kommunikoinnin harjoittelua •Elekielen ymmärtämisen opettelua •Koiran hoitamista ja lenkittämistä luonnossa -> hoivaamista ja tasapainoharjoitteita. 	<ul style="list-style-type: none"> •Lukihäiriöstä kärsiville lapsille ja nuorille •Vierailut kirjastoissa ja kouluissa •Jumppaamista, kielen harjoitteita, tarinoita ja runoja. •Koira-avusteista sanataidetta

Kuvio 2. Hali-Koiran toiminnan kuvausta ryhmitellen. Kuvioista ilmenee toiminnan moninaisuus ja laajuus. (Hali-Koira 2018.)

Maarit Haapasaari vierailee vanhusten palvelutaloissa aktivoiden ja innostaen asukkaita. Palvelutaloissa toteutettava toiminta on jumppaamista ja koiran kanssa kanssakäymistä. Palvelutaloissa käytetään ryhmäkuntoutumista eli työskentely tapahtuu ryhmänä. Kävelyharjoitukset, tasapainoharjoitteet ja jumpat antavat palvelutalon asukaille virkeää mieltä, iloa, onnistumisen ja tekemisen intoa. Jumpat ja muut harjoitteet on suunniteltu yhdessä fysioterapeuttien kanssa. Palvelutaloissa vierailu kestää tunnin. Ryhmän koosta riippuen Hali-Koiran ohjaaja Maarit Haapasaari toteuttaa toimintansa ryhmän etuja ajatellen. Kuntouttavien ryhmätilanteiden lähtökohtana sekä tavoitteena on auttaa muistisairasta käyttämään jäljellä olevia toimintakyvyn osa-alueita monipuolisesti ja pyrkiä tukemaan hänen itsenäistä selviytymistään arjessa. Vaikka kuntoutusryhmä ei koskaan täysin korvaa ympäri vuorokauden jatkuvaa kuntouttavaa hoitoa, on se merkittävä toimintakykyä ylläpitävä tekijä, joka tuo tarvittavaa virikettä ja iloa. (Railo & Urbanus 2017, 3.)

Hali-Koirien toimintaan kuuluu joka keskiviikkona järjestetyt Kävelytreffit. Kävelytreffejä toteutetaan yhdessä Turun Lähimmäispalveluyhdistys ry:n, Hali-Koira- yrittäjä Maarit

Haapasaaren, Turun kaupungin, Parkinmäen Palvelutalon (ent. Wilen) ja Turun Kylätalon kanssa. Tärkein osa toteutusta ovat kuitenkin berninpaimenkoirat Neiti Namu, Hilma Maria ja Viljo Valdemar, jotka johtavat kävelyporukkaa vuorotellen. (Haapasaari 2015, 2.) Toiminta on kulttuuririkasta ja jokaisen kävelyn tarkoituksena on ennaltaehkäistä yksinäisyyttä ja kannustaa tutustumaan eri kulttuurikohteisiin Hali-Koiran johdattamana. Kohteet ovat kiinnostavia ja niissä on aina opas kertomassa kohteesta. Kävelytreffien jälkeen mennään usein kahville. Joka keskiviikkoihin Kävelytreffeihin osallistuminen on ilmaista ja avointa kaikille. Kävelytreffit ovat matalan kynnyksen toimintaa ja ovat osallistujamääristä ja palautteista päätellen erittäin suosittua. Näiden kävelytreffien eli kulttuurikävelyiden kohteina voi olla esimerkiksi museo tai kirjasto. Esimerkiksi jäteveden puhdistuslaitoksella Hali-Koira vieraili kävelijöiden kanssa 2017. Kävelytreffit ovat saaneet huomiota uutisissa ja lehtiartikkeleissa (ks. esim. Visiturku.tv2016.)

Kehitysvammaisten ja autistien kanssa Hali-Koiran työskentely pohjautuu kommunikointiin. Koiralle on helppo avautua ja näyttää herkkäkin puolensa. Koira ei arvostele, eikä anna kritiikkiä, jos lausuminen on hieman erilaista kuin normaalisti. Tämä kommunikaation harjoittelu, elekielen ymmärtäminen, koiran hoitotoimenpiteiden tekeminen, kuten harjaaminen ja ruokinta ovat osa kiintymyssuhteen luomista, jonka myötä uskaltautuu yrittämään ja menemään omien mukavuusalueidensa ulkopuolellekin. Koirasta tulee tärkeä osa kommunikoinnin harjoittelua. (Hali-Koira 2018.)

Hali-Koira tekee yhteistyötä myös sanataiteilija Veera Vähämaan kanssa. He ovat kehittäneet yhdessä Kirjoitetaan Koiralle- ja Kerrotaan Koiralle menetelmät, joissa yhdistyy luova oppiminen, vuorovaikutustaitojen ja ryhmätyötaitojen vahvistuminen. Kerrotaan Koiralla ja Kirjoitetaan Koiralle ovat syntyneet halusta kannustaa lukihäiriöstä kärsiviä nuoria ja lapsia. Hali-Koira kannustaa sanataiteilemaan, kertomaan tarinoita koiralle ja kirjoittamaan koiralle. Koiralle on helpompaa kirjoittaa ja puhua kuin aikuiselle. Toiminnan muoto on tukena niille, jotka kaipaavat hieman enemmän kannustusta puheen tuotossa tai kirjoituksessa. (Hali-Koira 2018.)

”Eläinavusteiset sanataideharjoitukset ovat matalan kynnyksen harjoituksia, ja niiden on tarkoitus jättää kirjoittajille keksimisen varaa ja liikkumatilaa. Yleensä

tekstit tehdään kuitenkin minämuodossa, eli monologeina. Joskus tehtävänä on kirjoittaa postikortti Hali-Koiran kuvitteelliselta karkumatkalta, jonka kohteena voi olla niin aurinko kuin amerikkakin. Kirjoitetaan Koiralle® –työpajoissa käsialalla tai kirjoitusvirheillä ei ole väliä. Koiran persoonallinen puhetyyli voi rakentua vaikkapa Savon murteen tai kökköjen pateettisten lauseiden varaan.” (Hali-Koira 2018.)

3 ELÄINAVUSTEINEN TYÖSKENTELY KUNTOUTTAVANA TYÖMUOTONA

Tässä luvussa täsmennän opinnäytetyöni tietoperustaa. Tietoperustan selventäminen auttavat opinnäytetyöni asiakokonaisuuden hahmottamisessa. Avaan käsitteet: Kuntoutus ja kuntouttava työmuoto, eläinavusteinen työskentely ja koira-avusteinen työskentely.

3.1 Kuntoutus ja kuntouttava työmuoto

Opinnäytetyössäni avaun käsitteen kuntoutus, jotta sana kuntouttava avautuu syvemmin. Kuntoutusportti määrittelee kuntoutuksen seuraavasti. Kuntoutus on tukea, sitoutumista ja yhteistyötä. Sillä parannetaan kuntoutujan fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä. Kuntoutuksella tuetaan ihmisten itsenäistä selviytymistä ja hyvinvointia sekä arkielämässä että elämän aikana esiintyvien siirtymävaiheiden aikana. (Kuntoutusportti 2016.) Kuntoutus terminä itsessään on monialainen. Kuntoutus voi olla lääkinällistä tai sosiaalista kuntoutusta. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos avaa käsitettä kuntoutus näin: Kuntoutus voidaan määritellä esimerkiksi ihmisen tai ihmisen ja ympäristön muutosprosessiksi. Kuntoutus on suunnitelmallista ja monialaista, usein pidempiaikaista toimintaa, jonka tavoitteena on auttaa kuntoutujaa hallitsemaan elämäntilanteensa. (THL 2015.)

3.2 Eläinavusteinen työskentely

Eläinavusteinen työskentelyn ymmärtäminen on tärkeä osa opinnäytetyötäni. Kun ymmärtää tämän käsitteen, saa myös syvemmän käsityksen siitä mitä koira-avusteinen työskentely oikeastaan on. Eläinavusteinen työskentely (Animal Assisted Interventions, AAI) on melko uusi ja termistö hakee vielä paikkaansa. Animal Assisted Intervention International määrittelee eläinavusteisen työskentelyn näin: Eläinavusteinen työskentely on johdonmukaista ja suunniteltu tukemaan kehitystä emotionaalisella, kognitiivisella, sosiaalisella ja/tai psyykkisellä tavalla. Sitä johtaa ja/tai ohjaa asiantuntija, joka on erikoistunut alansa ammattilainen. (Animal Assisted Interventions International 2013–2018.) Viime vuosina on yhä enemmän tullut opinnäytetöitä, lehtiartikkeleita ja

tieteellisiä tutkimuksia, jotka puoltavat eläinavusteiseen työskentelyyn. Eläinavusteinen työskentely toimii kattoterminä, joka pitää sisällään eläinavusteisen toiminnan, terapian ja opetuksen. (Ikäheimo 2013, 10–14.)

Eläinavusteinen toiminta on yleensä vapaaehtoisvoimin toteutuvaa toimintaa. Ohjaajan tulee olla perehdytetty eläinavusteiseen toimintaan ja laitospvierailujen tekemiseen. (Ikäheimo 2013, 10–11.) Eläinavusteinen toiminta kehittää ja parantaa ihmisen hyvinvointia motivoivin, kasvatuksellisten ja mielihyvää tuottavin keinoin. Toiminta ei ole tavoitteellista, mutta voivat olla säännöllisiä. Eläinavusteinen toiminta on ilmaista. (mt. 10–11.)

Eläinavusteinen terapia on tavoitteellista toimintaa, joten toiminnalla on jokin konkreettinen tavoite siitä, mitä siltä halutaan saada. Tässä muodossa hoito- ja kuntoutusprosessin osana on eläin. Terapia voi olla yksilö- tai ryhmäterapiaa ja sillä on yksilö- ja/tai tilannekohtaiset tavoitteet ja edistymistä seurataan tarkoin. Tarkoituksena on parantaa ihmisen fyysistä, sosiaalista, kognitiivista tai emotionaalista hyvinvointia. Eläinavusteinen terapia on maksullista ja siitä peritään palkkiota. (Ikäheimo 2013, 10-11.)

Eläinavusteinen (erityis)opetus voi olla eläinavusteista toimintaa tai terapiaa. Tätä työskentelyn muotoa käytetään muun muassa erityistarpeisten lasten kouluissa. Koira auttaa lasta rentoutumaan ja kannustaa yrittämään enemmän. Jos eläinavusteista opetusta antaa koulutuksen saanut ohjaaja, on toiminta silloin suunnitelmallista ja tavoitteellista. (Ikäheimo 2013, 10-11.)

3.3 Koira-avusteinen työskentely

Opinnäytetyöni keskittyy koiran kanssa toteutettuun eläinavusteiseen työskentelyyn eli koira-avusteiseen työskentelyyn. Nimensä mukaisesti tätä työskentelymuotoa toteutetaan toimintaan koulutetun koiran kanssa. Koiran ohjaaja on myös ammattiin koulutautunut tai koulutettu. Koira-avusteisen työskentelyn pääperiaatteena on toteuttaa työskentelyä, joka kohdistuu asiakkaan/ kuntoutujan/ potilaan terveyden, hyvinvoinnin, kasvatuksen tai kuntoutuksen edistämistyöhön (Koirat kasvat- ja kuntoutustyössä ry

2018.) Aaltonen (2016, 27) on taas opinnäytetyössään kuvannut koira-avusteisen työskentelyn seuraavasti: koira-avusteisessa työskentelyssä keskeistä on tavoitteellisuus ja ammatillisuus. Työntekijä soveltaa koira-avusteisia menetelmiä ammattinsa rajoissa. Toiminta suunnitellaan täyttämään asiakkaan toiveet sekä muokataan asiakkaan tavoitteita vastaavaksi. Koiran, asiakkaan ja työntekijän yhteistyö perustuu vuorovaikutukseen (Kuva 2). Läsä oleva aito vuorovaikutus on toiminnan tärkein vaikuttaja, eikä sitä voida jäljitellä edes teknisillä laitteilla. (Kihlström-Lehtonen 2013, 88-90.)



Kuva 2. Viljo-Valdemar työskentelee palvelutalon asukkaan kanssa. Koiran ja ihmisen välinen vuorovaikutus on vahvaa ja koira itsessään kannustaa yrittämään. Kuvaaja: Katri Lehtola.

4 KEHITTÄMISTYÖN MENETELMÄT

Kerron seuraavaksi opinnäytetyössäni käytetyistä menetelmistä. Näitä menetelmiä ovat havainnointi ja kolme erilaista haastattelua. Havainnoin Hali-Koira paikan päällä tarkastellen toiminnan toteutusta. Päädyin kolmeen erilaiseen haastatteluun, koska haastattelen kolmesta eri näkökulmasta: palvelun tilaajia, palvelun asiakkaita ja palvelun tarjoajaa. On tärkeää jaotella haastattelu kolmeen osaan, sillä näin saadaan kattava kokonaisuus kolmelta eri taholta. Kysymykset on muotoiltu kunkin haastatteluryhmänä mukaisesti, jotta saadaan mahdollisimman kattava ja laadukas kokonaisuus.

4.1 Havainnointi

Havainnointi eli observointi on aineistonhankintamenetelmä, jossa tutkittavasta ilmiöstä kootaan tietoa sitä seuraamalla ja tekemällä havaintoja (Jyväskylän Yliopisto 2015). Havainnointi antaa suoraa tietoa siitä, miten toimintaa toteutetaan. Ensikäden tieto näkyy myös siinä, miten tätä palvelua otetaan kohteissa vastaan. Asiakkaiden reagoiminen Hali-Koiran toimintaan näkyy siis suoraan ilman mitään välikäsiä.

Havainnointi voi olla myös haastava menetelmä saada tietoa, sillä saatua tietoa voi olla vaikeaa tallentaa saman tien. (Kajaanin Ammattikorkeakoulu 2018.) Havainnoinnin muoto, jota käytin opinnäytetyössäni oli osallistuva havainnointi. Osallistuvassa havainnoinnissa on tyypillistä, että tutkija osallistuu tutkittavien ehdoilla heidän toimintaansa. Yleensä tutkimukset ovat tällöin kenttätutkimuksia. Usein tutkija pyrkii pääsemään havainnoitavan ryhmän jäseneksi eli osaksi ryhmää, jota havainnoi. (Kajaanin Ammattikorkeakoulu 2018.) Osallistuvan havainnoinnin myötä saadaan ensikäden kokemus palvelun toiminnasta ja siitä, miten palvelu otetaan vastaan. Kenttätutkimuksen aikana saadaan monipuolinen näkemys kokonaisuudesta, eikä tieto perustu vain tutkimuksiin. Havainnoinnin valitsin yhdeksi opinnäytetyöni menetelmäksi sen takia, että halusin syvemmän subjektiivisen kokemuksen Hali-Koirasta. Tältä menetelmältä olisin halunnut saada enemmän irti kokonaisuudessaan ja pystyä havainnoimaan myös passiivisesta näkökulmasta, mutta siihen minun olisi tullut käyttää toisenlaista havainnoinnin muotoa, eikä siihen tarvittavia valmiuksia ollut.

Havainnointi kertoja minulle kertyi seitsemän. Nämä kaikki havainnointi kerrat toteutettiin vuoden 2018 alkupuolella. Havainnoin kohderyhmää ja heidän reagointiaan Hali-Koiran toimintaan. Olin osallistuva havainnoija ja näin pääsin kokeilemaan itse, miten muun muassa jumppa toteutetaan. Havainnoin myös tilaajani opastusta, selkeyttä ja toteutusta. Havainnoinnin kautta sain analysoitua kattavasti Hali-Koiran kokonaisuutta suunnittelusta toteutukseen saakka. Havainnoinnin myötä huomasin puutteen, jonka pohjalta syntyi opinnäytetyöni tuotos.

4.2 Palvelun tilaajien haastattelut

Teemahaastattelu antaa tarvittavaa tilaa haastattelijan ja haastateltavan vapaamuotoisemmalle keskustelulle. Teemahaastattelun aihepiirit ovat ennakkoon määriteltäviä, mutta aiheiden esittämisellä ei ole tiukkaa järjestystä (Liite 1 & 2). Teemahaastattelussa kysymysrunko toimii lähinnä haastattelijan muistilistana ja joustaa tilanteiden mukaan (Näpärä 2017). Haastatteluiden myötä halusin saada selkeämmän kuvan siitä, miten koira-avusteinen palvelumuoto on otettu vastaan palvelukodeissa ja millaisia ajatuksia toiminta on herättänyt niin palvelun tilaajien kuin asukkaidenkin keskuudessa.

Halusin ennen palvelun tilaajien haastatteluita selvittää, minkälaisiin kysymyksiin haen vastausta ja mitkä tahot olisivat oleellimmat ajatellen asiakokonaisuutta. Tämän pohjalta tulinkin tulokseen, että laatu korvaa määrän ja perehdyin palvelun tilaajien asiantuntijuuteen Hali-Koiran toiminnan kannalta.

Palveluntilaajien haastatteluihin valikoitui kaksi tahoja: Helena Norokallio ja Ulla Korpela. Helena Norokallio työskentelee Turun Lähimmäispalveluyhdistys Ry:ssä ja on projektikoordinaattorina kyseisessä yhdistyksessä. Norokallio on myös aktiivinen osa Hali-Koiran kävelytreffikokonaisuutta. Ulla Korpela on Otso-kodin johtaja. Otso-koti on paikallinen perheyritys, joka sijaitsee Runosmäessä. Otso-koti ostaa Hali-Koiran palveluita asukkailleen antaakseen mahdollisimman monipuolisia ja aktivoivia virikkeitä. Korpela on sisäistänyt Hali-Koiran osaksi hoitokodin palvelulupausta.

Palvelun tilaajien haastatteluiden myötä halusin selvittää, miten palvelu on otettu vastaan, miksi sitä tilataan, onko se kannattavaa heille, miten he kokevat työskentelymuodon kuntouttavan puolen ja näkykö toiminnan vaikutus heidän arjessaan. Palvelun tilaajien haastattelu pohjautuu tekemääni haastattelupohjaan (Liite1).

4.3 Asiakashaastattelut

Asiakashaastattelut suoritettiin kaikki puhelimitse ja tämä teemahaastattelun muoto pohjautuu tekemääni haastattelurunkoon (Liite 2) Teemahaastattelun vahvuus eli vuorovaikutus ja keskustelunomaisuus värittivät haastattelun ja asiakkaat kokivat haastattelun luontevaksi ja helpoksi. Tämän myötä avautuminen ja asiasta keskusteleminen oli syvempää kuin esimerkiksi strukturoidussa haastattelussa. Yleensä asiakashaastattelut toteutetaan strukturoidun kaavan mukaan, mutta silloin asiakkaan mielipide ja ääni voivat hukkuu. Haastattelumuodon huonona puolena oli asiayhteydessä pysymisen vaikeus ja tämän takia olisi voinut käyttää enemmän strukturoitua haastattelumenetelmää. Asiakashaastatteluita ajatellen muistisairaiden haastattelu ei tullut kyseeseen, mutta asiakashaastatteluihin valikoitui kolme Hali-Koira kävelytreffiläistä. Yksi haastateltavista halusi, ettei nimeä lukisi opinnäytetyössä, joten asiakashaastatteluista kertoessani käytän nimikkeitä: A1, A2 ja A3 tasavertaisuuden vuoksi.

4.4 Palvelun tarjoajan haastattelu

Kun halutaan selvittää laajalla alalla koira-avusteisen työskentelyn kuntouttavaa puolta, on tärkeää kuulla palvelun tarjoajan ääntä. Haastattelin Maarit Haapasaarta saadakseni hänen näkemyksensä oman yrityksensä kuntouttavasta voimasta esille. Haastattelu tapahtui keskustelun muodossa aina silloin, kun olimme yhteydessä. Halusin kysymyksieni olevan mahdollisimman keskustelunomaisessa muodossa, jotta saisin aidoimman vastauksen. Palvelun tarjoajan haastattelu on olennainen osa kokonaisuutta, jotta saadaan mahdollisimman monipuolinen näkemys siitä, mitä hyötyjä työskentelymuodosta on. Haastattelu tapahtui hetkessä ja tarkoituksena oli vastata kysymyksiin: miksi Hali-Koiran toiminta on kuntouttavaa, miksi koira-avusteinen työskentely on tärkeää ja kannattavaa ja mitä palvelun tarjoaja saa irti omasta toiminnastaan.

Tämä haastattelu suoritettiin vapaamman kaavan mukaan, mutta silti noudattaen teemahaastattelun kriteerejä. Tarkoituksena oli luoda keskustelun omainen haastattelu, jonka myötä silti saataisiin vastauksia, jotka olisivat yhteydessä aiempiin haastatteluihin.

4.5 Aineiston analysointimenetelmät

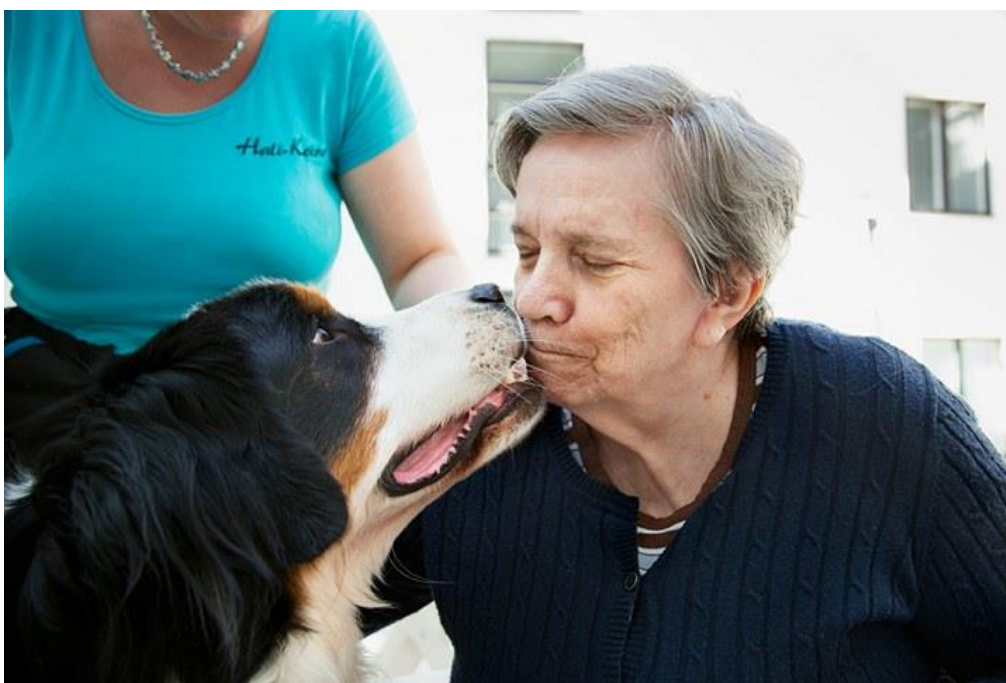
Kehittämistyön menetelmien tekemisen jälkeen aloin järjestelmällisesti lajittelemaan ja kartoittamaan saatua tietoa teemoittain. Aloitin Havainnoinnista, sillä sain eniten tietoa kuntouttavasta puolesta osallistuvan havainnoinnin kautta. Kävin läpi kaikki dokumentointini havainnointikerroista. Havainnointikerroilla olin jokaisen kerran jälkeen tallentanut ääniviestin puhelimeeni, jonka tein heti havainnointikerran jälkeen, jotta havainnointi olisi dokumentoitu mahdollisimman tuoreena. Litteroin tallennetut äänitallenteet ja poimin yhtäläisyyksiä ja alleviivasin kaiken uuden mitä jokainen kerta toi tullessaan. Kokonaisuuden sain kasattua tarkastelemalla yhtäläisyyksiä ja poimimalla jokaisen kerran pienet eroavaisuudet. Nämä eroavaisuudet olivat mielenkiintoisia. Jokainen havainnointikerta oli erilainen ja kaikista havainnointikerroista sai jotain uutta tietoa. Havainnointimenetelmän myötä sain laadukasta tietoa koira-avusteisen työskentelyn hyödyistä ja kuntouttavasta puolesta.

Litteroin ja analysoin haastattelut ryhmittäin sekä kokonaisuutena. Tämä antoi minulle laajemman perspektiivin ja pystyin löytämään yhtäläisyyksiä kaikista haastatteluista. Keräsin kaikki yhtäläisyydet samalle paperille ja poimin ydinkohdat jokaisesta haastattelusta. Tavoitteena oli käsitellä haastattelut mahdollisimman monipuolisesti.

Lopuksi yhdistin kaikki kehittämistyön menetelmät yhteen ja poimin yhtäläisyyksiä. Pyrin pilkkomaan ja pelkistämään aineistoa niin, että sain laadullisesti kattavan tuloksen. Tarkoituksena oli saada sidottua menetelmissä ilmenneet teemat ja aihealueet yhdeksi kokonaisuudeksi. Tämän jälkeen etsin ne päätelmät, joiden avulla päästiin saatuihin tuloksiin.

5 TULOKSET JA ANALYSOINTI

Kehittämistyön menetelmiä analysoidessani huomasin kolmen teeman nousevan keskeisiksi. Näitä teemoja olivat: jumppaamalla mieli virkeäksi, palveluiden kannattavuus ja suosio ja koira-avusteisen työskentelyn innostava ja kuntouttava voima. (Kuva 3) Nämä kaikki edellä mainitut teemat pohjustavat siihen tulokseen, että koira-avusteinen työskentely on kuntouttavaa. Seuraavaksi avaan tulokset, miksi koira-avusteinen työskentely on kuntouttavaa ja kannattavaa (Kuvio 3). Käytän tässä osassa kuvia ja kuviota apuna osana tulosten monipuolista hahmottamista ja konkretisointia.



Kuva 3. Yhteys eläimen ja ihmisen välillä on ihmeellinen. Eläin auttaa keskittymään hetkeen ja sen tuottamaan iloon. Kuvaaja: Katri Lehtola.

5.1 Jumppaamalla mieli virkeäksi ja olo vetreäksi

Molemmissa asiantuntijahaastattelussa sekä Helena Norokallio, että Ulla Korpela kuvailivat asiakkaidensa nauttivan ja reagoivan positiivisesti koira-avusteiseen ohjelmaan. Jumppaaminen ja yhdessä tekeminen koettiin asiakkaiden keskuudessa mieltä virkistäväksi ja vetreyttäväksi. Korpela kuitenkin muistuttaa, että Otso-kodin asukkaiden kunto ja sen päiväinen olo vaikuttavat siihen, miten Hali-Koiran toiminta otetaan

vastaan. Muistisairaiden kanssa toimittaessa tulee ymmärtää se, ettei toiminta aina kohtaa asukasta, toteaa Korpela. Mitään näyttöä ei kuitenkaan ole siitä, etteikö toiminnasta hyötyisi kukaan. palvelutalon asukkaiden kokemuksen eroavaisuuksista huolimatta havainnoinnin myötä saadaan yksi vaikuttava yhtäläisyys: jokainen asukas reagoi positiivisesti koiraan ja yhdessä toteutettuun jumppaan tai aktiviteettiin. Jopa ne asukkaat, jotka kokivat aluksi jännittävänsä koiran läsnäoloa, rentoutuivat ohjelman aikana ja ilmeettöminkin ihminen reagoi positiivisesti koiraan. Ohjelman aikana jännittynyt ihminen rentoutui ja oli vastaanottavainen ohjelmaa kohtaan sekä mieli rentoutui hetkellisesti. Tietoinen läsnäolo hetkessä on voimaannuttava ja herättävä kokemus.

”Läsnäolon taito saa meidät huomaamaan pienetkin ilot ja nautinnon hetket ajoittain kiireisen elämän keskellä. Arjen pyörteissä myönteisten tunteiden voima voi jäädä piiloon ja käyttämättä, koska mieli poimii negatiiviset kokemukset vahvemmin esille ja jättää helposti hyvät kokemukset vähemmälle huomiolle.” (Lipponen, Litovaara & Katajainen 2016.)

Läsnäolo on se, minkä eläin osaa. Toisin kuin ihmisen, eläimen ajatus ei karkaile, vaan niillä on taito pysytellä hetkessä. Tämän myötä koiralla on mieltä ja kehoa rauhoittava vaikutus meihin. Koira-avusteinen työskentely tarjoaa apukeinoja hetkelliseen iloon ja nautintoon, joilla pidemmällä aikavälillä on suurempi voima.

Korpela kertoi haastattelussaan, että hän on sisäistänyt Hali-Koiran toiminnan osaksi heidän toimintalupaustaan. Korpela painotti ajattelevansa Hali-Koiran olevan heidän palvelukotinsa yksi laatutekijöistä. Kun halutaan asukkaille hyvä olo, tulee panostaa monipuolisiin aktiviteetteihin. Asukkaat reagoivat positiivisesti Hali-Koiran tuomiin virikkeisiin ja jumppaan, mainitsi Korpela.

Norokallion haastattelussa ylistettiin toiminnan tärkeyttä ja sen monitahoisia vaikutuksia asiakkaisiin. Rahoituksen ansiosta toiminta on asiakkaille maksutonta ja siksi on matalampi kynnys osallistua kävelytreffitoimintaan. Toiminta antaa virikkeitä niin monipuolisesti ja kävely toimii liikunnallisena aktiviteettina. Norokallio kertoi haastattelussaan, että Hali-Koiran toiminta vastaa suoraan heidän yhdistyksensä arvoihin ja edistää heidän toimita-ajatustaan. Toiminta-ajatuksen Turun lähimmäispalvelu ry:llä on

edistää ikääntyvien tasa-arvoista hyvinvointia tarjoamalla yksilöllisiä kuntoutumis-, asumis-, hoiva- ja tukipalveluita. Arvoiksi yhdistys mainitsee turvallisuuden, arvannon, yhteisöllisyyden ja voimavaralähtöisyyden. (Kotikunnas 2015.)



Kuva 4. Tasapainoharjoittelua koiran kanssa. Viljo-Valdemar auttaa ylläpitämään ja kehittämään tasapainoa. Kuvaaja: Katri Lehtola.

5.2 Palvelu on kuntouttavaa ja suosittua

Palvelun suosio on suuri ja kävelytreffi-toiminta on löytänyt paikkansa osana monen ikäihmisen arkea. On liian helppoa jumittua kotiin neljän seinän sisälle ja olla tekemättä mitään mieltä kohottavaa, toteaa A2. ”Koiran avulla minäkin uskaltauduin mukaan ryhmään”, kertoo A3. Voidaan siis sanoa, että koiralla on myös houkuttava ja suostutteleva voima. Koiran kanssa ihminen uskaltautuu ulos ja menemään hieman omien mukavuusalueidensa ulkopuolelle. A2 kertoo haastattelussaan myös, kuinka hienoa on olla jokin syy lähteä ulos: koira. A2 jatkaa myös toteamalla: ”Kulttuurikävelyiden kohteet ovat kiinnostavia ja oppaiden avulla kohteista saa aivan uutta tietoa.” Liikkeelle lähtö antaa jo mielelle mahdollisuuden kuntoutua ja avartua samalla. Kulttuurikohteissa vierailu innostaa oppimaan ja näin aktivoi aivoissa mielihyvä hormonia: oksitosiinia.

Kuten Kuntoutusportti (2016) aikaisemmin totesi kuntoutuksen olevan toimintaa jossa parannetaan kuntoutujan fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä, sekä tuetaan ihmisen itsenäistä selviytymistä ja hyvinvointia, on koira-avusteinen työskentely kuntouttavaa. Kuntouttavaa työskentely on myös sen takia, että koiran avulla saadaan ihmiset lähtemään ulos, avartamaan maailmaansa ja kokemaan uusia asioita. Koiran edessä uskalletaan yrittää, onnistua ja jopa erehtyä.

Asiakashaastatteluista ilmeni, että toiminta on erittäin suosittua ja kiinnostavaa. A1 kuvaili toiminnan olevan monipuolisesti kuntouttavaa. Hän kertoi mielensä olevan virkeämpi, toiminta oli kiinnostavaa ja opettavaista ja tunsu kuuluvansa ryhmään, jonka myötä oli solminut monia ystäväsuhteita ja näiden myötä sosiaalinen elämä oli parantunut. A2 kertoi kävelyiden olevan kuntouttavaa niin henkisesti kuin fyysisestikin. Kävelyiden myötä hän tunsu suurta ryhmäytymisen tunnetta. Myös vertaistuki ja sama ikäryhmä olivat tärkeitä kuntouttavia tekijöitä A2:lle. A2 kuvaili myös toiminnan tärkeyttä ja sitä, kuinka tämän kaltainen työskentelyn muoto voisi olla enemmän esillä ja sitä voisi olla enemmän tarjolla, sillä hän koki tämän toiminnan myötä elämänlaatunsa parantuneen. A3 painotti haastattelussaan koiran tärkeyden toiminnassa. Koira oli se syy, minkä takia hän lähti mukaan, eikä toiminta olisi samanlaista, jos koira ei olisi. Kaikki asiakashaastatteluun osallistuneet (A1, A2 ja A3) kokivat koiran tuovan rentoutta ja syvyyttä toimintaan. A3 kertoi myös kokevansa ryhmäytymisen osaksi Hali-Koiran suosiota. ”On tärkeää kokea kuuluvansa johonkin ryhmään” totesi A3. Alla on muutamia haastatteluissa ilmenneitä lausahduksia toiminnasta:

”Koirakävelytreffit antavat minulle paljon! Toivottavasti ne eivät koskaan lopu”

”Nautin suunnattomasti ja mieleni lepää, kun saan olla osana tätä toimintaa!”

”Minulle tämä on tärkeä viikoittainen tapahtuma, joka on kalenterissani ylhäällä, etten vain siihen mitään hammaslääkärinä tai vastaavaa varaisi.”

”Koen olevani erakkohenkinen ihminen, mutta tämä toiminta on saanut minut sosialisitumaan ja avautumaan enemmän”

Palvelun tarjoajan haastattelussa painottui vahvasti sielujen sympatia, yhteenkuuluvuus ja tekemisen riemu”. On hienoa huomata se, miten asiakkaat suhtautuvat koiraan ja miten heidän kehonkielensä muuttuu täysin rennommaksi” kertoi Haapasaari.

Eräänä keskiviikkona nainen liittyi mukaan kävelytreffitoimintaan. Hän mainitsi myöhemmin kävelytreffin aikana, että hänen tyttärensä oli kuollut muutama päivä sitten. Se, miten muut kävelytreffiläiset ottivat naisen surun vastaan ja myötäelivät hänen kanssaan, oli henkeäsalpaavan kaunista ja surullista samaan aikaan. Kyseinen nainen oli päättänyt osallistua kävelytreffeille siitä huolimatta, että häntä oli kohdannut suuri suru. Toiminta oli hänelle niin tärkeää, että suurenkin surun keskellä hän koki tärkeäksi ja voimaannuttavaksi liittyä keskiviikkoiseen tapahtumaan. Voidaan siis sanoa, että suurenkin elämänkriisin aikana oikeanlainen toiminta auttaa käsittelemään surua ja saamaan vertaistukea, koira-avusteinen työskentely antoi naiselle tarvitsemaansa tukea ja myötäelämistä.

THL (2015) kertoi kuntoutuksen olevan suunnitelmallista ja monialaista, usein pitkäjänteistä toimintaa, jonka tavoitteena on parantaa kuntoutujan elämänlaatua. Nämä kriteerit täyttyvät kehittämistyön menetelmistä saaduista tuloksista. Palvelu on kannattavaa juuri tämän takia: Tälle työmuodolle on tarvetta. Voidaan siis päätellä palvelun olevan kannattavaa ja samaan aikaan sillä on mieltä ja kehoa kuntouttava voima.

5.3 Koira-avusteinen työskentely innostaa ja koukuttaa

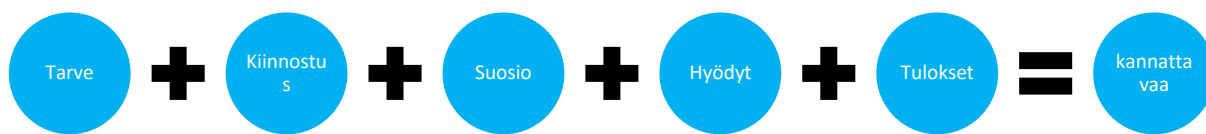
Asiakashaastatteluilissa selvisi yksi suuri yhtäläisyys: jokainen haastateltu koki osallistumisen toimintaan olevan piristävää ja kuntouttavaa toimintaa. Tässäkin aihealueessa vaikutuksen määrän kokeminen vaihteli, mutta jokainen koki toiminnan myötä olevansa energisempi. Jokainen haastatteluun vastannut taho mainitsi myös koira-avusteisen työskentelyn, jota Hali-Koira toteutti, innostavaksi. Asiakashaastatteluilissa A1 ja A3 kertoivat jääneensä koukkuun Hali-Koiran tarjoamaan toimintaan. Myös A2 kertoi hurahaneensa toimintaan ja koki sen tärkeäksi. Palvelun tilaajien haastatteluilissa Korpela kertoi tehneensä palvelumuodon osaksi heidän toimintalupaustaan ja Norokallio painotti Hali-Koiran toiminnan olevan tärkeä työskentelyn muoto. Norokallio toi aiemmin haastattelulissaan esiin arvoja, kuten turvallisuus, arvonantaminen, yhteisöllisyys ja voimavaralähtöisyys, kuvaten niiden pohjaavan täysin Hali-Koiran arvomaailmaa. Yllämainitut arvot kertovat täysin Hali-Koiran arvoista ja näiden lisäksi Hali-Koiran arvoihin voidaan liittää muun muassa yhdenvertaisuus ja kuulluksi tuleminen. Alla ole-

vaan kuvioon on kiteytetty muutamia esimerkkejä siitä, miksi voidaan tulla siihen tulokseen, että Hali-Koiran toteuttama koira-avusteinen työskentely on kuntouttavaa (Kuvio 3).



Kuvio 3. Koira-avusteisen työskentelyn kuntouttavat tekijät. Kuvio perustuu menetelmistä saatuihin tuloksiin.

Koira-avusteinen työskentely on työmuotona kuntouttavaa ja eläimen kanssa jaettu hetki voi lyhykäisyydestään huolimatta olla hetki ihmisen päivästä, joka saa aikaan valtaisan mielihyvän tunteen. Koiran vieraillessa esimerkiksi palvelutalossa voi muuttaa päivän radikaalistikin positiivisemmaksi. Koira ei arvostele, vaan hyväksyy ihmisen sellaisena kuin hän on. Kannattavaa työskentelyn muoto on sen suosion, arvojen ja toiminta-ajatuksen takia. Alla oleva kuvio kertoo, miksi päästään siihen tulokseen, että koira-avusteinen työskentely on kannattavaa. (Kuvio 4.)



Kuvio 4. Miten päästään tulokseen, että koira-avusteinen työskentely on kannattavaa. Kuvio perustuu kehittämistyön menetelmistä saatuihin tuloksiin.

6 OHJEISTUS HALI-KOIRAN VIERAILULLE

Ohjeistus Hali-Koiran vierailulle on toimintatapaehdotus, joka syntyi opinnäytetyön tuotoksena. Ohjeistus on suunnattu antamaan tarvittua etukäteistietoa yrityksen toiminnasta ja parantamaan tiedonkulkua yrityksen ja palvelutalojen välillä. Tämä ohjeistus on yksipuolinen ja mahdollisimman informatiivinen ja kompakti kokonaisuus. Tämän myötä se on helpompi säilyttää, lukea ja sisäistää hektisen palvelutalon arjen yhteydessä. Kommunikointi ja informaatio yrityksen ja palvelutalojen välillä takaa mahdollisimman laadukkaan ja onnistuneen kokonaisuuden, josta hyötyvät kaikki osapuolet (Kuvio 5). Tämä tuotos syntyi tarpeesta saada tieto kulkemaan paremmin. Konkreettinen esite on helppo sisäistää ja säilyttää esillä. Näin Hali-Koiran vieraillessa palvelutalot voivat varautua tapahtumaan paremmin, eikä ole haittaa, vaikka hoitajat olisivat vaihtuneet viime kerrasta. Liite-osuudessa Liite 3 vastaa tuotosta.



HALI-KOIRA

Koira-avusteisen työskentelyn kuntouttava voima!

Hali-Koira:n tarkoituksena on tuoda iloa, vahvistaa ihmisen terveyttä ja antaa sosiaalista hyvinvointia. Hali-Koiran kanssa voidaan jumpata, halia ja rapsuttaa. Jumbat on tehty yhteistyössä fysioterapeuttien kanssa ja jumpan aikana kansanlaulut raikaa. Hali-Koira on toiminnaltaan monipuolista ja moniammatillista. Jumbpien lisäksi Hali-Koira toteuttaa tasapainoharjoitteita ja kävelytyshetkiä.

Hali-Koira vierailee:

- Varaudu koiran tuloon. (tiedotus, allergiat, pelot yms.)
- Koiran vierailun aikana ruoka- ja juomatarjoilua tulisi välttää.
- Varaa avoin tila jumpalle. Liikkeiden vuoksi suositellaan kovia tuoleja.
- Huolehtikaa, että osallistujat ovat valmiina Hali-Koiran vierailuun sovittuna aikana.
- Jumpan aikana tarvitaan avustajia. Tutut kasvot tuovat turvaa. Te tunnette asukkaanne ja osaatte parhaiten avustaa heitä suorittamaan jumppaliikkeet.
- Antakaa tukenne sille, että kaikki kuulevat ja ymmärtävät ohjeet jumpan aikana.
- Nauttikaa ja iloitkaan kanssamme!

Kuva: Katri Lehtola

**Hali-Koiran
kuntouttava voima**

**Tuo iloa ja
vahvistaa terveyttä**

**Kuntouttaa mieltä
ja kehoa**

**Yhdessä
tekemisen ja
onnistumisen ilo**

**Eläimen läsnäolon
voima**

HALI-KOIRA

Mustikuja 4
20660 Littoinen
Maarit Haapasaari
0503442881

www.hali-koira.fi

Kuvio 5. Toimintatapaehdotuksen ulkoasu

7 LOPUKSI

Koira-avusteinen työskentely on ajankohtainen ja tärkeä hyödynnettävä voimavara. Koiran ja ihmisen välillä on suuri voima, joka kannattaisi valjastaa osaksi yhteiskunnan toimintamenetelmien työkalupakkia. Koira-avusteinen työskentely on vasta vauvan mittoissa, mutta sillä on potentiaalia saavuttaa suuria. Eläimen avulla toteutettu työskentely auttaa ehkäisemään syrjäytymistä, ylläpitää ja kehittää olemassa olevia fyysisiä ja psyykkisiä voimia ja soveltuu myös erityistarpeisiin. Koira-avusteinen työskentely on tärkeää sen ajankohtaisuuden vuoksi. Yhteiskunnalla on tarve saada työkaluja yksinäisyyden ja syrjäytymisen ehkäisemiseen, sekä uusia sopeutumiskykyisiä työskentelymuotoja. Yhteiskunta kaipaa monipuolista toimintaa palvelutaloihin. Eläimen avulla hiljainenkin ihminen avautuu, sekä uskaltautuu yrittämään ja etsimään mielen virikkeitä.

Koiralla on tunnetusti laaja-alainen myönteinen vaikutus ihmisen fyysiseen ja psyykkiseen hyvinvointiin. Koiran läsnäolon ja rapsuttelun lisäämän mielihyvähormoni endorfiinin erityksen lisäksi koiran on todettu vaikuttavan positiivisesti käyttäytymiseen, tunteilmaisuuksiin, itsehillintään, aggressiivisuuteen määrään ja sosiaalisiin taitoihin. (Kiva-koira 2018.) On siis pääteltävissä, että koira-avusteinen työskentely on kuntouttavaa niin mielelle, kuin ruumiillekin. Voidaan sanoa myös työskentelyn muodon olevan kannattavaa, koska asiakas hyötyy eläimen avulla toteutetusta aktiviteetista. Valitettavasti vielä tänä päivänä yhteiskunnassamme on lukkoja, jotka vielä vaikuttavat siihen, ettei koira-avusteinen työskentely ole enemminkin sääntö, kuin poikkeus. Palvelutaloissa on hektistä, aikataulu on rajoitettua, rahat ovat kiven alla sekä talot täynnä asukkaita. Tämä tarkoittaa sitä, että koira-avusteisen työskentelyn juurruttaminen on vaikeampaa, mutta ei kuitenkaan mahdotonta.

Opinnäytetyön tutkimuskysymyksenä oli; onko koira-avusteinen työskentely kuntouttavaa ja onko tämä työskentelyn muoto hyödyllistä. Vaikka Koira-avusteinen työskentely vielä hakee paikkaansa osana yhteiskunnassamme, opinnäytetyön tulokset osoittavat koira-avusteisen työskentelyn olevan kuntouttavaa ja hyödyllistä. Tämä tarkoittaa sitä, että koira-avusteinen työskentely voisi olla yksi vastaus yhteiskunnan ongelmien

ratkaisussa. Hyöty, minkä työskentelyn muoto antaa on moninainen ja potentiaalia löytyy laajasti. Eläinavusteisuus voisi olla osa monipuolista työkalupakkia sosiaali- ja terveysalalla. Opinnäytetyöni perusteella on tärkeää tarjota kaikille mahdollisuus kuulla ja kokea eläinavusteisuuden, kuten koira-avusteisen työskentelyn hyödyt - aivan kuten opinnäytetyöni tilaaja Hali-Koira on jo useamman vuoden aikana tarjonnut. Koira-avusteisella työskentelyllä on potentiaali olla yksi poluista kohti parempaa huomista.

Opinnäytetyössäni käytetyt kehittämistyön menetelmät olivat suppeudestaan huolimatta luotettavia ja niiden avulla saatiin kattavat tulokset. Tulosten pohjalta sain varmuuden koira-avusteisen työskentelyn kuntouttavuudesta ja hyödyllisyydestä, joten ne vastasivat suoraan tutkimuskysymykseeni. Lisäksi lähteiden avulla pyrittiin tarkastelemaan ja tuomaan useamman tahon ääni puoltamaan opinnäytetyössäni saamia tuloksia. Seuraavaksi kannattaisi lähteä kartoittamaan mahdollisia väyliä, joiden avulla markkinointi ja asiakkaat kohtaisivat. Tiedottaminen ja markkinointi antaisivat tarvittavan lisäpotkun. Opinnäytetyöni tuotosta voitaisiin myös levittää palvelutaloihin, sekä sitä voisi esitellä markkinoinnin muotona muun muassa terveyden ja hyvinvoinnin tapahtumissa.

Tilaaajan palautteen mukaan opinnäytetyön tuotos eli ohjeistus Hali-Koiran vierailulle on tarpeellinen yritykselle ja se voidaan ottaa käyttöön varsinkin uusien kohteiden kanssa. Ohjeistuksen myötä toivotaan saumattomampaa yhteistyötä palvelutalojen ja yrityksen välillä. Näin ollen ohjeistus muodostaa laadukkaan käytännön Hali-Koiralle. Opinnäytetyön kokonaisuudesta tilaaja kertoo olevansa tyytyväinen. Opinnäytetyö on tilaaajan mielestä selkeä. Opinnäytetyö on hyvä kokonaisuus ja sen tekeminen on ollut mutkaton yhteistyömatka tilaaajan ja allekirjoittaneen välillä.

Koira-avusteinen työskentely on kasvava voimavara. Koira-avusteista työskentelyä voidaan käyttää vastaamaan kahteen tämän hetken megatrendiin: Hyvinvointipalveluihin ja henkiseen hyvinvointiin. Hyvinvointipalveluiden kysyntä kasvaa yhteiskunnassamme. Hoiva-, terveys-, kulttuuri- ja elämispalveluiden kysyntä on nousussa. Samalla henkiseen hyvinvointiin on alettu kiinnittää enemmän huomiota viime aikoina. Itsensä toteuttaminen ja osallisuus sekä osallistuminen ovat esimerkkeinä niistä teki- jöistä, joilla on merkitystä henkiseen hyvinvointiin. Sosiaali- ja terveydenhuollon alan

kannattaisi huomata koira-avusteisen työskentelyn kattavat hyödyt osana heidän työkalupakkiaan.

LÄHTEET

Aaltonen, Elina 2016. Koira-avusteinen työskentely sosiaaalialalla. Sosionomi amk. Opinnäytetyö. 16–27. Viitattu 7.3.2018. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201605106858>

Green Care Finland 2018. Mitä on Green Care? Viitattu 15.3.2018. <http://www.gcfinland.fi/green-care/>

Haapasaari, Maarit 2015. Avoimet ovet- hankkeen Koira-avusteiset kävelytreffit. Turun ammatti-instituutti, painoviestintä. 2-4.

Hali-Koira 2018. Viitattu 15.3.2018. <http://www.hali-koira.fi/hali-koira>

Hali-Koira 2018. Kirjoitetaan Koiralle. Viitattu 26.3.2018. <http://www.hali-koira.fi/kirjoitetaan-koiralle>

Ikäheimo, Kaija 2013. Eläinavusteisen työskentelyn määritelmiä ja termejä. Teoksessa Kaija Ikäheimo (toim.) Karvaterapiaa- Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Yliopistopaino, 10–14.

Jyväskylän yliopisto. Havainnointi eli observointi 2015. Viitattu 2.3.2018. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineistonhankintamenetelmat/havainnointi-eli-observointi-osallistuminen-ja-kenttaetyoe>

Järvinen, Johanna 2013. Koira-avusteinen toiminta varhaiskasvatusikäisen lapsen hyvinvointia tukemassa. Turun Ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. Viitattu 3.4.2018. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2013112518230>

Kajaanin ammattikorkeakoulu 2018. Opinnäytetyöpakki. Viitattu: 6.3.2018. <http://193.167.122.14/Opari/ontTukiKeruuHavannointi.aspx>

Kindsted, Kaarina 2016. Koira-avusteisen toiminnan vaikutuksia ikääntyneiden masennuksen oireisiin Helsingin kaupungin kotihoidossa. Laurea ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. Viitattu 15.3.2018. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201703223609>

Kivakoira 2018. Eläinavusteinen valmennus ja kuntoutus. Viitattu 5.4.2018. <http://www.kivakoira.fi/koira-avusteinen-kuntoutus-ja-valmennus/>

Kotikunnas. Arvot ja toiminta-ajatus. Viitattu 10.4.2018. <http://www.kotikunnas.fi/kotikunnas/index.php/kotikunnas/arvotjatoimintaajatus>

Kortesuoma, Susanna & Karlsson, Hasse 2011. Oksitosiini, kiintymyksen ja sosiaalisuuden neuropeptidi. Duodecim 127: 911–918.

Kuntoutusportti 2016. Mitä kuntoutus on. Viitattu 6.3.2018. <https://kuntoutusportti.fi/kuntoutujalle/mita-kuntoutus-on/>

Lipponen, Krisse & Litovaara, Anneli & Katajainen, Antero. Voimaa. Hyvän elämän polku. Tallinna 2016. Duodecim.

Lundelin, Merja 2012. Koirakuuntelijat. koira-avusteinen työskentely koulukiusaamiseen puuttumisessa. Turun Ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. Viitattu 9.4.2018. http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/50085/Lundelin_Merja.pdf?sequence=1

Näpärä, Liisa 2017. Haastattelun lajityypit. Spoken. Viitattu 3.4.2018. <https://www.spoken.fi/blogi/haastattelun-lajityypit>

Railo, Inka & Urbanus, Kaisa 2017. Koira-avusteista ryhmäkuntoutusta muistisairaille. Saimaan ammattikorkeakoulu.

Visitturku.tv 2016. Video "Hali-Koira - Kävelytreffit hautausmaalla". Viitattu 26.3.2018. <https://www.youtube.com/watch?v=jfrfB7ymsX4>

Välimäki, Matti 2016. Finnish reading dogs help kids learn and grow. Artikkel. Viitattu 3.4.2018. <https://finland.fi/life-society/finnish-reading-dogs-help-kids-learn-and-grow/>

LIITTEET

Liite 1 Teemahaastattelupohja palvelun tilaajien näkökulmasta.

Haastattelulomake:

Teemahaastatteluja.

- 1) Minkälaista palautetta olette saaneet Hali-Koiran toiminnasta?
(täsmennä ja tarkenna näkökulma tilaajan osalta. Miten toiminta on otettu vastaan)

- 2) Onko toiminnan myötä havaittavissa positiivisia muutoksia?
(täsmennä ja tarkenna miten tämä muutos ilmenee jos sellaista on havaittavissa.)

- 3) Mitä te saatte irti Hali-Koiran vierailuista?
(täsmennä ja tarkenna miten palvelu näkyy palvelutalolla)

- 4) Suosittelettekö Hali-Koiraa muille?

Liite 2 Teemahaastattelupohja asiakkaiden näkökulmasta.

Haastattelulomake:

Teemahaastattelu

Asiakashaastattelut:

- 1) Koetteko Hali-Koiran toiminnan olevan kuntouttavaa?
(täsmennä se mitä tarkoitetaan termillä kuntouttava tässä asiayhteydessä)

- 2) Mitä tämän kaltainen toiminta antaa teille?
(täsmennä: mikä on se asia minkä takia käytte Hali-Koiran kävelytreffeillä)

- 3) Voisiko tämän lainen toiminta olla paremmin esillä?
(tarkenna se, mitä kautta haastateltava on löytänyt kyseisen palvelun.)

- 4) Näettekö, että kuntouttavalle koira-avusteiselle työskentelylle olisi enemmän tarvetta?

- 5) Mitä te saatte irti Hali-Koira:sta?

Liite 3 Ohjeistus Hali-Koira:n vierailulle.



HALI-KOIRA

Koira-avusteisen työskentelyn kuntouttava voima!

Hali-Koira:n tarkoituksena on tuoda iloa, vahvistaa ihmisen terveyttä ja antaa sosiaalista hyvinvointia. Hali-Koiran kanssa voidaan jumpata, halia ja rapsuttaa. Jumbat on tehty yhteistyössä fysioterapeuttien kanssa ja jumpan aikana kansanlaulut raikaa. Hali-Koira on toiminnaltaan monipuolista ja moniammatillista. Jumbpien lisäksi Hali-Koira toteuttaa tasapainoharjoitteita ja kävelytshetkiä.

Hali-Koira vierailee:

- Varaudu koiran tuloon. (tiedotus, allergiat, pelot yms.)
- Koiran vierailun aikana ruoka- ja juomatarjoilua tulisi välttää.
- Varaa avoin tila jumpalle. Liikkeiden vuoksi suositellaan kovia tuoleja.
- Huolehtikaa, että osallistujat ovat valmiina Hali-Koiran vierailuun sovittuna aikana.
- Jumpan aikana tarvitaan avustajia. Tutut kasvot tuovat turvaa. Te tunnnette asukkaanne ja osaatte parhaiten avustaa heitä suorittamaan jumppaliikkeet.
- Antakaa tukenne sille, että kaikki kuulevat ja ymmärtävät ohjeet jumpan aikana.
- Nauttikaa ja iloitkaan kanssamme!

Kuva: Katri Lehtola

**Hali-Koiran
kuntouttava voima**

**Tuo iloa ja
vahvistaa terveyttä**

**Kuntouttaa mieltä
ja kehoa**

**Yhdessä
tekemisen ja
onnistumisen ilo**

**Eläimen läsnäolon
voima**

HALI-KOIRA
Mustikuja 4
20660 Littoinen
Maarit Haapasaari
0503442881

www.hali-koira.fi