

ELÄINAVUSTEISUUS SOSIAALISEN OSALLISUUDEN TUKENA

Elisa Tolonen, E38SOS

Opinnäytetyö

Kevät 2018

Diakonia ammattikorkeakoulu

Pieksämäki

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosionomi AMK

TIIVISTELMÄ

Tolonen, Elisa. Eläinavusteisuus sosiaalisen osallisuuden tukena. Kevät 2018. 36 sivua, 2 liitettä. Diakonia ammattikorkeakoulu, Diak itä, Pieksämäki. Sosiaalialan koulutusohjelma, mielenterveys- ja päihdetyön suuntautumisvaihtoehto, sosionomi (AMK).

Green Care on luontoon ja maaseutuympäristöön liittyvää toimintaa, jolla voidaan edistää ihmisten hyvinvointia ja elämäläätua. Green Caren kolme peruselementtiä ovat luonto, toiminta ja yhteisö. Green Caren toimintamenetelmiä ovat eläinavusteisuus, luontoavusteisuus, viherympäristön kuntouttava käyttö ja kuntouttava maatilatoiminta. Opinnäytetyössäni keskityn eläinavusteisuuteen ja opinnäytetyöni työelämän kumppani on Kujelma-hanke. Sosiaalisen osallisuuden ja työllisyyden kehittämishanke Kujelma on Euroopan sosiaalirahaston ja Suomussalmen kunnan rahoittama hanke, jota hallinnoi Suomussalmen kunta. Hankkeen asiakkaita ovat työelämän ulkopuolella olevat työikäiset, joiden työ- ja toimintakyky eivät riitä työllistymiseen.

Opinnäytetyön tarkoituksena on kokeilla eläinavusteisten toimintapajojen mahdollisuutta sosiaalisen osallisuuden lisääjänä osana Suomussalmella toimivan Kujelma-hankkeen toimintaa. Opinnäytetyön tavoite on tuottaa toimeksiantajalle tietoa, jonka avulla hankkeessa mukana olevien asiakkaiden osallisuutta voidaan lisätä.

Opinnäytetyön toiminnalliset eläinavusteiset toimintapajat toteutettiin yhteistyössä Tololan tallin ja Kujelma-hankkeen kanssa. Eläinavusteisten toimintapajojen avulla huomioin eläimen läsnäolon vaikutusta sosiaalisen osallisuuden vahvistajana. Kujelma-hankkeen asiakkaille järjestettiin kaksi käyntikertaa Tololan tallille. Ensimmäisellä käyntikerralla tutustuimme paikkoihin sekä tallin hevosiin ja toisella käyntikerralla järjestin asiakkaille toiminnallisia eläinavusteisia työpajoja. Toimintaa havainnoin kuvien avulla. Asiakkailta kerättiin myös suullista palautetta toimintapäivästä.

Eläinavusteisten toimintapajojen myötä Kujelman asiakkaille tarjoutui mahdollisuus olla päivä osallisina Tololan tallin toiminnassa. Toiminnalliset eläinavusteiset työpajat toimivat hyvin ja Kujelma-hankkeen asiakkaat olivat tyytyväisiä erilaiseen työntäyteiseen päivään. Asiakkaat avustivat hevosten päivärytmin säilyttämisessä, mistä otimme mallia myös oman päivämme rytmitykseen. Asiakkaat kokivat oikean, hyödyksi olevan työn ja eläinten hyvinvoinnista huolehtimisen tärkeänä. Johtopäätöksenä voidaan todeta, että toiminnallisten työpajojen kautta asiakkaat löysivät itsestään uusia vahvuuksia, aktivoituivat ja kokivat yhteisöllisyyttä, joka vahvisti heidän osallisuuttaan. Toimintapäivän kokemusten innoittamana aion tulevaisuudessa tarjota Tololan tallilla toiminnallisia, eläinavusteisia työpajapäiviä.

Avainsanat: Green care, eläinavusteisuus, Kujelma-hanke, osallisuus, sosiaalinen kuntoutus, sosiaalinen osallisuus

ABSTRACT

Tolonen, Elisa. Animal-assisted activities supporting social inclusion. February 2018. 36 pages, 2 appendices. Diaconia University of Applied Sciences, Degree programme in Social services, Option of Mental Health and Substance Abuse Welfare Work, Bachelor of Social Services.

Green care is a set of natural and rural environmental related activities, which can contribute to people's well-being and life quality. Green care has three basic elements: nature, activity and community. Green care action methods are animal-assisted therapy and activities, nature-assisted and green environmental rehabilitation operation. My thesis focused on animal-assisted activities. My working partner was the Kujelma-project. The Kujelma-project is a social inclusion and employment development conducive project. The Clients of this project are unemployed people who have no capacity to work in working life.

The thesis purpose is to try to increase social inclusion with animal-assisted activities for the working partner. The aim of this theses is to provide information for the Kujelma-project on how to increase social inclusion for clients who are involved in this project.

The functional animal-assisted workshops were carried out in cooperation with the Tolola stable and the Kujelma-project. Predicting with animal-assisted workshops I observed if it would be possible that animal presence has an impact on social inclusion as the re-enforcer. The Clients of the Kujelma-project visited the Tolola stable two times. The first time we watched over the places and the horses. The second time I produced for the Kujelma-project clients animal-assisted workshops. The workshops were observed with photos. After the workshops I collected verbal feedback from the clients.

The functional animal-assisted workshops worked well and the Kujelma-project clients were satisfied with different work-filled days. The animal-assisted workshops with the Kujelma-project clients offered a chance to be for a day involved in the Tolola stable operation. The client's experience was that right and beneficial work and animal welfare are important. As a conclusion it can be stated that the functional workshops helped the clients to find new strengths in themselves. The clients were also activated and experienced a sense of community, which strengthens their inclusion. The day of action experience inspires me to provide functional animal-assisted workshop days at the Tolola stable in the future.

Key words: animal-assisted, Green care, the Kujelma -Project, inclusion, social inclusion, social rehabilitation

SISÄLTÖ

1. JOHDANTO.....	5
2. TEORIA JA KESKEISTEN KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY.....	6
2.1 Mitä Green Care on?	6
2.2 Green Care: Menetelmät ja toimintamuodot	8
2.3 Luontovoima ja luontohoiva	9
2.4 Eläinavusteisesta menetelmästä laajemmin.....	12
2.5 Eläimen hyvinvoinnista huolehtiminen.....	15
2.6 Sosiaalinen kuntoutus ja sosiaalinen osallisuus	16
2.7 Asiakkaiden osallistuminen palveluiden suunniteluun, toteutukseen ja kehittämiseen	17
3. PROSESSIN KUVAUS, MENETELMÄT JA TOTEUTUS.....	20
3.1 Työelämäkumppanina Kujelma-hanke.....	20
3.2 Opinnäytetyön prosessi	21
3.3 Valokuvat toiminnan tukena	22
3.4 Vierailupäivä 26.5.2017 Tololan tallille.....	24
3.5 Toimintapäivä 21.6.2017 Tololan tallilla	25
3.6 Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys.....	27
4. JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	28
LÄHTEET.....	34
LIITTEET	36

1. JOHDANTO

Perehdyn opinnäytetyössäni eläinavusteisiin toimintamalleihin sekä niiden vaikutuksiin sosiaalisen osallisuuden tavoittelussa. Kiinnostukseni kumpuaa liki elämänmittaisesta suhteesta erilaisiin eläimiin. Tämän kiinnostuksen myötä hakeuduin opiskelemaan Green Caresta lisää, osallistuen eri ammattikorkeakoulujen yhteiseen pilottihankkeeseen ajalla 8.8.2016–9.11.2017. Näiden opintojen saattelemana eläinavusteinen toimintapajapäivä pilotoitiin osana Suomussalmella toimivaan Kujelma-hanketta. Hankkeen tarkoitus on vahvistaa asiakkaiden sosiaalista osallisuutta, ja tämä oli tavoitteena myös Tololan tallilla järjestettävässä toimintapäivässä. Kujelma-hanke toimii Suomussalmella ja on sosiaalista osallisuutta ja työllisyyttä edistävä hanke. Kujelman asiakkaita yhdistävä tekijä on työttömyys. Kujelma-hankkeen järjestämät toiminnot ovat asiakkailleen maksuttomia sekä vapaaehtoisia. Kujelma-hanke on toiminut työelämäkumppanina opinnäytetyössäni.

Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli seurata asiakkaiden toimintaa eläinavusteisissa toimintapajoissa sekä kuulla kokemuksia siitä, tukevatko eläinavusteiset toiminnot sosiaalista osallisuutta sekä antavatko ne voimavaroja arjen jaksamiseen ja tuottavatko ne yleistä hyvinvointia. Tavoitteena oli tuottaa tietoa työelämäkumppanille, aktivoivatko toiminnalliset eläinavusteiset työpajat asiakkaiden osallisuutta.

Tämä ajankohtainen aihe syntyi tarpeesta selvittää, voiko eläin todella vaikuttaa myönteisesti ihmisyksilön elämään. Tutkimustiedon valossa ratsastusterapialla on ainakin positiivisia vaikutuksia ihmisen elämänlaatuun. Tutkimusta ratsastusterapian hyödyistä on tehnyt muunmuassa Satu Valkas (2012), tutkiessaan psykologisen ratsastusterapian vaikuttavia tekijöitä potilaan näkökulmasta.

Eläinavusteisuus aiheena on itselleni mielenkiintoinen ja tärkeä. Lapsuudenkodissani ei ollut eläimiä ennen kouluikäni. Vihdoin pitkän toivomisen jälkeen, saimme veljeni kanssa ensimmäisen koiran, Pekun. Peku antoi turvallisuuden tunnetta ja auttoi jaksamaan kotona olemista, kun vanhemmat olivat myöhään töissä. Eläinten avulla arjen huolet ja murheet ovat tuntuneet itsestäni helpommin selätettäviltä. Ehkäpä juuri siksi, että joku eläin on ollut aina arjessa mukana, fyysisesti läsnä, niin hyvinä kuin huonoina

hetkinä. Voiko siis eläimen kanssa hetkellinen työskentely tuottaa hyvinvointia ja antaa riittävästi keinoja ja voimavaroja arjen jaksamiseen?

Opinnäytetyössäni esittelen ensin työn teoreettista taustaa sekä määrittelen keskeisiä käsitteitä. Teoriaosuuden jälkeen kerron työelämäkumppanistani sekä opinnäytetyön idean syntymisestä ja opinnäytetyön prosessista. Tämän jälkeen kerron vierailu- ja toimintatapajapäivän toteutuksesta, jonka jälkeen siirryn tekemiini johtopäätösiin ja pohdintaan.

2. TEORIA JA KESKEISTEN KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY

Tässä luvussa käsittelen Green Caren teoriaa, sen menetelmiä ja toimintamuotoja sekä luontohoivaa ja luontovoimaa. Lisäksi kerron laajemmin eläinavusteisesta menetelmästä sekä kerron eläimen hyvinvointiin vaikuttavista asioista. Yhtenä asiakokonaisuutena käsittelen sosiaalista kuntoutusta ja sosiaalista osallisuutta, sekä sitä, mitä uudistunut sosiaalihuoltolaki asiasta määrittää.

2.1 Mitä Green Care on?

Green Care -käsitettä on alettu käyttää Suomessa vuonna 2006. Green Caren nimeämisen jälkeen olemassa oleva, luontoa hyvinvoinnin tueksi hyödyntävä toiminta on saanut uudenlaisen väylän kehittyä näkyvämmäksi. Green Care -toimintaan liittyviä hankkeita, tilaisuuksia ja tapahtumia on vuosi vuodelta enemmän. Yrittäjien ja median kiinnostus on lisääntymässä Green Carea kohtaan, ja monet luontoa hyödyntävät toimijat ovat päässeet näkyviin. Lisääntyneen kiinnostuksen kautta toimijoiden on ollut helpompi verkostoitua ja kehittää toimintaansa yhä moniammatillisemmaksi. (Vehmasto 2014, 8.)

Green Care Finland määrittelee Green Caren luontoon ja maaseutu ympäristöön liittyväksi toiminnaksi, jolla voidaan edistää ihmisten hyvinvointia ja elämälaatua (Green Care

Finland). Green Caren kolme peruselementtiä ovat luonto, toiminta ja yhteisö. Näitä elementtejä eri tavoin yhdistämällä ja painottamalla syntyvät Green Care -toiminnan hyvinvointivaikutukset. (Voimaa! -hanke. Luonto hyvinvoinnin lähteenä. Suomalainen Green care 2013, 3). Green Care toimintaa toteutetaan muun muassa ratsastusterapiassa, puutarhaterapiassa, sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa sekä ekopsykologisessa menetelmässä, kussakin oman ammattialan osaamisen mukaisesti. Toimintaa harjoitetaan tavoitteellisesti, vastuullisesti sekä ammatillisesti. Nämä ovatkin Green Caren kolme keskeistä perusedellytystä. (Salonen 2016.) Green Caren laajempa tavoitteena on ehkäistä ihmisen vieraantumista luonnosta ja auttaa rakentamaan kestävän kehityksen mukaista elämäntapaa. (Green Care Finland).

Hyvinvointia lisäävät vaikutukset syntyvät esimerkiksi luonnon elvyttävyyden, osallisuuden ja kokemuksellisuuden avulla. Toiminta sijoittuu usein luonnonympäristöön tai maatilalle, mutta luonnon elementtejä voidaan tuoda ja käyttää myös kaupunki- ja laitospäristöissä. Kaupungistumisen myötä luonnonelementtien sijoittaminen esimerkiksi laitoshoidossa olevan asiakkaan iloksi voi auttaa kuntoutumisessa. (Green Care Finland.)

Green Care -toiminnan kivijalan määritellään muodostuvan ympäristö- ja ekopsykologiasta. Ympäristö- ja ekopsykologian teoria on kehitetty Yhdysvalloissa. Sen näkökulman mukaan ihminen on aina osa ympäristöään, jolloin ympäristö vaikuttaa välittömästi ihmisen fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen. (Salonen 2016.) Ympäristöpsykologian tarkoitus on tutkia ympäristön elvyttävyyttä ja ihmisten mielipaikkoja erilaisissa ympäristöissä. Ympäristöpsykologiset tutkimukset ovat osoittaneet, että luontoympäristöllä on positiivinen vaikutus ihmiseen. Luontokokemuksen positiivista vaikutusta voidaan kutsua elpymiseksi. Elpymistä voi olla esimerkiksi toipuminen fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti ylikuormittavasta tilanteesta tai toipuminen keskittymistä vaatineen tehtävän jälkeen. Myös ulkoa tai luonnosta sisälle tuodut luontoelementit voivat edesauttaa elpymistä. (Salonen 2010, 17–27.)

2.2 Green Care: Menetelmät ja toimintamuodot

Tunnetuin eläinavusteisen terapian muoto Suomessa on ratsastusterapia. Eläinavusteisessa toiminnassa voidaan käyttää hevosen ohella monia muita koti- ja lemmikkieläimiä. Koirien ja kissojen kanssa tehdään esimerkiksi vierailuja hoitolaitoksiin. Kasvavaa kiinnostusta on myös nautojen, laamaeläinten, vuohien, lampaiden ja kanojen kanssa toteutettavaan eläinavusteiseen toimintaan. Ammatillisesti ja tavoitteellisesti toteutettuna työskentely eläinten parissa tarjoaa asiakkaalle mielekästä tekemistä sekä mahdollisuuden harjoittaa monia erilaisia taitoja. (Green Care Finland.) Eläinavusteisuutta käsittelen laajemmin luvussa 2.4.

Luonnonympäristöllä on selvästi rauhoittavia vaikutuksia ihmiseen. Nämä ilmenevät muuan muassa sydämen sykkeen, verenpaineen laskemisena sekä stressihormonien määrän ja lihasten jännittyneisyyden vähenemisenä. Yksi tehokkaista keinoista stressinhallintaan on luonnossa kulkeminen. Luontoa käytetään myös terapiaympäristönä hoidossa ja kuntoutuksessa. (Green Care Finland.)

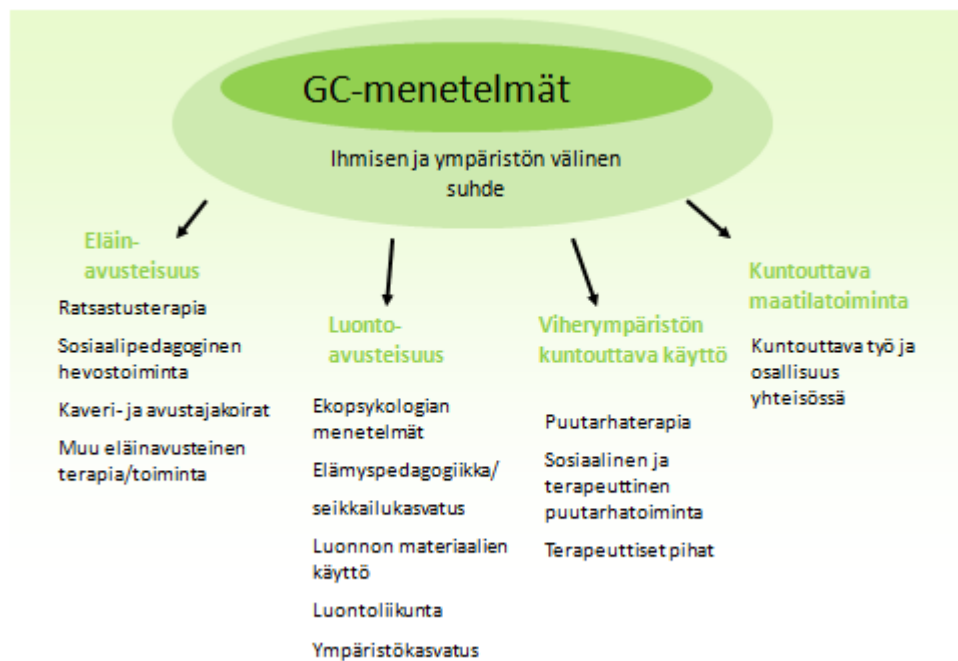
Puutarha- ja viherympäristö voi elämyksellisyyden ohella tarjota työtä ja toimintaa erilaisten taitojen harjoittamiseen. Sosiaalisessa ja terapeuttisessa puutarhatoiminnassa on kysymys elvyttävien ja voimaannuttavien kokemusten tuottamisesta kasvien hoitamisen avulla. Puutarhaterapiassa hyödynnetään samoja toiminnallisia elementtejä kuin puutarhatoiminnassakin, mutta puutarhaterapia on tietoisesti ja tavoitteellisesti suunniteltu osa potilaan terapiaa ja kuntoutusta. Puutarhaterapiaa voi antaa vain terapiakoulutuksen saanut henkilö. (Green Care Finland.)

Maatilojen käyttö kuntoutumisympäristöinä on oleellinen osa eurooppalaista Green Care-toimintaa. Useissa Euroopan maissa maatilaympäristöjä käytetään monipuolisesti erilaisiin sosiaalisen kuntoutuksen tarpeisiin. Niin sanottu hoivamaatalous on jo tunnistettu käsite Euroopan maissa. Suomessa on muutamia satoja monialaisia maatiloja, jotka tarjoavat hoiva- ja hoitopalveluita. Maatilalla luonto on mukana arjen rutiineissa, kuten esimerkiksi eläinten hoitamisessa ja kasvukauteen liittyvissä töissä. Yhteisöllinen tekeminen

ja päivärytmin noudattaminen tukevat kuntoutumista ja arjen hallintaa. Metsätalouden töitä voidaan käyttää samassa tarkoituksessa kuin muitakin maatalan töitä. (Green Care Finland.)

Edellä esittelemäni Green caren menetelmät ja toimintamuodot voidaan jakaa ylläolevan mukaisesti. Useasti kuitenkin Green care palveluissa yhdistyvät huomaamatta useat eri menetelmät ja toimintamuodot ilman, että niitä palvelunkuvauksessa erikseen mainittaisiin.

Alapuolella kuvassa 1 havainnollistettu Green care menetelmät ja toimintamuodot.



Kuva 1. Green Caren menetelmät (Green Care Finland. Menetelmät)

2.3 Luontovoima ja luontohoiva

Green Care -termin suomenkielisinä vastineina on alettu käyttää luontohoivan (tai vihreän hoivan) ja luontovoiman (tai vihreän voiman) käsitteitä (Green Care Finland. Luontohoiva & Luontovoima.). Green Care -toiminta voidaan jakaa luontohoivan ja

luontovoiman palveluihin asiakaskunnan, palvelujen ostajan ja järjestäjän sekä niihin kohdistuvien vaatimusten perusteella. Kerron näistä seuraavaksi.

Luontohoivaa ovat julkisen sektorin järjestämisvastuulla olevat luontolähtöisyyttä hyödyntävät hoivan ja kuntoutuksen palvelut. Näissä palvelun ostaja ja käyttäjä ovat usein eri tahoja, eikä palvelun käyttäjä itse voi aina tehdä valintaa luontovoiman ja luontohoivan välillä. Näihin palveluihin liittyy monia toimintaa ohjaavia säädöksiä. Monet luontohoivan palvelut edellyttävät tuottajalta joko sosiaali- tai terveysalan koulutusta tai kiinteää yhteistyötä koulutettujen toimijoiden kanssa. Luontohoivan asiakkaita luonnehtii jollain tavoin haavoittuva asema, kuten esimerkiksi hoivan ja kuntoutuksen tarve tai syrjäytymisuhka. (Voimaa! -hanke. Luonto hyvinvoinnin lähteenä. Suomalainen Green Care 2013, 6.) Eläinavusteisia menetelmiä voidaan käyttää terapian ja kuntoutuksen tarpeisiin. Tällöin menetelmän tuottajalta vaaditaan koulutus tuotettavaan tehtävään. (Rappe 2016.)

Hoivalaitoksissa ja tuetun asumisen yksiköissä voidaan hyödyntää luonnon tarjoamia mahdollisuuksia asiakkaiden elämänlaadun parantamiseen ja omatoimisuuden tukemiseen. Esimerkiksi kävelykyvyn ylläpitämisessä tai kehittämisessä voidaan hyödyntää luontoa. Rappen mukaan sosiaalipalveluissa ja sosiaalisessa kuntoutuksessa luonnon voimavaroja voidaan hyödyntää monella eri tavalla, esimerkiksi lähtemällä asiakkaan kanssa ulos kävelylle keskustelemaan asioista sen sijaan, että sen tekisi sisällä toimistossa istuen. (Rappe 2016.)

Luontovoiman palveluihin kuuluvat tavoitteelliset luontolähtöiset hyvinvointipalvelut sekä luontolähtöiset harrastus-, kasvatus- ja opetuspalvelut. Luontovoiman asiakkaat eivät yleensä ole erityisen haavoittuvassa asemassa ja siitä syystä nämä palvelut kuuluvat harvemmin julkisen sektorin järjestämisvastuulle kasvatuspalveluja lukuun ottamatta. Luontovoiman palveluilla voi kuitenkin olla laaja yhteiskunnallinen merkitys, mikäli niillä voidaan ennaltaehkäistä asiakkaiden tarvetta kuntoutukseen tai hoivaan. Luontovoiman palveluita voivat tuottaa monet eri tahot, eikä niitä ole lainsäädännöllisesti tarkasti määritelty. Palvelujen tuottajilta ei vaadita sosiaali- tai terveysalan koulutusta. Näitä palveluja ostaa usein yksityinen taho oman mieltyöksensä mukaan. (Voimaa! -hanke. Luonto hyvinvoinninlähteenä. Suomalainen Green Care 2013, 6.) Luontovoiman

palveluihin voivat kuulua tavoitteelliset luontolähtöiset työhyvinvointipalvelut, harrastus-, kasvatusta- ja virkistyspalvelut sekä muut hyvinvointipalvelut. Ennaltaehkäiseville ja terveyttä tukeville hyvinvointipalveluille on koko ajan kasvava tarve. Tästä hyvä esimerkki on sosiaalipedagoginen hevostoiminta, jonka päätavoite on ehkäistä syrjäytymistä. (Green Care Finland. Luontohoiva & Luontovoima.)

Suomalainen luonto tarjoaa erinomaiset mahdollisuudet monenlaiseen luonnossa tapahtuvaan virkistymiseen, elpymiseen ja voimaantumiseen. Luontoelämyksiin pohjautuvilla palveluilla voidaan tukea muun muassa työssäkäyvien jaksamista, suojata mielen-terveyden ongelmilta tai auttaa ikäihmisten toimintakyvyn ylläpitämisessä. (Salonen 2016.)

Luonto- ja eläinavusteiset menetelmät on mahdollista ottaa käyttöön myös kasvatus-työssä. Koulun ulkopuolinen oppiminen, esimerkiksi luontoretket ja maatilavierailut, tarjoavat omakohtaisia elämyksiä ja kokemuksellista oppimista, mikä täydentää koulujen tietopainotteista opetusta. Luontosuhteen syvenemisen ohella voidaan opetella myös sosiaalisia taitoja. Nykyään ryhmäytymiseen käytetään erilaisia luontovoiman palveluita, joiden avulla hiotaan ryhmädynamiikkaa tai esimerkiksi vaihdetaan olemassa olevia rooleja. (Voimaa! -hanke. Luonto hyvinvoinnin lähteenä. Suomalainen Green Care 2013, 18–21.) Alla kuva 2, jossa Green Care Finlandin määrittely luontohoivan- ja luontovoiman palvelutyypeistä, ja kuinka ne asettuvat luontohoivan ja luontovoiman puolelle.



Kuva 2. Green Care -palvelutyypit (Green Care Finland)

2.4 Eläinavusteisesta menetelmästä laajemmin

Eläimillä on myönteisiä vaikutuksia ihmisen terveydelle niin fyysisesti, psyykkisesti kuin sosiaalisestikin. Tutkimusten mukaan jo pelkällä eläimien läsnäololla on positiivisia ja elämänlaatua parantavia vaikutuksia ihmisen hyvinvointiin. Tutkimusta eläinten hyvinvointi vaikutuksista ihmisille on tehnyt esimerkiksi Linda Handlin ja kumppanit (2011) seuraavassa tutkimuksessa: Short-term interaction between dogs and their owners: Effects on oxytocin, cortisol, insulin and heart rate-an exploratory study. Tutkimuksessa voidaan osoittaa, että eläinten läsnäolo vaikuttaa esimerkiksi sydämen sykkeeseen sitä alentavasti. Eläimen rauhoittavan vaikutuksen sekä elämänilon ja hyvän mielen tuomisen kautta on voitu helpottaa esimerkiksi sairaalahoidossa olevien lapsien elämää. Eläimen tarvitsema hoiva rytmittää päivää ja näin ollen lisää ihmisen hyvinvointia. Perustarpeet kuten ravinto, riittävä lepo ja liikunta ovat samanlaisia niin ihmisille kuin eläimillekin. (Hevostoiminta. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta.) Eläinavusteisella toiminnalla

voidaan parantaa ihmisen hyvinvointia ja elämänlaatua sekä tarjota virikkeitä. Eläinavusteisen terapian avulla voidaan saada esille sellaista tunnetason tietoa, jolle ei ole vielä sanallista ilmaisua. (Green Care Finland. Menetelmät. Eläinavusteiset menetelmät.)

Eläinsuhteiden luotettavuus tukee myös rauhoittumista. Eläimen tarjoama lohtu ja läheisyys ovat jatkuvasti saatavilla. Niihin voi turvautua silloinkin, kun läheisissä ihmissuhteissa on vaikeuksia. Eläimen kanssa tapahtuvaa kommunikointia helpottaa osaltaan sanojen puuttuminen. Vuorovaikutus tapahtuu kehonkielellä, joka on usein sanallista viestintää aidompaa ja todellisempaa. (Human animal bond research institute. Research. Mental health and wellness.) Vinbladin, Santalan ja Sippolan (2014) mukaan keskeinen ero ihmisen ja eläimen välillä on myös siinä, että eläin ei arvioi ja luokittele ihmisiä heidän sosiaalisen asemansa ja siihen liittyvien ulkoisten ominaisuuksien perusteella. Eläin suhtautuu kaikkiin kohtaamiinsa ihmisiin tasavertaisesti (Vinbland & Santala & Sippola 2014).

Käsitteiden eläinavusteinen toiminta (animal-assisted activities) ja eläinavusteinen terapia (animal-assisted therapy) erottaminen on tärkeää. Eläinavusteinen toiminta on ihmisten aktivoimista yleensä ilman koulutukseen perustuvaa ammatin harjoittamista, kun taas eläinavusteinen terapia on kouluttautuneen ammattihenkilön toteuttamaa terapiaa (Pet-partners. Learn. Terminology).

Eläinavusteista toimintaa on monenlaista ja sitä toteutetaan eri eläinten avulla, kuten esimerkiksi kissat, koirat, hevoset, laamat, lampaat sekä muut maatila- ja kotieläimet. Eläinavusteisessa toiminnassa ja terapiassa myös eläimen hyvinvoinnista on huolehdittava ja sille on annettava mahdollisuus lajinsa mukaiseen elämään. Eläin tarvitsee myös vaihtelua ja virikkeitä elämäänsä. Eläimen työ ei myöskään saa olla liian kuormittavaa. (Green Care Finland. Menetelmät. Eläinavusteiset menetelmät.)

Eläinavusteinen toiminta on eläinten ja ihmisten kohtaamista. Samaa aktiviteettia voidaan harrastaa monien eri ihmisten kanssa, toisin kuin eläinavusteisessa terapiassa, joka on hoidon tarpeen mukaan yksilöllisesti räätälöityä. (Pet Partners. Learn.) Yhtenä avaintekijänä eläinavusteisessa toiminnassa on, ettei hoitotavoitteita ole erityisesti suunniteltu joka vierailulle erikseen tai laisinkaan. Eläinavusteiselle toiminnalle on myös ominaista, että

vapaaehtoiset henkilöt ja palvelun tarjoajat eivät tee muistiinpanoja käynneistään. Vierailujen sisältö on spontaania ja asiakkaan toivomusten mukaista, ja vierailut kestävät niin kauan kuin on tarve. Eläinavusteista toimintaa ovat esimerkiksi vapaaehtoisten henkilöiden tarjoamat koirien ja kissojen vierailut vanhusten ja mielenterveysongelmaisten hoitokodeissa sekä lasten hoitolaitoksissa. (Green Care Finland. Menetelmät. Eläinavusteiset menetelmät; Pet Partners.) Eläinavusteiset toiminnot sijoittuvatkin yleisesti ottaen luontovoiman puolelle, jolloin palvelun tuottajalta ei vaadita ammatillista pätevyyttä.

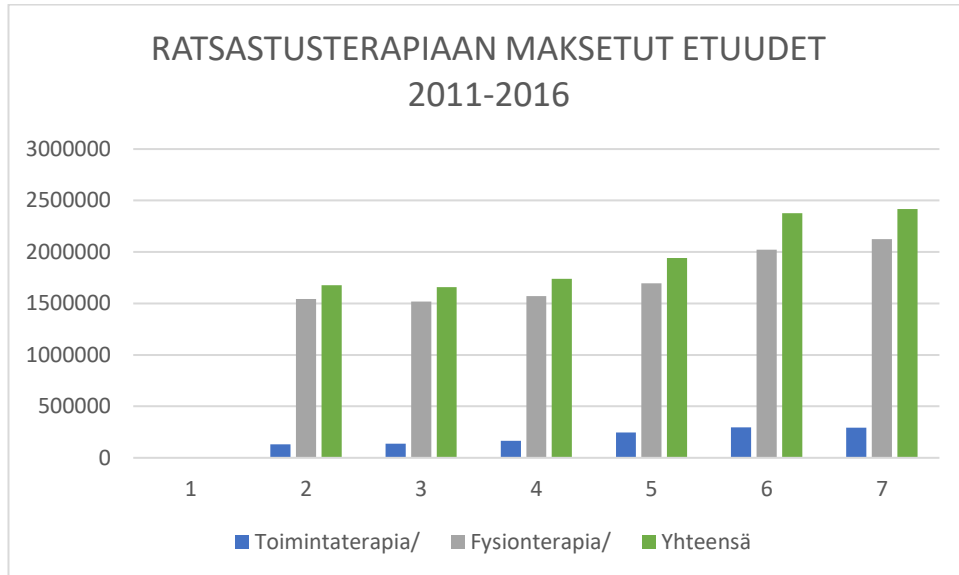
Eläinavusteinen terapia on tavoitteiden ohjaama interventio, jossa tietyt kriteerit täyttävä eläin on keskeinen osa hoitoprosessissa. Eläinavusteinen terapia on alaan erikoistuneiden sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten toteuttamaa terapiaa oman ammattitaitonsa ja erityisosaamisensa mukaisesti. Eläinavusteisella terapialla voidaan muuttaa kuntoutustilannetta eri tavoin, koska puhumisen ohella voidaan hyödyntää toiminnan ja elämysten kautta tapahtuvaa oppimista. Eläinavusteisen terapian prosessi on aina harkittu ja sen päämäärät ja tavoitteet ovat yksilöllisesti määriteltäviä. Terapiaa tarjotaan kaikenikäisille asiakkaille. (Animal Assisted Intervention International. Aai. Animal assisted intervention)

Ratsastusterapian tavoitteet voivat olla esimerkiksi seuraavanlaisia: asiakkaan kehontietoisuuden vahvistuminen(sensomotoriikka) niin, että oman käyttäytymisen säätely edistyy, jolloin arjen toiminnot helpottuvat tai itsetunnon vahvistuminen(psykososiaalisuus) niin, että asiakas löytää itsestään positiivisia asioita ja rohkaistuu ilmaisemaan omia mielipiteitään. (Hanna Huttunen, henkilökohtainen tiedonanto 29.1.2018)

Ratsastusterapia on selkeästi luontohoivan alaista toimintaa, jolloin palvelun tuottajalta vaaditaan tuotettavaa palvelua vastaava koulutus, yleensä sosiaali- ja terveysalan pohjakoulutus. Kuten aiemmin mainitsin kappaleessa 2.3. Terapiapalveluille on myös ominaista, että niiden maksava taho on eri kuin palveluita käyttävä taho.

Kela järjestää vaativan lääkinnällisen kuntoutuksen avoterapiapalveluna ratsastusterapiaa asiakkailleen. Hevosella uskotaankin lähitulevaisuudessa olevan yhä merkittävämpi rooli hyvinvointi- ja kuntoutuspalveluissa. Ratsastusterapia on toiminta- sekä fysioterapian viitekehystä tarjottuna kasvanut selkeästi vuodesta 2011 vuoteen 2016 saakka. (kaavio 1.). Se mistä kasvu johtuu, on vielä tässä vaiheessa epäselvää. Ratsastusterapeutteja haastateltuani olen huomannut, että yksi kasvuun vaikuttanut suuri syy on ratsastusterapian

tuleminen tutuksi maksaville tahoille, kuten esimerkiksi sairaanhoitopiireille, vakuutusyhtiölle sekä hoitaville lääkäreille. (Hanna Huttunen, henkilökohtainen tiedonanto 20.2.2017)



Kaavio 1. Ratsastusterapiaan maksetuista etuuksista toiminta- sekä fysioterapian viitekehysellä vuosilta 2011 – 2016. (Hippolis. (2016) Suomen Hippos ry. Suomen Ratsastajainliitto ry. Luke Hevostalous, 12)

2.5 Eläimen hyvinvoinnista huolehtiminen

Kaikessa toiminnassa, jossa eläin on mukana, tulee kiinnittää huomiota eläimen hyvinvointiin, jaksamiseen ja lajinnukaisen elämän mahdollisuuteen. Eläinavusteiseen terapiaan tai toimintaan valitaan sopivat yksilöt, ja eläimen ohjaajan pitää osata lukea ja tulkita eläintyöparinsa viestejä. Työ ei saa olla eläimelle liian kuormittavaa. Eläinavusteisessa työssä myös eläin saa vaihtelua, virikkeitä ja sisältöä elämäänsä. (Vinblad ym. 2014.) Eläinten kanssa toimiessa on syytä tutustua Eviran oppaisiin, joissa kerrotaan eläinlajien lajinnukaisesta hoidosta. Oppaat on laadittu kaikille tuotantoeläimille: hevoselle, naudalle, sialle, kanalle, ankalle ja hanhelle, kalkkunalle, lampaalle, vuohelle ja turkiseläimille. Myös kissan ja koiran sekä muiden lemmikkieläinten oppaat ovat saatavilla seuraavan polun kautta: Evira. Tietoa Evirasta. Julkaisut. Eläimet. Oppaat. (Vehmasto 2014, 77.)

2.6 Sosiaalinen kuntoutus ja sosiaalinen osallisuus

Vaikka sosiaalisella kuntoutuksella on jo yli 50 vuotta vanha ja värikäs historia, on sen yksiselitteinen määrittely vaikeaa (Haimi & Hurme 2007, 40). Kansallisissa ja kansainvälisissä yhteyksissä on yritetty määrittellä sosiaalista kuntoutusta jo 1970- ja 1980-luvuilla siinä täysin onnistumatta. Sosiaalisen kuntoutuksen määrittely riippuu paljon siitä, kuka määrittelee ja missä ympäristössä määrittely tapahtuu. Tämän vuoksi sosiaalinen kuntoutus voidaan nähdä yläkäsitteenä kaikille kuntoutuksen toimintaloikoille. Kuntoutuksen toimintaloikoja ovat lääkinnällinen, kasvatuksellinen, psyykkinen ja sosiaalinen kuntoutus. (Haimi & Hurme 2007, 40-41.)

Järvinen ja Härkäpää (2004,24) määrittelevät sosiaalisen kuntoutuksen niin, että sillä tarkoitetaan prosessia, jonka avulla pyritään parantamaan asiakkaan sosiaalista toimintakykyä eli kykyä selviytyä esteettömästi arkipäivän välttämättömistä toiminnoista ja vuorovaikutuksesta omassa elinympäristössään. Toisin sanoen esteettömyydellä tarkoitetaan esteettömyyttä asuinympäristössä, osallisuudessa, sosiaalisissa suhteissa, taloudellisissa asioissa sekä kaikenlaisessa elämiseen liittyvässä turvallisuudessa. Sosiaalisesta kuntoutuksesta on säädetty myös sosiaalihuoltolaissa (L 1301/2014) seuraavasti: ”Sosiaalisella kuntoutuksella tarkoitetaan sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen keinoin annettavaa tehostetua tukea sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi, syrjäytymisen torjumiseksi ja osallisuuden edistämiseksi. Sosiaaliseen kuntoutukseen kuuluu:

- 1) sosiaalisen toimintakyvyn ja kuntoutustarpeen selvittäminen;
- 2) kuntoutusneuvonta ja -ohjaus sekä tarvittaessa kuntoutuspalvelujen yhteensovittaminen;
- 3) valmennus arkipäivän toiminnoista suoriutumiseen ja elämänhallintaan;
- 4) ryhmätoiminta ja tuki sosiaalisiin vuorovaikutussuhteisiin;
- 5) muut tarvittavat sosiaalista kuntoutumista edistävät toimenpiteet.

Nuorten sosiaalisella kuntoutuksella tuetaan nuorten sijoittumista työ-, työkokeilu-, opiskelu-, työpaja- tai kuntoutuspaikkaan sekä ehkäistään näiden keskeyttämistä. Uusi Sosiaalihuoltolaki velvoittaa kuntia järjestämään sosiaalihuoltolain mukaista sosiaalista kuntoutusta.” (L 1301/2014.)

Sosiaalinen osallisuus on laaja ja moniulotteinen käsite. Sitä voidaan lähestyä monista eri näkökulmista. Käsitteen alkujuuret ovat yhteiskuntatieteellisissä teorioissa. Sosiaalipoliittisesta näkökulmasta sosiaalista osallisuutta on yksilön mahdollisuus osallistua yhteiskuntaan ja valtion velvollisuus on tukea sitä. Lisäksi sosiaalista osallisuutta voidaan tarkastella yksilötasolla tunneperäisenä kokemuksena. (Leemann & Kuusio & Hämäläinen 2015, 1.)

2.7 Asiakkaiden osallistuminen palveluiden suunnitteluun, toteutukseen ja kehittämiseen

Tulevaisuudessa asiakkaiden osallistumisella on varsin keskeinen asema sosiaali- ja terveydenhuollossa. Enää ei ole kysymys vain asiakaslähtöisestä toimintatavasta tai vertais-toiminnasta, vaan siitä, että tulevaisuudessa asiakkaat tuottavat tietoa ja osallistuvat palveluiden suunnitteluun, toteutukseen ja kehittämiseen. Asiakkaiden osallistumisella tavoitellaan kokemusasiantuntijan asemaa ja roolia. Suomalaisessa sosiaali- ja terveydenhuollossa julkinen hallinto on päävastuussa järjestelmän toimivuudesta. Järjestelmä pyrkii vastaamaan kaikkien asiakkaiden tarpeisiin. (Toikko, 2009.)

Asiakkaiden osallistuminen palveluiden suunnitteluun, toteutukseen ja kehittämiseen on ajankohtainen sosiaalipoliittinen tavoite. Osallistumisen ajatus on läpäissyt lähes kaikki eurooppalaisen sosiaalipoliitiikan mallit. Uudenaikaiseen julkisen sektorin sosiaali- ja terveydenhuoltoon on sisällytetty piirteitä yksityisen sektorin toimintatavoista. Palveluita on tuotteistettu ja toimintaa tehostettu palveluprosesseja selkeyttämällä. Sosiaali- ja terveyspalveluita muokataan markkinaehtoisen toiminnan suuntaan, jossa keskiössä ovat tilaaja ja tuottaja, mutta vahvasti myös kuluttaja. Parhaimmillaan kuluttaja ohjaa valinnoillaan palveluita ja tuotekehitystä. Nykypäivän julkishallinnossa asiakas halutaan nähdä kuluttajana. (Toikko, 2009.)

Asiakaslähtöinen toiminta edellyttää palvelun käyttäjien roolin korostamista. Asiakkaita osallistetaan suhteessa heidän omaan elämäänsä, mutta myös sosiaali- ja terveydenhuollon järjestelmien suuntaan. Näin asiakkaiden tietoa ja taitoa käytetään palvelujärjestelmän

toimintatapojen kehittämiseen ja arviointiin. (Toikko, 2009.) Asiakaslähtöisten toimintatapojen kautta voimme saada arvokasta tietoa siitä, kuinka yksilö kokee tarjotun palvelun hyödyttäneen häneen elämäänsä. Tarvitaan myös tietoa siitä, miten palvelujärjestelmää tulisi kehittää, jotta palveluntarjoajilla olisi tarjota kuluttajien tarvitsemia palveluita.

Palveluissa kokemusasiantuntijat toimivat yhdessä ammatillisten asiantuntijoiden kanssa. Tällä tavoin kokemustieto muodostaa keskeisen kehittämistoiminnan lähteen. Asiakkaan osallistuminen palveluun ja kokemusasiantuntijan rooliin vaatii ammatillisten asiantuntijoiden ja asiakkaiden yhteistyötä. Ammatillisen asiantuntijan roolissa henkilöllä on vastuu toimintapäivässä siitä, että jokainen asiakas on ryhmässä yksilö ja jokainen saa äänensä kuuluviin. Asiakkaiden kokemusasiantuntijuuden tärkeyttä korostetaan näin myös yksilöllisesti. (Toikko, 2009.)

Asiakkaiden keskinäinen toiminta eli vertaistoiminta edellyttää keskinäistä kokemustiedon muodostamista. Kollektiivisen toiminnan myötä yksittäisen asiakkaan kokemukset vahvistuvat. Henkilökohtaisesta tiedosta muodostuu sosiaalista tietoa, joka jalostuu käyttäjien kokemusten jakamista tiedoista. Palveluiden käyttäjien osallistamisen tavoitteena on kokemustiedon ja ammatillisen tiedon välinen vuorovaikutus. Kokemusasiantuntijuuden kehittyminen edellyttää vertaistoimintaa. Nimensä mukaisesti vertaistoiminta mahdollistaa asioiden ja näkemysten vertailun. Se mahdollistaa myös yksilöllisen tiedon muuntautumisen sosiaaliseksi tiedoksi. Kokemusasiantuntijuuden kehittyminen edellyttää palvelujärjestelmältä asiakaslähtöistä toimintatapaa. Tämän kautta kokemusasiantuntijan ja ammatillisen asiantuntijan välinen vuorovaikutus voidaan saavuttaa. Tavoitteena on palvelun käyttäjien konkreettinen osallistuminen palveluiden suunnitteluun, toteutukseen ja kehittämiseen. (Toikko, 2009.)

Osallistuminen tarkoittaa sitä, että palveluiden käyttäjä on konkreettisesti mukana palveluiden suunnittelussa, toteutuksessa ja kehittämisessä. Toikon mukaan palvelun käyttäjien osallistumista voidaan arvioida esimerkiksi seuraavien viiden tason mukaisesti:

Taso 1: Ei osallistumista (*no involvement*)

Palvelut suunnitellaan ja toteutetaan ilman palveluiden käyttäjien osallistumista

Taso 2: Rajoitettu osallistuminen (*limited involvement*)

Käyttäjryhmille annetaan rajoitetusti tietoa palveluista ja heitä konsultoidaan satunnaisesti tai tarvittaessa palveluita koskeissa muutoksissa. Käyttäjät voivat mahdollisesti osallistua oman palvelusuunnitelman laatimiseen.

Taso 3: Kasvava osallistuminen (*growing involvement*)

Käyttäjryhmiä konsultoidaan säännöllisesti palveluita koskeissa asioissa (päätökset, toimintatavat, kehittäminen). Kommentit kuitenkin suodatetaan tai muokataan hallinnon tarpeisiin. Käyttäjää osallistetaan oman palvelusuunnitelman laatimiseen ja seurantaan.

Taso 4: Yhteistoiminta (*collaboration*)

Organisaatio on tehnyt tietoisien palvelun käyttäjää koskevan arvovalinnan. Palvelun käyttäjät osallistuvat säännöllisesti toimintatapoja koskevaan keskusteluun, palvelun kehittämiseen ja toimintaa koskevaan päätöksentekoon. Palveluiden käyttäjille korvataan käytetty aika sekä muut mahdolliset kulut. Palvelun käyttäjille tarjotaan mahdollisuus tavata toisiaan ja heille tarjotaan koulutusta ja tukea yhteistoimintaa varten.

Taso 5: Kumppanuus (*partnership*)

Palvelun käyttäjät ja henkilökunta työskentelevät yhdessä kaikilla palvelualueilla. Päätöksenteko toteutetaan aina yhdessä. Palvelun käyttäjät osallistuvat palveluiden jatkuvaan arviointiin. Organisaatiolla on resursseja sekä menetelmiä ottaa mukaan, tukea ja kouluttaa palveluiden käyttäjiä. Palveluiden käyttäjiä palkataan organisaation tehtäviin. (Toikko, 2009.)

Toikon artikkelissa (2009) Janet Warrenin mukaan osallistumisen muodot palvelujärjestelmässä aukeavat neljään eri suuntaan: informaatioon, konsultaatioon, palvelutoimintaan ja valtaistamiseen (empowerment). Osallistumisen muotoja ei aseteta hierarkkiseen järjestykseen toisiinsa nähden. Osallistuminen voi suuntautua informaation antamiseen, kuten esimerkiksi kurssin sisältöjen suunnitteluun ja toteutukseen. Osallistuminen voi myös suuntautua konsultaatioon, jolloin asiakas toimii jonkun palvelun arvioijana. Palvelun käyttäjän rooli voi suuntautua myös kumppanuuteen, jolloin palvelun käyttäjä on tasavertainen palveluiden suunnittelija, toteuttaja ja kehittäjä. Lisäksi on myös mahdollista, että palvelun käyttäjän osallistuminen suuntautuu organisaation päätöksentekoon. Tällöin palvelun käyttäjä osallistuu esimerkiksi talous- ja henkilöstöasioiden päätöksentekoon.

Kujelma-hankkeen asiakkaille tarjoutui mahdollisuus rajoitettuun osallistumiseen toiminnan suunnittelussa. Tästä voit lukea lisää luvussa 4. pohdintaa ja johtopäätöksiä.

3. PROSESSIN KUVAUS, MENETELMÄT JA TOTEUTUS

Seuraavassa luvussa esittelen työelämäkumppanina toimineen Kujelma-hankkeen. Kerron, mistä hanke on syntynyt ja mihin se toiminnallaan tähtää. Kerron myös kuinka idea opinnäytetyöhön syntyi. Tämän jälkeen siirryn kertomaan käyttämästäni menetelmästä; valokuvauksesta ja videoinnista. Näiden osioiden jälkeen kerron toiminnallisesta osuudestani ja toteutuksesta. Luku loppuu luotettavuuden ja eettisyyden pohdintaan.

3.1 Työelämäkumppanina Kujelma-hanke

Sosiaalisen osallisuuden ja työllisyyden kehittämishanke Kujelma on Euroopan sosiaalirahaston ja Suomussalmen kunnan rahoittama hanke, jota hallinnoi Suomussalmen kunta. Hankkeen rahoittavana viranomaisena toimii Pohjois-Pohjanmaan ELY-keskus. Hankkeen toiminta-aika on 1.3.2016–31.8.2018, ja toiminta sijoittuu Suomussalmella sijaitsevaan työpalvelukeskus Miiluun. Hankkeen tavoitteena on tukea asiakkaiden osallisuutta ympäröivässä yhteiskunnassa taiteen ja luonnon keinoin. Hankkeen lähtökohtana on työllistymisen esteiden ja syrjäytymisen poistaminen. Kohderyhmänä ovat työikäiset, mutta työelämän ulkopuolella olevat työikäiset, joiden työ- ja toimintakyky eivät riitä työllistymiseen. Toimintamuotoina ovat luonnossa liikkuminen ja sen yhdistäminen monipuoliseen taiteelliseen työskentelyyn (esimerkiksi taidetyöpajat ja taideterapeuttiset menetelmät), kasvihuone- ja palstaviljely, kalastus, sienestys, marjastus sekä retkeily luonnossa. Lisäksi puutarhatuotteiden ja metsän antimien hyötykäyttö (ruoka, koriste- ja käyttöesineinä) sekä elämäntilanteen tukeminen niin tietoisuuksien kuin luentojen kautta. Asiakkaiden kanssa työskennellään sekä ryhmissä että yksilöllisesti. Hankkeessa tehdään myös henkilökohtaista palveluohjausta ja työ- ja toimintakyvyn arviointia. Asiakkaat ohjataan tarvittaessa terveystarkastuksiin, eläkeselvittelyihin ja muihin tarvittaviin palveluihin.

Hankkeen toiminta on asiakkaille vapaaehtoista ja maksutonta. (Suomussalmi. Kuntalainen. Projektit).

3.2 Opinnäytetyön prosessi

Idea opinnäytetyöhön lähti opiskelijakollegaltani, joka tiesi minun olevan vailla opinnäytetyön aihetta. Hänen tietoonsa oli tullut, että olen kiinnostunut Green Caresta ja sen erilaisista toiminnoista ja menetelmistä, ja että opiskelen siihen liittyvää aihetta korkeakoulujen pilottihankkeessa. Ystäväni valittiin silloin työelämätahton projektipäälliköksi, joten yhteistyön aloittaminen ja ehdotukseen suostuminen tuntui todella luontevalta.

Otin yhteyttä silloiseen Kujelma-hankkeen luonto-ohjaajana toimineeseen henkilöön, jonka kanssa sovimme ensimmäisen yhteisen suunnittelupalaverin marraskuulle 2016. Yhteistuumin luonto-ohjaajan sekä taide-ohjaajan kanssa päätimme ajoittaa Tololan tallin vierailu- ja toimintapäivän kevään ja kesän välimaastoon. Sovimme myös, että käyntejä teeman tiimoilta olisi kaksi pitkien välimatkojen takia. Tämän jälkeen sain pienen ennakkotiedon asiakkaista ja heidän elämäntilanteestaan. Asiakkaita yhdistävä tekijä oli työttömyys. Suurin osa Kujelman asiakkaista oli yli 50- vuotiaita miehiä. Kujelman asiakkaille toiminta on maksutonta ja vapaaehtoista, joten vierailu- ja toimintapäiviin osallistuvat asiakkaat selvisivät vasta tulo aamuina. Osallistumis mahdollisuus oli kaikille asiakkaille tarjolla. Tapahtuma kerroilla kohderyhmään valikoitui henkilöitä, jotka olivat itse halukkaita mukaan lähtemään.

Vierailu- ja toimintapäivän suunnittelussa olin muutaman kerran yhteydessä työelämäkumppaniin hyväksyttääkseni ideani. Heidän kanssaan työskentely olikin sinänsä helppoa, kun sain ideointiin vapaat kädet. Sovimme myös kevään 2017 aikana vierailu- ja toimintapäivän ajankohdat. Valokuvaus ja videointi tuntuivat menetelminä itsestäni luontevimmalta. Kuvasin ennen tulevaa vierailupäivää videotervehdyksen, jossa näkyivät kasvoni sekä osa Tololan tallin ulkotiloista. Ajattelin, että näin asiakkaille on helpompi tulla paikalle, kun he tietävät, millainen ja minkä näköinen ohjaaja heitä odottaa. Täytimme ennen virallista toimintapäivää lomakkeet, jossa ohjaajat ja asiakkaat antoivat

suostumuksensa toimintapäivästä otettujen kuvien käyttöön. Kuvat ovat liitteenä opinnäytetyön lopusta.

3.3 Valokuvat toiminnan tukena

Suunnittelin Kujelma-hankkeen asiakkaille vierailupäivän Tololan tallille, jossa yhdessä mietimme seuraavan tapaamiskerran toimintaa. Kutsu vierailupäivään oli teeman mukaisesti lähetetty videon muodossa. Video oli nähtävissä vain suljetulle ryhmälle ja se poistettiin projektin päättyttyä.

Eläinavusteiset toiminnot voivat olla monelle asiakkaalle vaikeasti hahmotettavia kokonaisuuksia. Selventääkseni eläinavusteisia toimintoja otin toimintapajoista havainnollistavia valokuvia, joiden pohjalta toiminnot on helppo hahmottaa. Toimintaa ohjeistavat valokuvat ovat tärkeitä myös silloin, jos asiakkaan on vaikea ymmärtää toimintapajan tarkoitus.

Valokuvia voidaan ottaa käyttöön museoista, arkistoista, lehdistä ja sosiaalisesta mediasta. Tällöin valokuva-aineiston hankkimisessa tulee ottaa huomioon valokuvan käyttöehdot ja -oikeudet. Pääasiallisesti valokuvaajalla on käyttöoikeudet ottamiinsa valokuviiin. Valokuvien ottajalla on ottamiinsa kuviin myös tekijänoikeus. Tekijänoikeudesta on olemassa laki, joka suojelee kohteen tekijää. (Karvinen 2012.)

Yleensä kuvamateriaalin tarvitsija hankkii materiaalinsa itse, jolloin hän itse määrittelee, mitä valokuvia käyttää. Mikäli käytössä on ammattivalokuvaaja, täytyy tarvitsijan sopia käyttöoikeuksista valokuvaajan kanssa. Valokuvauksen perusteiden tunteminen auttaa laadukkaiden valokuvien saamisessa, mikä on merkityksellistä valokuvien julkaisun ja analysoinnin vaiheessa. Huonolaatuiset valokuvat eivät välttämättä anna riittävästi informaatiota. (Karvinen 2012.)

Havainnollistavien valokuvien avulla osallistimme asiakkaita valitsemaan kuvien perusteella toimintoja seuraavalle toimintakerralle. Näin he voivat itse miettiä, millä perusteella valitsevat toimintoja. Onko jokin erityisen mukava, mielenkiintoinen tai haastava asia, vai tukeeko toiminta jotain elämän osa-aluetta, jossa on ollut haasteita?

Eläinavusteiset toimintapajat, joita asiakkaiden kanssa teimme, olivat tälle kohderyhmälle uusia. Toimintapajoihin sisältyi muun muassa seuraavia toimintoja: tolppien pysytystä, eristimien kiinnilaittoa, langan laikoilleen vetämistä, hevosten hoitoa, liikuttamista sekä taluttamista. Sen vuoksi valokuvien käyttö olikin erittäin hyvä työmenetelmä tässä tilanteessa. Karvinen kirjoittaa henkisen ja hengellisen terveyden tutkimuksesta artikkelissaan Valokuva-analyysi kulttuurilähtöisen tutkimuksen alueella seuraavaa: ”Toisuus kuvan sisältämän narratiivin voimasta tunnetaan jo vanhassa sanonnassa, jossa kuvan kerrotaan sisältävän enemmän informaatiota kuin tuhat sanaa.” (Karvinen 2012).

Suunniteltaessa toimintapajoja tulee ottaa huomioon ryhmän koko ja rakenne. Kujelma-hankkeen työntekijöiltä sain esitietoja asiakkaista ja heidän toiveistaan. Asiakkaiden toiveiden ja odotusten perusteella kuvasin kuviksi useita erilaisia toiminta mahdollisuuksia, joista asiakkaille tarjoutui mahdollisuus valita mieleisimmät vaihtoehdot vierailupäivän aikana. Myös palveluohjaajat antoivat hyviä neuvoja, millaisilla toiminnoilla voitaisiin tukea asiakkaiden työkyvyn ylläpitämistä ja aktiivisuutta. Ryhmässäni kaikkia asiakkaita yhdisti työttömyys.

Toimintapäivänä valokuvasin asiakkaita toimimassa työpajoilla. Valokuvaamisesta sekä valokuvien julkaisemisesta tutkimuksessa tulee pyytää asiakkailta lupa. (Karvinen 2012). Myös tätä opinnäytetyötäni varten pyydettiin asiakkailta kyseinen lupa. Tätä varten käytettiin kehittämishankkeen tai työelämäyhteistyön (OSKE) suunnitelma ja sitoumus -lomaketta, jossa hankkeeseen osallistuvat antoivat luvan kerätä tietoa ja palautetta kirjallisesti eläinavusteisista toimintapajoista Tololan tallilla. Valokuvaaminen on yksi opinnäytetyöni menetelmistä. Opinnäytetyön liitteenä on valokuvia toimintapäivältä.

3.4 Vierailupäivä 26.5.2017 Tololan tallille

Tololan talli on lämminhenkinen maalaistalli Vuokatissa, Huuskonniementien varressa, aivan Nuasjärven rannalla. Talli on aloittanut täyshoitopalveluiden tuottamisen vuonna 2012. Tallin toiminta on laajentunut kahden hevosen karsinatallista seitsemän hevosen karsinatalliin sekä kymmenen hevosen pihattoon. Tololan tallin pääarvoihin kuuluvat laadukkaan ja toimivan palvelun tarjoaminen sekä luotettava ja ammattimainen hevosten hyvinvoinnista huolehtiminen.

Ennen eläinavusteista toimintapäivää tarjosimme Kujelman asiakkaille mahdollisuuden vierailu käyntiin Tololan tallilla toukokuussa. Jotta asiakkaiden olisi mukava tulla vierailupäivään, tein heille videotervehdyksen, jossa toivotin heidät lämpimästi tervetulleeksi Tololan tallille. Videolla esittelin itseni ja myös tallin tiloja sillä ajatuksella, että heillä olisi matalampi kynnyks tulla mukaan vierailupäivään. Vierailupäivän tarkoituksena oli laskea kynnyksestä osallistua varsinaiseen toimintapäivään. Vierailupäivässä tutustuimme kaikkiin tallin tiloihin hyvin.

Vierailulle saapui viisi Kujelman asiakasta sekä heidän taideohjaajansa. Kujelman asiakkaista suurin osa on yli 50-vuotiaita miehiä, jotka ovat syystä tai toisesta työttömiä. Vierailupäivän tavoitteena oli tutustua tiloihin ja eläimiin, joita Tololan tallilla on. Muutaman tunnin vierailupäivä päättyi yhteiseen lounashetkeen makkaranpaiston merkeissä Nuasjärven rannalla. Tunnelma oli rento ja odottava seuraavaa kertaa ajatellen. Vierailupäivän aikana asiakkaat kertoivat avoimesti toiveistaan tulevaa toimintapäivää ajatellen. Minulla oli toimintapäivän ideointia varten valmiita valokuvia, joiden perusteella asiakkaat saivat valita tulevaa toimintaa.

Kuvat ja niiden valinta ei tuottanut toivomaani tulosta. Asiakkaiden oletus ja odotus oli, että ohjelma olisi heille valmiiksi suunniteltua. Tässä huomasin ensimmäisen kerran, kuinka osallisuutta tulisi tukea jatkuvasti, jotta asiakkaiden aloitekyky säilyisi. Valokuvien käyttö toiminnan suunnittelemiseksi ei siis ollut tälle ryhmälle sopiva työmenetelmä. Heidän kokemuksensa oli, että toiminta on miellyttävämpi hahmottaa yhdessä tehden. Lopputuloksena tästä kuitenkin sovittiin, että tuleva päivä tulee sisältämään kaikkien hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä.

Tulevan toimintapäivän ohjelman suunnittelin seuraavanlaiseksi:

Tervetulokahvit – esittely kierros

Laitumen rakennus

Nalle-hevosella ajaminen tai ratsastaminen

Hevosten taluttaminen laitumelle avustajien kera

Yhteinen ruokailu

Päiväkahvit ja palaute

3.5 Toimintapäivä 21.6.2017 Tololan tallilla

Toimintapäivään saapui viisi asiakasta sekä kaksi ohjaajaa, taideohjaaja sekä sijaistava luonto-ohjaaja. Asiakkaista kolme oli minulle tuttuja aiemmin järjestetyltä vierailupäivältä, ja mukana oli kaksi uutta asiakasta. Heille molemmille eläimet ja maatilamiljöö olivat kuitenkin tuttuja, joten toiminta oli helppo aloittaa.

Aloitimme toimintapäivän yhteisellä kahvihetkellä, jonka yhteydessä vaihdoimme kuulumisia. Koin, että kahvittelu rentouttaa toimintaan lähtemistä sekä auttavan keskustelun syntymistä. Kahvittelun yhteydessä kävimme läpi tulevan päivän ohjelman. Tässä vaiheessa tarkastelimme myös asiakkaiden vaateista, joka oli tilanteeseen ja sääolosuhteisiin nähden liian vähäistä kesäkuisesta päivästä huolimatta.

Ryhmän toimintaa ja osallisuutta tukien lähdimme rakentamaan yhdessä pihatossa oleville hevosille uutta aitausta. Olin varannut valmiiksi materiaalit, joita tekemiseen tarvittiin. Monelle asiakkaalle oli ulkoileminen sekä fyysisen työn tekeminen jäänyt vähemmälle syystä tai toisesta. Monelle asiakkaista esimerkiksi lenkille lähteminen ei tuntunut hyvältä ja mieluisalta vaihtoehdolta. Koska lenkkeilyllä ei ollut asiakkaiden mielestä suoranaista, heti nähtävää hyötyä heidän elämäänsä.

Tehtävät jaettiin jokaiselle osallistujalle oman kiinnostuksen mukaan. Osa mittasi matkat tolppien välille, osa ryhtyi pystyttämään tolppia, ja osa tuli perässä laitellen eristimiä jo

pystytettyihin tolppiin. Viimeiseksi vedettiin yhdessä lanka tolppien välille. En halunnut kiirehtiä aikataulun suhteen ja annoinkin asiakkaiden tehdä laitumen loppuun saakka. Aidon läsnäolon ja kiireettömyyden luominen asiakkaille on tärkeää, joten tahdoin välittää tuon tunteen heille, vaikka ajallisesti emme aivan aikataulussa pysyneetkään. Aikataulutukseen tulee kiinnittää jatkossa tarkempaa huomiota. Liian pitkäkestoiseksi venyvät toiminnot voivat väsyttää asiakkaita liikaa, jolloin miellyttäväksi koettu toiminta voikin muuttua epämiellyttäväksi.

Laitumen teon jälkeen menimme takaisin tallille, jossa asiakkailla oli mahdollisuus tehdä päätös ryhmän kesken joko hevosella ajamisesta tai ratsastamisesta. Ryhmä päätyi yhteistuumiin ratsastamiseen, vaikka olin varautunut, että ajaminen olisi enemmän tämän ryhmän mieleen. Tämä valinta osoitti halua osallistua itseä koskeviin päätöksiin. Suurimmalla osalla asiakkaista löytyi jonkinlaista fyysistä vaivaa, jonka vuoksi ratsastaminen tuntui enemmän heitä palvelevalta vaihtoehdolta. Tutkimusten mukaan esimerkiksi selkävaivoihin voi saada apua ratsastamisesta. Kajaanilainen fysio- ja ratsastusterapeutti Sanna Mattila-Rautiainen sekä sotkamolainen toiminta- ja ratsastusterapeutti Hanna Huttunen tekevät parhaillaan tutkimustyötä ratsastuksen parantavista vaikutuksista fyysisiin ongelmiin. Tätä aihetta sivusimme asiakkaiden kanssa, sillä monelle ratsastusterapia kuntoutusmuotona oli aivan vieras.

Ratsastamisen jälkeen jokaiselle asiakkaalle valittiin oma hevonen, jonka hän sai taluttaa laitumelle avustajan kanssa. Tämä oli yksi toimintapäivän odotetuimmista ja jännitetyimmistä kohokohdista. Jokaisella tehtävä meni hyvin ja hevoset pääsivät odotetulle laidunlomalle. Asiakkaat katselivat onnellisena tyytyväisiä hevosia, jotka kirmasivat heidän tekemälleen laitumelle harjat hulmuten.

Tämän jälkeen lähdimme yhteiselle talon tarjoamalle lounaalle. Yhteisen ruokailun aikana keskustelimme esimerkiksi siitä, kuinka tärkeää on niin eläimille kuin ihmisillekin oikeanlainen päivärytmi, johon kuuluu sopivasti ulkoilua, liikuntaa ja fyysistä toimintaa sekä ruokailut. Yksi oivalluksista oli se, että niin hevoset kuin ihmisetkin saavat yhteistyössä toimien ja yhteen hiileen puhaltaen enemmän aikaa kuin kukin yksilö yksinään.

Kahvihetken palautetta odotin kovasti ja palaute oli hyvin positiivista. Yhden asiakkaan lausahdus jäi erityisesti mieleen: "Onhan niitä kuntosalireissujakin tarjottu, mutta kyllä

se vaan tuo oikean työn tekeminen on parasta mielen virkistystä." Eipä ihmeekään, sillä työ on yksi ihmisen elämän merkittävimpiä asioita.

Sain luotua toimintapäivästä sujuvan kokonaisuuden osakseen sillä, että minulla oli päivän ajan mukana avustaja. Olimme käyneet avustajan kanssa päivän kulkua ja tavoitteita etukäteen läpi. Tämä helpotti toiminnan aikana avun antamista asiakkaille tilanteen niin vaatiessa. Avustajana toimineella henkilöllä on paljon kokemusta hevosista. Lisäksi hän tuntee sekä tallin että minut ja toimintatapani hyvin, joten yhteistyö sujui hyvin. Jatkoa ajatellen oman avustajan käyttäminen ryhmätoimintapäivinä on järkevää. Toivottavaa on, että myös ryhmän mukana on heidät tunteva oma ohjaaja. Tämä korostuu erityisesti silloin, jos käyntejä on ainoastaan yksi tai kaksi. Mikäli toimintakertoja olisi useampi, voisi oma ohjaaja olla mukana alussa, jonka jälkeen tilanteen salliessa hän voisi jäädä pois. Tällä tavoin myös ryhmän rakennetta saataisiin mukautettua niin, että asiakkaat tukeutuisivat toiminnan turvallisuuteen enemmän kuin omaan tuttuun ohjaajaansa. Olen huomannut muutamien ryhmien myötä sen, että tutun ohjaajan läsnäolo voi piilottaa asiakkaiden kyvyt ja he tyytyvät tekemään asioita sillä tavalla, kuin heille ryhmässä on aikaisemmin mahdollisuus annettu.

3.6 Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys

Opinnäytetyön luotettavuutta pohtiessa törmään vääjäämättä kysymykseen; ”Osallistiko toiminta asiakkaita, vai halusinko tulkita, että toiminta osallisti asiakkaita?” Aihe on ollut itselle hyvin läheinen ja tärkeä, jolloin joudun tarkasti pohtimaan ja tarkastelemaan ovatko tekemäni havainnoinnit toimintapäivästä luotettavia tiedon antajia. Asiakkaiden palautteet sen sijaan antavat realistista ja oikeellista palautetta toiminnan onnistumisesta ja tavoitteen täyttymisestä. Tämän toiminnallisen opinnäytetyön luotettavuus mittarina on toiminut havainnollistava tiedonkeruu toiminnan yhteydessä sekä suullinen palaute.

Opinnäytetyöhön liittyvä toiminta on mukailnut hyviä eettisiä periaatteita. Opinnäytetyön työelämäkumppani Kujelma -hankkeen ja opinnäytetyöntekijän eli minun välinen sopimuksen tekeminen on ollut pitävä alusta saakka. Asiakkaiden vapaaehtoinen toimintaan osallistuminen ja osallistaminen ovat tasa-arvon ja ihmisyksilön kunnioittamisen perusta.

Oman toiminnan peilaaminen sosionomi (AMK) kompetensseihin sekä oman käyttäytymisen ja toisen ihmisen kohtaamisen arvostaminen, antavat arvoa toiminnalle. Opinnäytetyön eettisyyttä pohtiessa mieleeni tulvi ajatuksia eläinten oikeanlaisesta kohtelusta sekä eläimille lajityypillisen elämän mahdollistamisesta. Eläinten kanssa toimiessa, toimintaamme ohjaava useat lait- ja asetukset esimerkiksi eläinten pitopaikan suhteen. Eläinten hyvinvoinnista huolehtiminen ja eläimiä arvostava käsittely ovat Tololan tallin toiminnan arvoja.

4. JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Toimintapäivän myötä huomasin itsekin kiinnostavan enemmän huomioita siihen, kuinka eläimet ja tallin ylläpitäminen rytmittävät elämääni. Ruokailut, unirytm, liikunta, eli tässä tapauksessa työ, tukevat omaa jaksamista arjessa. Ekopsykologisen määrittelyn mukaan ihminen on aina osa ympäristöä ja näin ollen ympäristöllä on välitön vaikutus fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen (Salonen 2016). Ulkoilma, rauhallisuus ja eläinten hoitajansa kohtaan, lämmin ja odotettu vastaanotto antavat voimavaroja päivän puuhiin.

Yksi Kujelman asiakkaista sanoikin: ”Tänä iltana ei tarvitse paljon unta houkutella, kun on herännyt reissuun aikaisin ja touhunnut ulkona monta monituista tuntia. Tuntuu hyvälle, kun väsyttää.” Fyysinen hyvinvointi luo pohjaa henkiselälle hyvinvoinnille. Lisäksi kiireettömyyden luominen ”työmaalle” tuntui olevan monelle asiakkaalle tärkeä piirre. Nykypäivän ajatus työtahokkuudesta voi olla työntekijän mielestä, turhauttavaa ja väsyttävää. Valitettavan usein kuulee työntekijän päätyneen sairauslomalle liian paineistavan työilmapiirin myötä. Tätä ajatusta vasten eläimet auttavat ymmärtämään, että työntekijä voi olla tehokas myös ilman kiirettä tai kiireen tuntua. Eläimet reagoivat kiireeseen poistumalla paikalta. Mikäli tahdomme eläinten läsnäoloa, tulee meidän itse rauhoittua ja olla tilanteessa läsnä.

Eläimen kautta myös toisiin ihmisiin tutustuminen on helpompaa. Eläin on välillinen apu kahden ihmisen kohdatessa toisensa. Jos kohtaaminen on vaikeaa, voi yhteinen

mielenkiinnon kohde auttaa löytämään yhteisen puheenaiheen tai ilman puhetta yhteistä tekemistä. Eläimen rauhoittavan, empaattisen ja aidon läsnäolon myötä on mahdollista käsitellä vaikeitakin asioita. Eläinten vahva laumavietti auttaa myös oivaltamaan yhdessä tekemisen ja sosiaalisen osallisuuden tärkeyden, johon Kujelma-hankekin tähtää. Eläin houkuttelee kokeilemaan erilaisia toimintamalleja, kuten toimintapäivässä saatoimme huomata. Moni asiakkaista halusi kokeilla ratsastamista, vaikka fyysinen kykeneminen venyi ääri rajoille. Näiden positiivisten onnistumisten jälkeen, asiakkaista jotka ratsastivat, loisti hymy ja onnistumisen kokemus. Itsetunto vahvistuu onnistumisen kokemusten kautta. Sosiaalinen osallisuus on ihmisyksilölle tunneperäinen kokemus. Tähän eläin vaikuttaa positiivisesti, vastaanottaen jokaisen ihmisen tasavertaisesti. Eläin ei määrittele ihmistä esimerkiksi sosioekonomisen aseman kautta, vaan jokaisella ihmisellä on oma paikkansa eläimen edessä, kuten Vinbland, Santala ja Sipola artikkelissaan kirjoittivat. (Vinbland, ym 2014) Näitä tunneperäisiä kokemuksia tarjoamalla ja vahvistamalla voimme luoda monelle syrjäytymisuhan alla olevalle ihmiselle positiivisia kokemuksia ja vahvistaa näin ihmisyksilön oman elämän sosiaalista osallisuutta. Kuten eläintä, ei ihmistäkään ole luotu olemaan yksin. Eläimen avulla mahdottomasta voi tulla mahdollista. Tästä hyvän esimerkin antaa Nalle-hepan selkäänousutilanne, jossa yhdellä asiakkaalla oli suuria vaikeuksia. Hevonen seisoi paikoillaan, rauhoittaen ja antaen asiakkaalle aikaa päästä selkään. Vaikka selkäänousu aiheutti fyysistä kipua, oli asiakas sen valmis vastaanottamaan tiedostaen, että ratsastamisen jälkeen jumissa oleva kroppa voisi jopa paremmin. Työhönsä hyvin koulutettu hevonen antaa elämyksiä ja kokemuksia asiakkailleen. Eläimet ovat oikein koulutettuina ja käsiteltyinä luotettava työpari ihmiselle. Luottamus ja sen ansaitseminen toiminnallaan eläimen kanssa, antaa vahvuutta sosiaalisten suhteiden luomiseen.

Kujelma-hankkeelle suunnatussa eläinavusteisessa toimintapäivässä asiakkailta on ollut mahdollisuus rajoitettuun osallisuuteen toiminnoiden suunnittelussa. Omaa toimintapajaa varten valokuvasin ryhmälle tarjottavat toiminnot valmiiksi. Tämä osaltaan rajoitti toiminnan mahdollisuuksia, mutta antoi asiakkaille mahdollisuuden valinnoillaan vaikuttaa päivän kulkuun. Rajoitettu osallistuminen luo turvallisuuden tunteen niin palveluntuottajalle kuin kuluttajallekin etenkin, kun olemme eläinten kanssa tekemisissä. Palveluntuottajana minulla on vastuu huolehtia eläinten hyvinvoinnista koko palvelun tuottamisen ajan. Rajoitetun osallistumisen myötä voin kontrolloida palveluiden kehittymistä oikeaan ja hyvinvointia tuottavaan suuntaan. Tällä tavoin toimiessani huolehdin myös eläinten

hyvinvoinnista eläinsuojelulakia noudattaen. Osallisuuden eri tasoja hyödyntäen voin nostattaa asiakkaiden osallisuuden mahdollisuutta toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa. Tämä kuitenkin vaatii useamman kerran toimintapäivät, jotta ihmiset ja eläimet ehtivät tutustua toisiinsa. Tietämättömyyttään asiakas voi ajautua liian vaikeaan tilanteeseen eläimen kanssa, josta voi seurata pitkäaikaisia haittoja hyötymisen sijaan. Tästä syystä koen, että eläinten kanssa toimiessa rajoitettu osallisuus ja ammattilaisen näkökulma ja tilanteen kontrollointi, on erittäin tärkeää.

Tämän opinnäytetyön aiheen ja toiminnallisten osioiden myötä ajatukseni vain vahvistuu siitä, kuinka eläin voi antaa voimavaroja arjen jaksamiseen ja lisätä hyvinvointia. Jo lyhytkestoisella kohtaamisella eläimen kanssa on pitkäaikaisia vaikutteita, kuten Handlin ym. (2011) omassa tutkimuksessaankin saattoivat osoittaa. Tähän tulokseen olen tullut myös itse, kun jälkikäteen olen kysynyt Kujelman asiakkaiden kuulumisia heidän ohjaajiltaan. He ovat muistelleet mukavaa, vaikkakin kylmää toimintapäivää hevosten parissa. Pienin shetlanninponimme Helmi sulatti raavaiden miesasiakkaiden sydämiä. Oli oikeastaan sydäntä pakahduttavaa kuulla, kuinka aikuiset miehet puhuivat niin kauniisti hevosista. Eläinten vaikutus oli selkeästi havaittavissa Kujelma-hankkeen asiakkaista, jotka olivat valmiita tekemään fyysisesti haastavaa työtä rakentaakseen hevosille laitumen. Eläinten vaikutus osallisuuteen tulee toimintapäivän osalta vahvasti esille. Halu tehdä yhdessä ja vaikuttaa omalla työpanoksellaan hevosten hyvinvointiin, antoi selkeästi tarkoituksenmukaisuutta päivän askareisiin osallistumiseen. Kuten Leemam ym. (2015) ovat todenneet, on osallisuus vahvasti tunneperäinen kokemus. Tätä tunnetta eläimet omalla läsnäolollaan vahvistivat. Päivän edetessä osalla asiakkaista alkoi olla omia ideoita, kuinka toimintaa voimme jouhevoittaa ja näin aikaan saada varmasti sen, mihin olemme ryhtyneet. Kuten teoria osiossani mainitsin; ”Eläinavusteisen terapian avulla voidaan saada esille sellaista tunnetason tietoa, jolle ei ole vielä sanallista ilmaisua.”, pätee sama eläinavusteisuuden kanssa. Samankaltaisia tunnetasoon vaikuttavat toimintoja tapahtuu eläinten kanssa toimiessa, mutta niille ei välttämättä löydy sanallista ilmaisua. Ruokapöydän ääressä keskustellessa, huomasin kuinka päivän toimintapajat aktivoivat asiakkaita miettimään, kuinka tällaiseen toimintapäivään pääsisi uudelleen mukaan. Muutama asiakas ilmoittautui vapaaehtoiseksi työntekijäksi, mikäli vain kyyti aina järjestyisi. Kuten teoria kertoo nyt käytäntö osoittaa, eläinten kanssa touhuaminen aktivoi osallisuutta. Kujelman asiakkaiden kommentteista voimme päätellä, että työ jolla on selkeä, heti havaittava vaikutus, houkuttaa vahvemmin osallistumaan touhuihin. Johtopäätökseni

toimintapajoista on, että toimeksiantajan asiakkaat hyötyvät eläinavusteisista toimintapajoista.

Jälkipalautteessa toivottiin, että paikkojen, eläinten sekä toimintojen esittelyyn olisi käytetty enemmän aikaa. Tulkitsen palautteen niin, että vierailupäivään osallistuneille tutun paikan ja toimintojen esittelyn myötä työhön ryhtyminen oli helpompaa kuin heille, jotka eivät olleet tuolloin mukana. Tällaisen palautteen myötä jäin kuitenkin pohtimaan myös omia ohjauksellisia taitojani tuttujen ja tuntemattomien asiakkaiden kanssa. Kuinka pajan toiminta suunnitellaan sellaiseksi, että sen hyödyt ovat kaikkien asiakkaiden saatavilla?

Palautteesta kävi myös ilmi, että moni olisikin kaivannut vaatetusohjeistusta. Tätä palautetta mietittyäni koen, että pääohjaajana minun tulee ohjeistaa myös muita ohjaajia tarkemmin tilanteen vaatimalla tavalla. Nyt pukeutuminen oli monella asiakkaista puutteellista ja etsimmeikin nopeasti lisävaatetusta useammalle asiakkaalle.

Jos toimintapäivässä olisi ollut enemmän aikaa ja mahdollisuuksia, olisi palautekysely ollut järkevä tehdä kirjallisesti, nyt palaute kerättiin yhteisesti ruokailun lomassa. Myös palautekyselyn eriyttäminen asiakkaille ja ohjaajille, olisi ollut järkevää. Nyt lisä palaute tuli sähköpostin muodossa Kujelma-hankkeen projektipäälliköltä. Esimerkiksi vaatetukseen liittyvä palaute ensin hieman ihmetytti itseäni. En arvannut, että aikuiset ihmiset vaativat ohjeistusta pukeutumiseen päivään, jonka toiminnot ovat suunniteltu ulos. Tämä lienee yksi syy toiminnassa mukana olevien asiakkaiden työttömyyteen, kun, jo omasta hyvinvoinnista huolehtiminenkin vaatii ohjauksellisuutta. Tosin ihmetystä herättää myös se, että kesäkuussa sataa lunta ja on pakkasta. Tulevaisuudessa palaute kerätään erikseen, jotta toiminnan kehittäminen oikeaan suuntaan onnistuisi.

Toiminnan jatkumon kannalta on tärkeää lähteä tuottamaan ja tarjoamaan palveluita asiakkaille, joista asiakkaat hyötyvät. Green care on tulevaisuuden nouseva brändi, johon satsataan jatkuvasti enemmän rahaa, kuten ratsastusterapiaan myönnettyjen etuuksien määrä osoittaa. Tulevaisuudessa, ammatillisen pätevyyden saavutettuaani (sosionomi (AMK)), lähdän tarjoamaan niin julkiselle, yksityiselle kuin yhdistyksille eläinavusteisia toimintapajoja Tololan tallilla. Ammatillisen pätevyyden saavutettua mahdollisuus luontohoivan palveluiden tarjoamiseen kasvaa. Kuten kappaleessa 2.3 mainittiin luontohoivan ja luontovoiman suurin eroavaisuus on pätevät palvelun tuottajat, jotka voivat toimia

luontohoivan puolella, kun taas luontovoiman puolella toimiessa kiinnostus eläimiin ja hyvän mielen tuottamiseen riittää. Uskon oman kokemukseni kautta vahvasti eläinten ja luonnon elvyttävyyteen kiireisien ruuhkavuosien keskellä.

Green Care on tulevaisuutta, jota Tololan tallin toimintaan tulee kuulumaan jollain tavalla lähitulevaisuudessa: esimerkiksi eläin-, maatala- tai puutarhatoimintojen tukemana. Toimintaa kehitetään suuntaan, jossa asiakkaat omalla osallisuudellaan voivat kehittää toimintaa omia tarpeitaan vastaavaksi. Tekemäni opinnäytetyö on omalta osaltaan vahvistanut mahdollisuutta jatkokehittää palvelu tai tuote, jolla osallisuutta voidaan lisätä Green care- menetelmien avulla. Erilaisia menetelmiä ammatillisesti ja tavoitteellisesti käyttäen, rakentuu jokaiselle asiakkaalle osallisuutta tukeva tai vahvistava toimintamalli. Jo nyt kehitettyjä eläinavusteisia toimintapajoja voidaan käyttää sellaisenaan esimerkiksi osana jonkun hankkeen toimintaa, kuten Kujelma -hankkeen kanssa toimittiin. Tekemäni havainnot toimintapäivässä asiakkaiden aktiivisuuden vahvistumisesta sekä hyvinvoinnin lisääntymisestä yhtyvät Valkaan (2013) tekemään tutkimukseen, jossa oli havaittavissa samankaltaisuutta.

Kokonaisuudessaan sosionomi koulutuksen aikana, oman toiminnan peilaaminen teoriiaan, lakeihin ja asetuksiin on löytänyt hiljaisuudessaan balanssin. Teoria tukee käytäntöä ja toisinpäin. Oman toiminnan tarkastelu ja reflektointi, on kasvattanut mielen vahvuutta. Tiedostan omat vahvuuteni ja kehityksen tarpeeni sosiaalialan pyörteissä. Ammattitaidon kehittymisen myötä on tärkeää jatkaa elämän matkaa avoimin silmin, kohdaten jokainen asiakas yksilönä, oman elämänsä sankarina. Koko koulutuksen ajan olen pyrkinyt toiminnassani lähemmäs sosionomille osoitettuja kompetensseja. Kompetensseista lähimmäksi itseä sekä opinnäytetyötäni on nousut seuraava lause; ”Sosionomi (AMK) edistää tasa-arvoa ja suvaitsevaisuutta sekä pyrkii huono-osaisuuden ehkäisemiseen yhteiskunnan, yhteisön ja yksilön näkökulmasta.” Osaisinpa minäkin kohdata jokaisen ihmisyksilön, kuten eläin tekee. Yhä uudelleen ja uudelleen, ilman ennakkoluuloja, tasavertaisesti ja kunnioittaen.

Opinnäytetyötä tein huomattavasti pidempään kuin olin ajatellut. Tämän loppuun saattaminen on vaatinut itseltä suurempia ponnisteluja kuin olin alun perin ajatellut. Se, että lähdin urakkaan yksin, antaa kaiken valmiiksi saattamiselle suuremman arvon omin

silmin katsottuna. Asiaan uppoutuminen, asiakkaille parhaiden palveluiden tarjoaminen, antaa pohjaa, jo olemassa olevalle yritystoiminnalle, jossa yhtenä palveluna tulevaisuudessa tarjoamme eläinavusteisia toiminnallisia työpajoja.

Kirjallisuutta opinnäytetyöhön oli saatavilla maltillisesti. Useat lähteet veivät ulkomaisille internetsivuille, joissa esimerkiksi ratsastusterapia oli nostettu pääaiheeksi. Green Care Finland- sivuilta löytyi parhainta, luotettavinta ja tuoreinta tietoa Green Caresta. Suurin tiedon lähteeni kuitenkin oli Green Care -pilottihanke, josta sain parhaimman jäsennetyn ja ymmärretyn tiedon opinnäytetyöhöni. Tutkimustiedon etsiminen oli itselle suurin haasteista ja jälkikäteen ajateltuna informaation tukea olisi asiaan kannattanut käyttää.

LÄHTEET

- 1301/2014. Sosiaalihuoltolaki Saatavilla. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141301>
- Animal Assisted Intervention International. Animal assisted intervention. Saatavilla 12.12.2016 <https://aai-int.org/aai/animal-assisted-intervention/>
- Green Care Finland. Saatavilla 26.03.2017 <http://www.gcfinland.fi/green-care/>
- Haimi, T. & Hurme, J. (2007). *Sosiaalisen kuntoutuksen käsite 1950-luvulta nykypäivään: Käsitehistoriallinen tarkastelu sosiaalisen kuntoutuksen käsitteestä*. Jyväskylän yliopisto: Progradu.
- Handlin, L., Hydbring-Sandberg, E., Nilsson, A., Ejdebäck, M., Jansson, A., & Uvnäs-Moberg, K. (2011). Short-term interaction between dogs and their owners: Effects on oxytocin, cortisol, insulin and heart rate-an exploratory study. *Anthrozoös*, 24, 301–315.
- Järvikoski, A, & Härkäpää, K. (2011). *Kuntoutuksen perusteet: näkökulmia kuntoutukseen ja kuntoutustieteeseen*. Helsinki: WSOYpro.
- Karvinen, I. (2012). *Valokuva-analyysi kulttuurilähtöisen tutkimuksen alueella – esimerkki henkisen ja hengellisen terveyden tutkimuksesta*. Diakonia-ammattikorkeakoulu & Itä-Suomen yliopisto. Saatavilla <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/artikkelit/valokuva-analyysi.html>
- Kern, J. (2011). Prospective Trial of Equine-assisted Activities in Autism Spectrum Disorder(14-17). *Alternative Therapies in health and medicine*. Saatavilla. 12.2.2017 <http://www.equinetherapyassociates.com/ALTERN~1.PDF>
- Pet Partners. Saatavilla 20.2.2017 <https://petpartners.org/>
- Rappe, E. (30.11.2016) *Viherympäristöt ja puutarha hyvinvoinnin lähteenä- esimerkki-kohteet*. (Luento) Kajaani: Green Care korkeakoulutus
- Salonen, K. (2010). *Mielen luonto. Eko- ja ympäristöpsykologinen näkökulma*. Helsinki: Green Spot Media Farm

- Salonen, K. (7.9.2016). *Mieli ja maisemat. Eko- ja ympäristöpsykologian näkökulma.* (Luento) Kajaani: Green Care korkeakoulutus.
- Suomen Hippos Ry. Suomen Ratsastajainliitto Ry. Luke Hevostalous. Saatavilla. http://www.hippos.fi/files/17847/Hevostalous_lukuina_2016_lopullinen.pdf
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke (Sokra). Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Saatavilla 12.12.2016 https://www.thl.fi/documents/10531/2088501/Tietopaketti_Sosiaalinen_Osallisuus.pdf/52a41c04-c4fa-4cf0-bc6f-0bb06705903b
- Toikko, T. (2009). *Asiakkaiden osallistuminen palveluiden suunnitteluun, toteutukseen ja kehittämiseen.* Seinäjoki: Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Saatavilla. https://epedufi-my.sharepoint.com/personal/kneuvonta_kirjasto_seamk_fi/Documents/Jaettu%20avoin/Dokumentit/Asiakkaiden%20osallistuminen.pdf?slrid=6667529e-20a8-5000-5849-2b7596b517a3
- Valkas, S. (2012). *Psykologisen ratsastusterapian vaikuttavat tekijät potilaan näkökulmasta* (Pro Gradu -tutkielma, Tampereen yliopisto, Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö). Saatavilla <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uta-1-22530>
- Vehmasto, E. (2014). Voimaa! -hanke. *Green Care –toimintatavan suuntaviivat Suomessa.* Saatavilla <http://www.mtt.fi/mttkasvu/pdf/mttkasvu20.pdf>
- Vinblad, S., Santala, K. & Sipola, R. (20.03.2014). *Eläimet vaikuttavat hyvinvointiin.* Lounais-Lappi, s. 19.
- VoiMaa! -hanke 2013. *Luonto hyvinvoinnin lähteenä – suomalainen Green Care.* Saatavilla <https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/mtt/hankkeet/greencare/voimaa/greencare.pdf>
- VoiMaa!-hanke & Green Care Lappi. Saatavilla 12.12.2016 <https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/mtt/mtt/julkaisut/green-care-tyokirja17.3.2014.pdf>.e Lappi 2014. Green Care –työkirja.

LIITTEET

Kuvia toimintapäivän työpajoista asiakkaiden touhutessa.



