

Jutta Hietämäki ja Elina Matkaselkä

**KOIRA- AVUSTEINEN INTERVENTIO KEHITYSVAMMAISTEN PALVELUASU-  
MISEN YKSIKÖSSÄ**

# **KOIRA- AVUSTEINEN INTERVENTIO KEHITYSVAMMAISTEN PALVELUASU- MISEN YKSIKÖSSÄ**

Jutta Hietämäki  
Elina Matkaselkä  
Opinnäytetyö  
Kevät 2020  
Hoitotyön tutkinto-ohjelma  
Oulun ammattikorkeakoulu

## TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu

Hoitotyön tutkinto-ohjelma, hoitotyön suuntautumisvaihtoehto

---

Tekijät: Jutta Hietämäki ja Elina Matkaselkä

Opinnäytetyön nimi: Koira-avusteinen interventio kehitysvammaisten palveluasumisen yksikössä

Työn ohjaajat: Merja Jylkkä ja Satu Pinola

Työn valmistuslukukausi ja -vuosi: Kevät 2020

Sivumäärä: 39 + 1

---

Koira-avusteinen interventio kehitysvammaisten palveluasumisen yksikössä on toiminnallinen opinnäytetyö, jonka aikana toteutettiin ja havainnoitiin koira-avusteista toimintaa kehitysvammaisten palveluasumisen yksikössä. Opinnäytetyö on suunnattu sosiaali- ja terveysalalla työskenteleville sekä muille, jotka ovat eläinavusteisesta työskentelystä kiinnostuneita. Opinnäytetyön tietoperusta on koottu erilaisista tietokannoista, oppikirjoista ja luotettavista nettilähteistä.

Koira-avusteiset interventiot toteutettiin Raahessa Antinkankaan palvelukodilla yhteistyössä Raahen kaverikoirien kanssa. Opinnäytetyössä kerättiin tietoa ja arvioitiin, miten koira-avusteinen toiminta vaikuttaa kehitysvammaisten hyvinvointiin ja toimintakykyyn. Arviointi perustuu opinnäytetyöntekijöiden tekemään havainnointiin ja havainnoitavien asukkaiden palautekyselyyn sekä hoitajien palautteeseen. Lisäksi työssä jaettiin tietoa kaverikoirille sekä heidän toimintansa hyödyistä että kehittämiskohteista.

Interventioista saatujen tulosten perusteella koira-avusteinen toiminta tuki kehitysvammaisten henkilöiden psyykkistä toimintakykyä kohentamalla asukkaiden mielialaa. Fyysistä toimintakykyä koira-avusteinen toiminta tuki siten, että asukkaat liikkuivat mielellään koirien läsnä ollessa, he muun muassa nojautuivat eteenpäin, ojensivat käsiään ja kyykistyivät silittääkseen koira. Ohjaajilta saadun palautteen perusteella jo vuosia jatkunut koira-avusteinen toiminta on tuottanut positiivista tulosta Antinkankaan palvelukodilla. Joidenkin asukkaiden pelko koiria kohtaan on hävinnyt ja kaverikoirien tuloa odotetaan innoissaan.

Kaverikoiratoimintaa voisi palvelukodilla kehittää siten, että osa tapaamisista siirrettäisiin kesäisin palvelukodin pihapiiriin, jossa toimintaan olisi hyvin tilaa. Tätä opinnäytetyötä voitaisiin hyödyntää muissa kehitysvammaisten palveluasumisen yksiköissä. Työtä voisi jatkokehittää siten, että siitä tehtäisiin laadullinen tutkimus, jossa kaverikoiratoimintaa tutkittaisiin ja havainnoitaisiin vielä laajemmin kehitysvammaisten parissa.

---

Asiasanat:

Eläinavusteinen interventio, eläinavusteinen toiminta, koira-avusteinen toiminta, kehitysvammaisuus, toimintakyky

## ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences

Degree programme in nursing and health care, option of nursing

---

Authors: Jutta Hietamäki and Elina Matkaselkä

Title of thesis: Dog-Assisted intervention for the handicapped in the service housing unit

Supervisors: Merja Jylkkä and Satu Pinola

Term and year when the thesis was submitted: Spring 2020

Number of pages: 39+1

---

The dog-assisted intervention in the service housing unit for the disabled is a functional thesis in which dog-assisted activities were implemented and observed in the service housing unit for the disabled. The thesis is aimed at social service and health care workers, as well as others interested in animal-assisted intervention. The knowledge base of the thesis has been compiled from various databases, textbooks and reliable online sources.

Dog-assisted interventions were carried out in Raahe at the Antinkangas service home in cooperation with Raahe's therapy dogs (Raahen kaverikoirat). The aim of the thesis was to evaluate how dog-assisted activities affect the well-being and functional capacity of people with disabilities. The evaluation was based on the observations made by the thesis workers, the survey conducted with the residents and the feedback from the nurses caring for the residents. In addition, the thesis provides information to the therapy dogs about the benefits of their activities and possible areas for development.

Results gained from interventions are telling that dog-assisted activities supported psychical functionalities by improving the spirit of the people with disabilities. The dog-assisted activities also improved the psychical performance of the residents in service home Antinkangas. Residents enjoyed moving while dogs were near, they leaned towards, stretched their hands and kneeled for petting the dog. Nurses have seen that dog-assisted activities have given positive results in the service home over the years. Some disabled have begun to like the dogs despite their previous dog fear and these days the therapy dogs are very keen visitors.

Therapy dog activity could be improved by having the meetings outside in summertime, to have more space for the activities. The results from this thesis can be utilized also in other service housing units for the disabled. In addition, the work could be further developed into a qualitative research in which the activities of therapy dogs would be studied and observed even more extensively.

---

Keywords:

Animal-Assisted intervention, Animal-Assisted activities, Dog-Assisted activities, disability, functional capacity

# SISÄLLYS

<b>TIIVISTELMÄ</b> .....	3
<b>ABSTRACT</b> .....	4
1 JOHDANTO .....	6
2 KEHITYSVAMMAISTEN TOIMINTAKYVYN TUKEMINEN.....	8
2.1 Kehitysvammaisuuden syyt ja diagnoosit .....	9
2.1.1 Down oireyhtymä .....	9
2.1.2 Fragile X- oireyhtymä .....	11
2.1.3 Autismi .....	11
2.2 Kehitysvammaisten toimintakyvyn tukeminen .....	12
3 ELÄINAVUSTEISET INTERVENTIOT .....	15
3.1 Eläinavusteinen toiminta.....	16
3.2 Koira-avusteinen toiminta .....	17
4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET .....	20
5 PROJEKTIN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS .....	21
5.1 Kohderyhmät ja hyödynsaajat .....	21
5.2 Projektin eteneminen ja aikataulu.....	22
5.3 Interventioiden toteutuksien suunnitelma .....	24
5.4 Riskien ja muutosten hallinta .....	25
5.5 Projektioorganisaatio ja viestintä .....	26
5.6 Interventioiden toteutukset .....	28
6 PROJEKTIN ARVIOINTI.....	30
6.1 Kyselylomakkeiden tulosten ja hoitajien palautteiden arviointia .....	30
6.2 Interventioiden arviointi.....	31
6.3 Opinnäytetyöprosessin arviointia.....	32
7 POHDINTA .....	34
7.1 Oma oppiminen .....	35
7.2 Projektin jatkokehittäminen.....	35
LÄHTEET .....	36
LIITTEET .....	40

# 1 JOHDANTO

Kehitysvammaisia henkilöitä ei tule syrjiä heidän vammansa perusteella, vaan heille on tarjottava samat terveys- ja kuntoutuspalvelut, kuin kenelle tahansa muulle henkilölle. Heillä tulee olla mahdollisuus saavuttaa ja säilyttää niin suuri itsenäisyys ja täysimääräiset henkiset, ruumiilliset, ammatilliset ja sosiaaliset kyvyt, kuin mahdollista. Kehitysvammaisten henkilöiden tuen tarve vaihtelee suuresti, jonka vuoksi heille tulee järjestää laaja-alaisia kuntoutuspalveluita ja -ohjelmia erityisesti työllisyyden, koulutuksen, terveyden ja sosiaalipalvelujen aloilla. (Finlex 27/2016; Kaski 2012, 19.)

Beable-Brown, Leigh, Whelton, Richardson, Beecham, Baumker & Bradshaw (2016) esittelemässä tutkimuksessa kävi ilmi, että kehitysvammaisten henkilöiden elämänlaatu ja saadun tuen laatu olivat suhteellisen huonoja, vaikka tutkimukseen osallistuneista noin kolmannes sai ammattitaitoista tukea. Sen sijaan johdonmukaisella, motivoivalla ja hyvällä aktiivisella tuella huomattiin saavutettavan parhaita tuloksia kehitysvammaisten henkilöiden elämänlaadun parantamiseksi. Kasken (2012, 19) mukaan kehitysvammaisten henkilöiden toimintakyvyn tukemiseen on erilaisia tapoja, kuten erilaiset apuvälineet, kuvat ja opasteet sekä henkinen tuki. Toimintakyvyn tukemisen määrä riippuu täysin siitä, minkä asteinen henkilön kehitysvamma on.

Kahilaniemen (2016, 19) mukaan toimintakykyä voidaan tukea muun muassa eläinavusteisen työskentelyn avulla. Se on suhteellisen uusi ja melko laaja työskentelymenetelmä Suomessa. Eläinavusteisen työskentelyn (muun muassa ratsastusterapian) avulla voidaan kehittää asiakkaan liikeratoja, kognitiota, tasapainoa sekä voimaa. Eläinavusteisen työskentelyn avulla voidaan myös vähentää henkilöiden levottomuutta ja pelkotiloja sekä laskea verenpainetta ja rentouttaa sekä kehoa että mieltä. Beetsin, Juliuksen, Kotrschalin & Turnerin (2012) esittelemän tutkimuksen mukaan koiraa silittäessä oksitosiinin erityis elimistössä lisääntyy ja samaan aikaan kortisolin erityis vähenee eli stressihormonitaso laskee, mikä näin ollen tukee psyykkistä toimintakykyä.

On huomattu, että eläimen läsnäolo stimuloi sosiaalista vuorovaikutusta, mutta ei pelkästään suhteessa eläimeen, vaan myös ihmisten välillä (Julius, Beetz, Kotrschal & Uvnäs-Moberg 2012, 45). Juliuksen ym. (2012, 35-59) tutkimuskatsauksessa todetaan, että tähän asti julkaistut tutkimukset osoittavat selkeästi positiivisia vaikutuksia vuorovaikutuksessa olemisesta eläinten kanssa usealla eri osa-alueella. On myös havaittu, että eläimet lisäävät sosiaalisuutta kaikenikäisillä.

Tämä opinnäytetyö on toiminnallinen ja sen tarkoituksena on kehitysvammaisten henkilöiden toimintakyvyn tukeminen koira-avusteisen toiminnan avulla. Toiminnallinen opinnäytetyö on vaihtoehtona ammattikorkeakoulun tutkimukselliselle opinnäytetyölle. Sillä tavoitellaan ammatillisessa kentässä käytännön toiminnan opastamista, ohjeistamista, toiminnan järjeistämistä tai järjestämistä. Toteutustapana voi olla opas, kansio, vihko, kirja, kotisivut, portfolio tai johonkin tilaan järjestetty tapahtuma. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9.)

Tavoitteena tässä opinnäytetyössä on tuoda esille, mitä eläinavusteinen työskentely on ja millaisia hyötyjä koira-avusteinen toiminta tarjoaa kehitysvammaisten henkilöiden toimintakykyyn. Tavoitteena on antaa myös tietoa kaverikoirille heidän toimintansa vaikuttavuudesta kehitysvammaisten palveluasumisen yksikössä. Toiminnallisessa osuudessa toteutetaan koira-avusteiset interventiot kehitysvammaisten henkilöiden kanssa heidän palveluasumisen yksikössään. Interventioiden aikana havainnoidaan kummallakin kerralla neljää henkilöä. Interventiot toteutetaan ryhmissä, joissa on muita palveluasumisen yksikön asukkaita mukana havainnointiin osallistujien lisäksi.

Opinnäytetyön keskeisiä avainsanoja ovat eläinavusteinen interventio, eläinavusteinen toiminta, koira-avusteinen toiminta, kehitysvammaisuus ja toimintakyky. Interventioiden avulla kerätään tietoa eläinavusteisten interventioiden hyödyistä kehitysvammatyössä. Muun muassa siitä, miten eläinten läsnäolo vaikuttaa kehitysvammaisiin ja miten he suhtautuvat intervention aikana toisiinsa.

## 2 KEHITYSVAMMAISTEN TOIMINTAKYVYN TUKEMINEN

Vammalla tarkoitetaan fyysistä tai psyykkistä vajavuutta, joka vaikeuttaa henkilön suorituskykyä, joillakin elämänosa- alueilla. Kehitysvammaisten kehityshäiriöt ovat yleensä hermostollisia vammoja, puutoksia tai poikkeavuuksia. (Kaski 2012, 16-17.) Synnyntäisen häiriön tai kehitysiässä tapahtuneen vamman tai sairauden vuoksi älyllinen kehitys on estynyt (Terveyskylä 2017). Älyllisen kehitysvamman lisäksi kehitysvammaisella on heikkoutta kahdella tai useammalla itsenäisen selviytymisen osa- alueella, kuten kommunikaatiossa tai hygienian huolehtimisessa (Kaski 2002).

Yleisin kehityshäiriö on aivojen kehityshäiriö, josta voidaan käyttää nimitystä älyllinen kehitysvamma. Siitä kärsii noin 1 % väestöstä. Älyllinen kehitysvammaisuus alkaa ennen aikuisikään tuloa, lapsuudessa tai nuoruudessa. Sille on tyypillistä keskitasoa merkittävästi huonompi älyllinen suoriutuminen. Älykkyydosamäärä (ÄÖ) on yksilöllisesti tehdyissä älykkyystesteissä noin 70 tai vähemmän. Pikkulasten kohdalla arvio tehdään kliinisen arvion pohjalta. Keskimääräistä selvästi huonomman älyllisen suoriutumisen lisäksi lapsi tai aikuinen kärsii useista sosiaalisista ongelmista esimerkiksi itsensä hoitamisessa, kotona asumisessa, sosiaalisessa viestinnässä, työssä, koulussa tai harrastuksissa. Älyllinen kehitysvammaisuus voidaan jakaa neljään eri vaikeusasteeseen; syvä älyllinen kehitysvammaisuus (ÄÖ alle 20), vaikea kehitysvammaisuus (ÄÖ 20-34), keskivaikea kehitysvammaisuus (ÄÖ 35-49) ja lievä älyllinen kehitysvammaisuus (ÄÖ 50-69). Luokittelussa käytetään apuna psykologisia testejä, joiden avulla arvioidaan henkistä suorituskykyä sekä puutteita. Luokittelun tarkoitus ei ole luokitella ihmisiä, vaan heidän terveydentilaansa. Älylliseen kehitysvammaisuuteen voi liittyä myös muita kehityshäiriöitä, kuten puhe- ja liikuntavammat, epilepsia, autismi sekä mielenterveyden häiriöt. Älyllinen kehitysvammaisuus ei ole sairaus, vaan vamma ymmärtämisen alueella. (Huttunen 2018; Kaski 2012, 16-17.)

Kehitysvammaisten tuen tarve vaihtelee suuresti. Osa heistä tarvitsee tukea vain joillakin elämänosa- alueilla, kun taas toiset voivat tarvita tukea kaikilla elämänosa- alueilla. Nykyään voidaan kohdata olettamuksia siitä, ettei vammaisuuden asteen luokittelu ole tärkeää, mutta asia on päinvastoin. Luokittelun avulla pystytään arvioimaan yksilön tuen tarve ja tarjoamaan hänelle oikeanlaista tukea. Kehitysvammasta huolimatta ihmisillä on pääosin samat tarpeet, joiden tyydyttämiseen pitäisi kaikilla olla mahdollisuus. (Kaski 2012, 19.)



## 2.1 Kehitysvammaisuuden syyt ja diagnoosit

Kehitysvammaisuuden syitä on monia. Syyt voivat olla perintötekijöistä johtuvia, tuntemattomista syistä johtuvat sikiöaikaiset epämuodostumat, raskauden aikaiset ulkoiset syyt sekä potentiaaliset syyt. Vammautumisen syihin sisältyvät äidin raskaudenaikainen infektio, tai myrkytys, kromosomi-poikkeavuus, sikiön hapenpuute synnytyksessä, lapsuuden tapaturma tai synnyttämisen aineenvaihdunnanhäiriö. Aina syytä ei saada selville. Noin 25% kehitysvammaisuuden syistä jää tuntemattomaksi. (Kaski 2012, 26.) Älyllinen kehitysvammaisuus on monisyinen keskushermoston kehityshäiriö. Noin 30 % älyllisestä kehitysvammaisuudesta johtuu sikiökautisista kehityshäiriöistä, noin 5 % erilaisista perinnöllisistä syistä, noin 5 % lapsuuden aikaisista kallovammoista, myrkytyksistä ja infektioista, sekä noin 10 % raskauden ja synnytyksen aikaisista haitoista, esimerkiksi äidin raskauden aikaisesta runsaasta alkoholin käytöstä ja noin 15-20 % muista psykiatrisista sairauksista sekä erilaisista ympäristötekijöistä, esimerkiksi äärimmäisen vaikeista lapsuuden olosuhteista. Älyllisen kehitysvammaisuuden syyt jäävät tuntemattomaksi noin 30-40 %:lla. (Huttunen 2018.)

Jokainen lapsi, joka menettää opittuja taitojaan tai jonka kehitys poikkeaa selkeästi normaalista, olisi syytä tutkia. Älyllistä kehitysvammaisuutta esiintyy yli 50 000 henkilöllä väestöstä. Synnyttäessä keskushermoston poikkeavuuksia on n. 5-8% väestöstä. Joten Suomessa olisi 250 000- 400 000 synnyttäessä tai lapsuuden alkuajoilla vammautunutta henkilöä. Kehitysvammaisuuden ilmenemisen ajankohta saattaa vaihdella suuresti. Syntymähetkellä voidaan nähdä selkeät rakennepoikkeavuudet, kuten Downin syndrooma. Ensimmäisen elinvuoden aikana todetaan yleensä vaikea kehitysvammaisuus ja lievät poikkeavuudet saatetaan nähdä vasta kouluiässä. Jos on syytä epäillä, että lapsen henkinen kehitys on viivästynyt, voidaan hänet ohjata tutkimuksiin. Psykologian tutkimuksissa selvitetään kuinka laajasta alasta kehitys on viivästynyt, mikä on älyllisen kehitysvammaisuuden aste, mitkä taidot ovat kehittyneet vahvimmin ja mitkä heikommin sekä millä tavoin lapsi kykenee parhaiten ilmaisemaan itseään. (Kaski 2012, 21.)

### 2.1.1 Down oireyhtymä

Yksi suurimmista kehitysvammaisuuden syistä on 21- trisomia, joka aiheuttaa Downin syndrooman (Kaski 2012, 65). Suomeen syntyy noin 70 lasta vuosittain, joilla on Downin oireyhtymä. Maassamme on tällä hetkellä 3000 tämän oireyhtymän omaavia. Valtaosalla heistä on kaikissa soluissa

ylimääräinen kromosomi, mutta muutamalla prosentilla ylimääräinen kromosomi on vain osassa soluja (mosaikismi). Näiden lapsien oireet voivat olla lievempiä kuin muilla. Lapsen poikkeava ulkonäkö ja pieni kokoisuus herättävät yleensä epäilyn Downin oireyhtymästä. Asia voidaan tarkistaa verinäytteellä, joka viedään kromosomiviljelyyn. Down lapsella kromosomeja on 46 sijasta 47. Riski saada Down lapsi kasvaa synnyttäjän iän myötä, jonka vuoksi maassamme tarjotaan kaikille yli 35-vuotiaille mahdollisuus raskaudenaikaiseen kromosomidiagnostiikkaan, jossa lapsivesinäytteestä tehdään sikiön kromosomitutkimus. Uudenlainen kromosomitesti (NIPT) on myös ollut kehitteillä viime aikoina ja se voidaan tehdä jo varhaisraskaudessa raskaana olevan naisen verinäytteestä. Tutkimuksessa voidaan todeta muitakin kromosomihäiriöitä ja tulokset ovat olleet hyvin luotettavia. Tämän testin laajamittaisen käyttöönoton avulla saadaan vähennettyä istukka- ja lapsivesitutkimuksen määrää. (Wilska 2011; Jalanko 2019.)

95% Down lapsista esiintyy trisomioita, eli kromosomia 21 on kahden sijasta kolme kappaletta, joka aiheuttaa poikkeavan ulkonäön ja saattaa aiheuttaa terveydellisiä ongelmia, joista yleisimpiä ovat korvaongelmat. Korvaongelmat johtuvat yleensä nenänielun paksuista ja eritteisistä limakalvoista sekä runsaasta risakudoksesta. Pieni kokoisuutensa lisäksi Down lasten ulkonäölle ominaista ovat litteä pää, keskikasvot, ylös vinot luomiraot, ulostyöntynyt kieli, leveä isovarpaan varvasväli, yksi kämmenpoimu, yliliikkuvat nivelet, lihasten heikkous, nenän epikantuspoimu ja usein myös rakenteellinen sydänvika, mikä vaatii varhaislapsuudessa tehdyn korjausleikkauksen. Down lapsien riski sairastua leukemiaan on myös suurempi kuin muilla. Down lasten kasvua olisi hyvä seurata heille tehdyillä kasvukäyrillä, koska kasvu on hitaampaa. Oireyhtymälle on tyypillistä myös keskivaikkea kehitysvammaisuus, mikä vastaa 5-7-vuotiaan kehitystasoa. (Jalanko 2019; Wilska 2011.)

Jokaisen Down lapsen kehittyminen ja tuen tarve vaihtelee suuresti. Vajaa puolet Down lapsista tarvitsee jo alle puolivuotiaana avosydänleikkauksen. Korvaongelmat sekä infektioherkkyys aiheuttavat usein käyntejä erityisesti korvalääkärillä. Down lapselle suunnitellaan kuntoutus yksilöllisen tarpeen mukaan moniammatillisessa työryhmässä, joka seuraa syntymästä asti lapsen kasvua ja kehitystä. Myös vanhempien ohjaukseen on luotu Portaattimenetelmä (Portage), joka on lapsen normaaliin kehitykseen perustuva kotikuntoutusmenetelmä. (Jalanko 2019; Wilska 2011.)

### 2.1.2 Fragile X- oireyhtymä

Fragile X on yleisin yhden geenin virheestä johtuva kehitysviivästymä. Pojilla oireyhtymään liittyy yleensä puheenkehityksen viivästymistä, kömpelyyttä sekä autistisia piirteitä. Onkin todettu, että 5-15%:lla autistisella on fragile x- oireyhtymä. Iän karttuessa voidaan havaita ulkonäöllisiä poikkeavuuksia, kuten kapeat-, pitkänomaiset kasvot, suuret korvat ja murrosiän jälkeen suuret kivekset. Työillä oireyhtymään liittyy heikkolahjaisuutta. Verinäytteellä voidaan vahvistaa fragile x- diagnoosi. Verinäytteestä tutkitaan FMR- 1- geenimonistuman kokoa. (Kaski 2012, 59.) Olisikin hyvä, että Fragile-x tutkittaisiin kaikilta, joilla todetaan autismin piirteitä tai älyllistä heikkolahjaisuutta. Koska fyysiset erityispiirteet voivat olla vähäisiä tai niitä ei ole ollenkaan, tulee diagnoosin perustua geenianalyysiin. (Hagerman 2020.)

Fragile X- oireyhtymässä oirekuva vaihtelee suuresti yksilöiden välillä, lievästä heikkolahjaisuudesta vaikeaan. Älykkyydosamäärä voi olla täysin normaali tai työ- ja lyhytkestoisessa muistissa voi olla vaikeitakin ongelmia. Käytöshäiriöt voivat näkyä lievänä ujoutena ja ahdistuksena sosiaalisissa tilanteissa tai pelokkuutena, levottomuutena, aggressiivisuutena, katsekontaktin –ja kosketuksen välttelynä. 89%:lla miehistä ja 30%:lla naisista ilmenee aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriöitä. 60%:lla ilmenee toistuvia välikorvan- ja poskiontelon tulehduksia sekä 20%:lla epilepsiaa. Hoitomuotona voidaan käyttää oireenmukaista lääkehoitoa tai erilaisia terapioiden yksilön tarpeiden mukaisesti. SSRI- lääkkeillä voidaan helpottaa levottomuutta ja pakko- oireita. Psykoosilääkkeillä voidaan taas vähentää aggressiivisuutta ja itsensä vahingoittamista. Erilaisista terapioiden voi olla myös hyötyä, kuten puhe-, toiminta- ja käyttöterapiasta. (Hagerman 2020.)

### 2.1.3 Autismi

Autismi on neurobiologinen kehityshäiriö. Autisteista 80 % on kehitysvammaisia. Autismille ominaiset käyttäytymisen mallit havaitaan yleensä varhaislapsuudessa ennen 2,5 vuoden ikää. Suomessa autistisia ihmisiä on arvioitu olevan noin 10 000 ja sitä on havaittu enemmän pojilla, kuin tytöillä. Autismille ominaisia käyttäytymisen erityispiirteitä ovat sosiaalisen vuorovaikutuksen häiriöt, kommunikaatiohäiriöt, rajoittunut käyttäytyminen sekä aistien poikkeava toiminta. Autistit välttävät yleensä katsekontaktia sekä toisten ihmisten kosketusta ja he viihtyvät jo lapsena paremmin omissa oloissaan sekä leikkivät yleensä yksin. Autistin on vaikea ajatella miltä toisesta ihmisestä tuntuu ja se saattaa näkyä epäsovivana käytöksensä. Kommunikaatiohäiriöitä ilmenee kaikilla

autisteilla joissain määrin. Osa autisteista ei osaa ilmaista kielellisesti itseään lainkaan, samoin ilmeet ja eleet voivat jäädä vähäisiksi. Kommunikaation apuna voidaan käyttää kuvia, esineitä sekä viittomia. Olisi kuitenkin tärkeää, että jokaiselle löydettäisiin itselle sopiva kommunikaatiokeino mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Rutiinit ovat usein tärkeitä ja äkilliset muutokset voivat aiheuttaa ahdistusta, joten muutoksista olisi hyvä tietää hyvissä ajoin. (Kaski 2012, 99-100.)

Autismikirjon häiriöiden patogeneesiä ei vielä tunneta. Autismin taustalla on huomattu olevan monenlaisia tekijöitä. Noin 10 %:lla diagnosoiduista ilmenee autismia tunnistettavan geneettisen oireyhtymän osana. Kun autismin aiheuttajaa ei tunneta, kutsutaan sitä idiopaattiseksi. Kaksostutkimusten avulla on voitu osoittaa, että autismikirjon häiriöillä on vahva geneettinen tausta. On myös todettu, että autistien vanhemmilla esiintyy usein lieviä autismin neuropsykiatrisia erityispiirteitä, kuten kommunikaation vaikeuksia, sosiaalista pidättyvyyttä, rutiinien tärkeyttä ja vaikeuksia muutostilanteissa. Autististen lasten vanhemmilla on huomattu ilmenevän lisäksi tavallista useammin affektihäiriöitä, skitsofreniakirjon häiriöitä sekä muita persoonallisuus- ja ahdistuneisuushäiriöitä. (Castrén 2019, 74-76.)

Autististen lasten opetuksessa terapiaohjelma tulee rakentaa siten, että sen tavoitteena on pyrkiä vahvistamaan eri tilanteiden kannalta myönteistä ja merkityksellistä käyttäytymistä sekä lisäämään lapsen käyttäytymisvalmiuksia. Käyttäytymisen myönteiset seuraukset toimivat mahdollisina vahvistajina ja niitä ovat esimerkiksi makupalan saaminen, palkinto, kiitos, opettajan tai muun ohjaavan henkilön kehu tai toiminnan tuloksellisuudesta saatu palaute. Toisena vahvistuskeinona on epämiellyttävän asian poistuminen, esimerkiksi ahdistuksen väheneminen tai se, ettei tarvitse osallistua epämiellyttävään työhön. Autistisen lapsen kuntoutuksen tulee olla intensiivistä ja se tulee aloittaa mahdollisimman aikaisessa vaiheessa. Nykyään on olemassa kohtalaisen hyviä arviointitapoja autismikirjon ongelmien kartoittamiseen, mutta menetelmiä lasten kehityksen auttamiseen tarvitaan lisää. (Timonen 2019, 294-295.)

## **2.2 Kehitysvammaisten toimintakyvyn tukeminen**

Kehitysvammaisen toimintakyvyn ja elämänlaadun kannalta tärkeää on se mitä heidän jokapäiväisessä elämässään tapahtuu. Tärkeässä osassa ovat kuntoutustapaamiset, mutta sitäkin tärkeämpää on elää mahdollisimman tavallista elämää. Kehitysvammaisen on tärkeä saada osallistua lapsesta lähtien kodin askareisiin ja tapaamisiin eri ihmisten kanssa sekä saada opetusta.

Osallistumisessa tulee kuitenkin huomioida vammaisuudesta johtuvat erityispiirteet. Kehitysvammaisen olisi tärkeä saada vaihtelevia kokemuksia, koska puutteellinen kokemusmaailma saattaa hidastaa toimintakyvyn kehitystä. (Kaski 2012, 173.)

Aistitoimintojen suurin kehitys tapahtuu yleensä lapsen kahden ensimmäisen elinvuoden aikana, kun lapsi tutustuu ympäristöönsä aistien ja motoriikan avulla. Kehitysvammaisilla aistitoimintojen kehittymistä voivat vaikeuttaa aisti – ja liikuntavammat. Erityisesti vaikeavammaisten on vaikea päästä tutustumaan ympäristöönsä, jos liikkuminen ja esineisiin tarttuminen ei ole itsenäisesti mahdollista. Tuntoaistin avulla opimme tuntemaan oman kehomme ja siksi olisikin tärkeää, että tuntoaistia kehitettäisiin syntymästä lähtien. Tuntoaistia voidaan kehittää päivittäin mm. kylvetyksissä, pukeutumistilanteissa sekä ihan sylissä olemisen avulla. Haju -sekä makuaistia voidaan aktivoida erilaisilla maku –ja hajuärsykkeillä. Kuuloaistia voidaan aktivoida erilaisten leikkien ja äänilähteiden avulla. (Kaski 2012, 175.)

Kommunikaatiotaidot alkavat kehittyä normaalisti syntymän jälkeen. Vauvalle juteltaessa hän etsii puhujan kasvot ja seuraa tarkasti suun liikkeitä. 1,5- 2,5 vuoden iässä lapsi alkaa tuottamaan lyhyitä lauseita tutuista sanoista. 7- 12 vuoden iässä käsitteellinen ajattelu laajenee. 15- 16 ikävuoteen mennessä lapsi oppii tunnistamaan ajatuksiaan ja punnitsemaan eri vaihtoehtoja. Jos kommunikaatio ei kehity normaalisti, aletaan mahdollisimman varhaisessa vaiheessa etsimään kommunikaatiota tukevia menetelmiä. Puheen on hyvä olla selkää ja lauseiden lyhyitä. Puheen tukena voidaan käyttää ilmeitä ja eleitä. Kommunikaatiotaidot eivät voi kehittyä ilman vuorovaikutusta ja säännöllistä harjoitusta. Harjoitusten on hyvä olla vaihtelevia ja hauskoja, jotta mielenkiinto uuden oppimista kohtaan pysyisi yllä. (Kaski 2012, 180.)

Monelle kehitysvammaiselle apuvälineet ovat tärkeä osa elämää. Yleisimpiä niistä ovat silmälasit ja kuulokojeet, mutta liikuntarajoitteisille tuttuja ovat myös erilaiset seisoma –ja kävelytelineet. Seisomatelineen avulla liikuntarajoitteinen voidaan totuttaa pystyasentoon samalla, kun pitkät luut vahvistuvat, aineenvaihdunta vilkastuu ja ehkäistään nivelten virheasentoja. Omatoimisuuden kannalta kehitysvammaisten koteihin tehdään usein muutostöitä. Tällöin kyseeseen tulevat sähköpyörätuoli, hissit, liuskat sekä ympäristön hallintalaitteet. Samalla voidaan poistaa kynnyksiä, jotta liikkuminen olisi esteettömämpää ja lisätä tukikahvoja. (Kaski 2012, 184.)

Motivaatio on keskeisessä osassa oppimisen kannalta. Jotta oppiminen olisi mahdollisimman mielekästä tulisi ympäristön herättää lämminhenkistä turvallisuuden tunnetta. Oppimistilanteet voivat

olla leikkisiä ja hauskoja. Rohkaisu ja kannustaminen on tärkeässä osassa, kun tartutaan uusiin haasteisiin. Taidot eivät katu hetkessä, joten jo pelkästään yrityksestä kehutaan ja kannustetaan kokeilemaan uudestaan. Uuden oppiminen vaatii pitkäjänteisyyttä ja jo opittuja asioita on hyvä harjoittaa säännöllisesti, etteivät ne pääse unohtumaan. (Kaski 2012, 188.)

### 3 ELÄINAVUSTEISET INTERVENTIOT

Eläimet ovat läpi ihmiskunnan historian olleet vahvasti osana ihmisten elämää. Eläimet ovat olleet ihmisten apuna esimerkiksi metsästyksessä ja vartioinnissa sekä sokeiden opaskoirina että työhevosina. Lisäksi eläimet ovat olleet kumppaneitamme sekä tarjonneet lämpöä ja turvaa. Jo eläimen katsekosketus voi antaa ihmiselle syvän tunteen yhteenkuuluvuudesta ja läheisyydestä, joka helpottaa jaksamista elämän vaikeuksien keskellä. Eläimen läsnäolo vuorovaikutustilanteessa saattaa edesauttaa ja nopeuttaa luottamuksen ja terapiasuhteen syntymistä ja myös vahvistaa asiakkaan aktiivista suhdetta terapeuttiin. (Laukkanen 2015, 34 – 35; Salmela 2015, 94; Kamiokaa, Okadab, Tsutanic, Parkd, Okuizumie, Handae, Oshiof, Parkb, Kitayuguchig, Abeg, Hondah & Mutohi 2014.)

Eläinavusteisissa interventioissa (työskentelyissä) eläimiä käytetään työkaluna ihmisten psyykkisten, fyysisten ja sosiaalisten toimintojen parantamisessa ja tukemisessa sekä ihmisten koulutuksen ja hyvinvoinnin näkökohdissa (Kamiokaa ym. 2014). Eläinavusteisen intervention on todettu lisäävän asiakkaan liikeratoja, kognitiota, tasapainoa sekä voimaa. Psykiatrisilla potilailla eläinavusteinen interventio saattaa vähentää levottomuutta ja pelkotiloja. Asiakkaan verenpaineen lasku ja rentoutuminen ovat olleet myös huomattavissa yleensä jo ensimmäisestä työskentelykerrasta lähtien. (Kahilaniemi 2016,19.)

Eläimen läsnäolon on huomattu stimuloivan sosiaalista vuorovaikutusta, mutta ei pelkästään suhteessa eläimeen, vaan lisäksi ihmisten välillä (Julius, Beetz, Kotschal & Uvnäs-Moberg 2012, 45). Juliuksen ym. (2012, 35-59) tutkimuskatsauksessa todetaan tähän asti julkaistujen tutkimusten osoittavan selkeästi positiivisia vaikutuksia vuorovaikutuksessa olemisesta eläinten kanssa usealla eri osa-alueella. Julkaistujen tutkimusten perusteella on mahdollista sanoa, että vuorovaikutus eläinten kanssa sekä lemmikin omistaminen ovat yhteydessä positiivisiin hyvinvointi- ja terveysvaikutuksiin niin erityisryhmissä, kuin isommissa populaatioissa. On myös havaittu eläinten lisäävän sosiaalisuutta kaikenikäisillä. Tutkimusnäyttö tukee lisäksi voimakkaasti sitä, että eläimen läsnäolo tai eläimen kanssa vuorovaikutuksessa oleminen vähentää pelkoa ja ahdistusta sekä lisää luottamusta ja rauhoittumista kaikissa ikäryhmissä. Pitkäaikaisessa hoidossa olevilla potilailla eläinten kanssa vuorovaikutuksessa olemisen on todettu vähentävän masennuksen oireita ja kohentavan mielialaa.

International Association of Human – Animal Interaction Organizations on kansainvälinen organisaatio, joka määrittelee eläinavusteiset interventiot (Animal-Assisted Interventions, AAI) suunnitelmallisiksi ja tavoitteellisiksi interventioiksi, joissa eläimet ovat mukana opetus-, sosiaali- ja terveystoimintaympäristöissä ja niiden tarkoituksena on ihmisen sosiaalisen, emotionaalisen, kognitiivisen tai fyysisen hyvinvoinnin edistäminen. Interventioissa ovat aina mukana ne ihmiset, joilla on ennestään tietoa niistä eläimistä ja ihmisistä, jotka interventioissa ovat osallisina. Eläinavusteiset interventiot toimivat kattokäsitteenä muun muassa eläinavusteiselle terapialle (Animal-Assisted Therapy, AAT) ja eläinavusteiselle toiminnalle (Animal-Assisted Activity, AAA), jotka ovat käytetyimmät menetelmät eläinavusteisista interventioista. Eläinavusteinen terapia on tavoitteellista toimintaa, jossa eläintä hyödynnetään osana hoito- ja kuntoutusprosessia. Työskentelyllä on aina selkeät tavoitteet, ja sen edistymistä seurataan ja dokumentoidaan. Lisäksi terapeutin tulee olla koulutautunut tehtävään. Eläinavusteinen toiminta sen sijaan on usein vapaaehtoistyötä, jossa eläimen ohjaaja saattaa olla vapaaehtoinen tai koulutettu ammattilainen, joka ei työskentele sosiaali- ja terveystoimintalalla. (Salovuori 2014, 53; Ikäheimo 2015, 11; IAHAIO 2018.) Tässä opinnäytetyössä keskitytään eläinavusteisen toiminnan ja sen alakäsitteenä olevan koira-avusteisen toiminnan kuvailemiseen.

### **3.1 Eläinavusteinen toiminta**

Eläinavusteinen toiminta on virkistys- ja harrastetoimintaa, jossa toimintaan osallistuvilla ei ole kirjattu yksilöllisiä tavoitteita, mihin toiminnalla pyrittäisiin. Toiminnan ohjaaja tulee silti olla perehdytetty eläinavusteiseen toimintaan sekä laitospöyryilijöiden tekemiseen, jotta hän voi toimintaa toteuttaa. Eläinavusteisella toiminnalla saadaan mahdollisuus lisätä ihmisen hyvinvointia kasvatuksellisin, motivoivin ja /tai mielihyvää tuottavin keinoin. Käyntien sisältö pohjautuu usein spontaanisuuteen ja niiden pituus vaihtelee, mutta ne voivat olla säännöllisiä. Kuten kaikissa muissakin eläinavusteisissa menetelmissä, myös tässä eläimen tulee olla tehtävänsä soveltuva. (Salovuori 2014, 53; Ikäheimo 2015, 10.) Eläinavusteisesta toiminnasta ja eläinten positiivisesta vaikutuksesta ihmisten hyvinvointiin ja terveyteen on tehty monenlaisia tutkimuksia viime vuosikymmenten aikana (pääosin ulkomailla), niistä pari esimerkkiä alla olevissa kappaleissa.

House, Neal & Backels:in (2018) artikkelissa kuvataan tehtyä tutkimusta siitä, kuinka eläinavusteinen toiminta on vaikuttanut yliopisto-opiskelijoiden stressiin, koti-ikävään ja onko se lisännyt opiskelijoiden tietoisuutta kaikista opiskelijoille suunnatuista neuvontapalveluista kampuksilla.



Toimintaa havainnoitiin viiden vuoden ajan. Opiskelijoiden palautteiden mukaan terapiakoirat yliopiston kampuksilla olivat todella hyödyllisiä. Toiminta onnistui vähentämään opiskelijoiden stressiä, lievittämään koti-ikävää ja opiskelijat tutustuivat paremmin resursseihin, joita he pystyvät hyödyntämään kampuksilla. Nämä lupaavat tulokset korostavat terapiakoirien aikaansaamia myönteisiä terveyshyötyjä yliopistokampuksilla.

Eräässä tutkimuksessa käytettiin hyödyksi sekä eläinavusteista toimintaa että sosiaalista tarinaa yhdessä. Sosiaalinen tarina tarkoittaa lyhyttä yksilöllistettyä tarinaa, jolla kuvataan sosiaalista tilannetta, sen tarkoituksena on auttaa autismikirjon henkilöä ymmärtämään tilanne kokonaisuutena hyödyntämällä kuvia ja kirjoitettua tekstiä (Autismiliitto). Tutkimuksessa selvitettiin, kuinka nämä kaksi eri menetelmää vaikuttavat yhdessä autististen lasten sosiaalisiin kykyihin. Tulokseksi saatiin, että kaikki kolme osallistujaa osoittivat tilastollisesti merkittävää kasvua sosiaalisten aloitusten tiheydessä, kun terapiakoira oli läsnä. Verrattuna lähtötilanteeseen ja pelkän sosiaalisen tarinan interventiovaiheisiin, oli sosiaalisen esiintymistiheyden aloitukset huomattavasti korkeammat jokaisella lapsella sosiaalisen tarinan ja eläinavusteisen toiminnan aloittamisen yhteydessä. Tulokset osoittavat, että koira on saattanut toimia autististen lasten sosiaalisen vuorovaikutuksen edistäjänä sosiaalisen tarinan lukemisen yhteydessä. (Grigore & Rusu 2014.)

### **3.2 Koira-avusteinen toiminta**

Koira on yksi käytetyimmistä eläimistä eläinavusteisuudessa. On tärkeää valita luotettava ja tehtävänsä soveltuva koira koira-avusteiseen toimintaan. Lundell (2015, 66) kertoo, että koira voi olla joko vilkas tai rauhallinen. Vilkasta koira käytetään sellaisissa tilanteissa, joissa tarvitaan vilkkautta. Esimerkiksi dementiaa sairastava vanhus ei kovin paljon aktivoidu, jos vierailulla on yhtä passiivinen koira. Rauhalliset koirat taas ovat hyviä heille, jotka pitävät pääasiassa koiran silittämisestä tai ovat arkoja koiran kanssa. Rauhallinen koira myös rauhoittaa ylivilkasta lasta. Lundellin mukaan koiran sopivuus ei ole kiinni iästä tai rodusta. Tärkeintä koira-avusteisessa toiminnassa on, että koira ottaa itsenäisesti kontaktia ihmisiin ja samalla nauttii työskentelystä ihmisten parissa. Toiminnassa tulee huomioida myös koiran hyvinvointi ja jaksaminen. Kahilaniemen (2016, 28-29) mukaan ohjaaja on vastuussa koiran hyvinvoinnista ja turvallisuudesta sekä työn toteutuksesta ja suunnittelusta. Ohjaaja vastaa myös siitä, että työskentely-ympäristö on asianmukainen, turvallinen ja siisti ja, että koiralla on mahdollisuus toteuttaa lajityypillisiä käyttäytymistarpeitaan.

Tutkimuksessa, jossa tutkittiin rekisteröityjen eläinavusteisten koirien ja ihmisten välistä vuorovaikutusta ja sitä, miten se vaikuttaa koiran kortisolin määrään ja käyttäytymiseen, havaittiin ettei sylkikortisoli kasvanut koirilla eläinavusteisen toiminnan aikana. Myöskään stressiin liittyvä käyttäytyminen ei lisääntynyt koirilla toiminnan aikana. Koirilla ei siten havaittu toiminnan aikana fysiologisia tai käyttäytymiseen liittyviä väsymyksen, uupumisen tai stressin merkkejä, mikä viittaa siihen, että tämä korkeakouluopiskelijoiden kanssa tehty eläinavusteinen toiminta, ei vaikuttanut negatiivisesti näiden koirien hyvinvointiin. Tutkimus toteutettiin yliopisto-opiskelijoiden asuntolassa ja se kesti 60 minuuttia. (Nga, Piercea, Otto, Buechner-Maxwella, Siracusa & Werrea 2014.)

7-11-vuotiaille pojille tehdyssä tutkimuksessa tuli ilmi, että vuorovaikutuksessa koiran kanssa, erityisesti koira silittäessä, lisäsi se oksitosiinin eritystä elimistössä. Mitä kauemmin lapsi vietti aikaa silittäen koira, sitä suurempi oli oksitosiinin erityks ja samaan aikaan kortisolin eli stressihormonitaso väheneminen. Tutkimuksessa huomattiin myös, että stressihormonitaso väheni enemmän ystävällisen koiran läheisyydessä, kuin ihmisen tai lelukoiran läheisyydessä. Tutkimuksen mukaan luultavasti jokainen lapsi voisi hyötyä vuorovaikutuksesta ystävällisen koiran kanssa. (Beetz., Julius, Kotrschal & Turner 2012.)

Ikäheimon (2015, 146-147) mukaan koirasta on paljon hyötyä työskenneltäessä masentuneiden nuorten kanssa. Vaikeimmillaan nuori voi kokea, että hänen maailmansa on autio ja tyhjä eikä hänellä ole mitään puhuttavaa, kerrottavaa tai jakamisen arvoista. Silti koira kohtaa nuoren joka kerralla aidon hyväksyvästi ja innostuneesti. Koira huomaa tunnetilan muutokset tai, kun tapahtuu jotakin muuta tärkeää ja se on heti valmiina reagoimaan, usein nopeammin kuin terapeutti. Koira saattaa esimerkiksi painaa pään polvelle, nuolaista kättä tai kyyneleen pois poskelta. Nuorista näkee, että he odottavat joka kerta koiran tapaamista. Koiran ollessa mukana voi tapaamisten ilmapiiri olla mukava ja iloinenkin ja siten kontakti nuoreen muodostuu vähitellen ja mahdollistaa vähitellen myös muunlaisen työskentelyn.

Latvala-Sillmanin (2013, 202) mukaan koira saa palautettua syvästikin autistisen oppilaan samaan todellisuuteen luokassa olevien muiden oppilaiden ja aikuisten kanssa. Autismin kirjoon kuuluvan oppilaan on koiran avulla helpompi harjoitella tunnetaitoja ja sosiaalisia taitoja sekä kommunikointia ja oppia sietämään ärsykyitä, jotka tulevat aistijärjestelmiin.

Suomessa koira-avusteisella toiminnalla on hieman pidemmät perinteet, mitä ammatillisella työskentelyllä. Kennelliiton kaverikoira-toiminta on eläinavusteista toimintaa, joka on alkanut Suomessa

jo vuonna 2001. Vuonna 2013 se hyväksyttiin kansainvälisen eläinavusteisen toiminnan AAII (Animal Assisted Intervention International) järjestön täysjäseneksi ja silloin kaverikoiria oli jo lähes 900. Toiminta on vapaaehtoistoimintaa, jossa koira tuo iloa ja elämyksiä ihmisille, jotka eivät itse omista koira. Kaverikoirat toimivat ryhmissä, joissa koiranohjaajat on perehdytetty Kennelliiton puolesta. Asiakasryhmät ja vierailukohteet vaihtelevat ryhmittäin alueellisen kysynnän mukaan. Kaverikoiravierailun tavoitteena on tuottaa hyvää mieltä niin asiakkaalle kuin koiralle, mutta myös ohjaajalle. Pääosin kaverikoiraryhmien asiakkaita ovat lapset, vanhukset ja vammaiset. Asiakkaita kaverikoirat käyvät ilahduttamassa lastenkodeissa, kouluissa, toimintakeskuksissa, päiväkodeissa, laitoksissa, asumisyksiköissä tai erilaisissa tapahtumissa. Vierailujen tiheyttä suunnitellaan vierailupaikkojen toiveiden mukaan. Kaverikoiraohjaajat kokevat, että parasta antia toiminnassa on palaute, mitä saadaan asiakkailta, joille vierailut antavat arjessa suuren merkityksen. Joissain vierailukohteissa asiakkaille ei ole mahdollista vierailusta etukäteen edes kertoa, sillä koirien odottaminen käy liian suureksi. (Kennelliitto; Muros 2013, 82.)

Kaverikoiratoiminta on Kennelliiton alaista ja koordinoimaa toimintaa. Ympäri Suomen noudatetaan samoja ohjeita ja käytänteitä. Kaverikoira nimeä voivat käyttää vain Kennelliiton hyväksymät koirat. Kaverikoiran ja kaverikoiraohjaajan tunnistaa heidän työasuistaan, oranssista huivista ja nimikyltistä. Toimintaan mukaan tulevia koiria ei sinänsä testata, mutta niiden soveltuvuutta kaverikoiratoimintaan arvioidaan koulutustilaisuudessa ja perehdytysvaiheessa. Uusissa tilanteissa kaverikoiran tulee olla varmahermoinen sekä aina ohjaajansa hallinnassa. (Muros 2013, 83-85; Kennelliitto.)

## 4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyön tarkoituksena on kehitysvammaisten henkilöiden toimintakyvyn tukeminen koira-avusteisen toiminnan avulla. Kaverikoiratoimintaa ei ole aiemmin havainnointu ulkopuolisen toimesta Antinkankaan palvelukodilla, joten tarkoituksena on antaa myös kattavasti tietoa Raahen kaverikoirille heidän toimintansa hyödyistä sekä mahdollisista kehittämiskohteista. Projektin avulla pääsee näkemään, miten koiran läsnäolo vaikuttaa ihmisiin, joilla ei itsellä ole mahdollisuutta hankkia koira. Herättääkö koira muistoja lapsuudesta, luoko se turvallisuuden tunnetta ja saako koiran iloinen hännän heilutus ja pehmeä turkki aikaan hyvinolontunteita?

Välittömällä kehitystavoitteella tarkoitetaan suunnitteilla olevan tutkimuksen lopputulosta. (Kepa.) Välitön kehitystavoite projektille on selvittää miten kaverikoirien vierailu ja läsnäolo tukee palvelukodin asukkaiden toimintakykyä ja vaikuttaako se positiivisesti heidän mielialaansa.

Pitkän ajan kehitystavoitteen tarkoitus on nähdä tutkimuksen muutosvaikutus kohderyhmän kannalta (Silfverberg 2007). Kaverikoiratoiminnan tarkoitus on tuoda iloa jatkossakin palvelukodin asukkaille. Erilaisten aktiviteettien avulla asukkaat pääsevät tutustumaan koiriin aina vain paremmin. Projektin arviointivaiheessa mietitään, mitä nämä erilaiset aktiviteetit voisivat kehitysvammaisten kanssa olla.

Oppimistavoitteina on kehittyä kriittisessä tiedonhaussa, projektityöskentelyssä, yhteistyötaidoissa, tieteellisessä kirjoittamisessa sekä intervention toteuttamisessa. Tavoitteena on kehittyä myös tulevina sairaanhoitajina, jotta osataan muun muassa työskennellä missä vain tilanteessa ennalta tuntemattomien yhteistyökumppaneiden ja asiakkaiden kanssa.

## 5 PROJEKTIN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS

### 5.1 Kohderyhmät ja hyödynsaajat

Antinkankaan palvelukoti on kehitysvammaisten yksikkö Raahessa, joka tarjoaa ympärivuorokautista valvontaa ja tukea kehitysvammaisille henkilöille. Palvelukoti on jaettu neljään pienkotiin. Vakituisten asumisen paikkoja palvelukodissa on 23 joiden lisäksi on yksi tilapäisen hoidon paikka sekä yksi ohjatun asumisen paikka. (RAS, Antinkankaan palvelukoti.)

Palvelukodin toiminta perustuu asiakaslähtöisyyteen. Hoitajat tukevat asukkaita omatoimisuuteen jokaisen yksilöllisten voimavarojen mukaan. Osa asukkaista tarvitsee hoitajan tukea jollain tietyllä osa- alueella ja osa tarvitsee tukea kaikilla osa- alueilla. Palvelukodin arjessa näkyy vahvasti itsemääräämisoikeus. Asukkaalle annetaan mahdollisuus valita, mitä hän pukee yllensä, mitä hän syö tai juo ja mitä hän haluaa päivän aikana tehdä. Useampi palvelukodin asukkaista käy arkisin heille tarkoitettussa päivä- tai työtoiminnassa. Kaikki palvelukodin asukkaat ovat aikuisia ja heitä tulee kohdella aikuisina. Osalle asukkaista voi olla tärkeää katsoa lastenohjelmia tai leikkiä ja se on heille sallittavaa, mutta hoitaja voi antaa myös vaihtoehdoksi aikuisuuteen liittyviä asioita tai ohjelmia. Osallisuus on tärkeä osa aikuisuutta, joten asukkaille tulee antaa mahdollisuus osallistua myös talon ulkopuolisiin tapahtumiin. Kaverikoirat ovat vierailleet palvelukodilla vuodesta 2012. (Antinkankaan palvelukoti, perehdytyskansio.)

Projektille voidaan määritellä kaksi eri tason hyödynsaajaryhmää. Näistä käytetään termejä välitön ja lopullinen hyödynsaaja. Projektin lopulliset hyödynsaajat ovat tahoja, joille projektin varsinaiset pitkän ajan hyödyt pyritään kanavoimaan. Monissa projekteissa tulee lisäksi määritellä välitön kohderyhmä. Lopullisten hyödynsaajien eli varsinaiselle kohderyhmälle saatu hyöty voi toteutua sen kautta, että projektin myötä välittömän kohderyhmän antamat palvelut paranevat. Näiden lisäksi projektilla saattaa olla muitakin hyödynsaajia. Esimerkiksi projektissa mukana oleva tutkimuslaitos voisi hyötyä siten, että se saisi projektin myötä käytännön kokemusta ja tutkimusmahdollisuuksia ja kunnan olisi mahdollista saada positiivista imagoa sekä lisää verotuloja. Määrittäessä projektin kohderyhmää ja varsinaista hyödynsaajaryhmää tulee tarkastella seuraavia kysymyksiä:

- Mikä on ongelmien vaikutus eri sidosryhmissä, keihin ongelmat kohdistuvat?
- Mikä on eri ryhmien tuen tarve?

- Mikä on eri ryhmien mahdollisuus ja kyky järjestäytyä ja ottaa vastaan tukea? (Silfverberg 2007, 39.)

Projektin välittömänä kohderyhmänä ovat kaverikoirien ohjaajat, jotka saavat tietoa toimintansa vaikuttavuudesta ja hyödyllisyydestä. Projektissa tehtävän kyselyn perusteella ohjaajat voivat tarvittaessa muuttaa toimintaa, tai lisätä toimintaan uusia aktiviteetteja.

Lopullisena kohderyhmänä ja hyödynsaajana ovat Antinkankaan palvelukodin asukkaat sekä muut kehitysvammaispalveluiden käyttäjät, jotka pääsevät mukaan eläinavusteiseen toimintaan. Hyödynsaajia ovat myös sosiaali- ja terveysalan työntekijät, joille projekti antaa tietoa siitä, kuinka eläinavusteista toimintaa voidaan hyödyntää kehitysvammaisten henkilöiden kanssa.

Hyödynsaajina ovat myös opinnäytetyöntekijät. Opinnäytetyön tekemisen myötä muun muassa teoriaosaaminen lisääntyy ja opitaan lisäksi projektityöskentelyä. Saadaan myös laajasti tietoa eläinavusteisuudesta ja kehitysvammaisuudesta sekä siitä, kuinka tulevana hoitotyön ammattilaisina voidaan eläinavusteisuutta työssä hyödyntää.

## **5.2 Projektin eteneminen ja aikataulu**

Projektin aikataulu on kuvattu taulukossa 1. Ensimmäinen vaihe alkoi projektiryhmän muodostamisella ja aiheen valinnalla. Aihe oli jo etukäteen toisella tekijöistä mielessä ja sovittiin, että tehdään opinnäytetyö yhdessä, kun molempia tekijöitä aihe kiinnosti. Toiminnalliseen opinnäytetyöhön päädyttiin, koska haluttiin toteuttaa eläinavusteinen interventio käytännössä sekä havainnoida sen vaikutuksia ja tehdä arviointikysely osallistujille.

Aiheen valinnan jälkeen otettiin yhteyttä Raahessa sijaitsevaan Antinkankaan kehitysvammaisten palveluasumisyksikköön ja pyydettiin lupaa toteuttaa interventio heidän yksikössään ja kun suullinen lupa saatiin, päästiin jatkamaan suunnitelmia. Aiheen rajaaminen kävi melko nopeasti, koska alkuvaiheista asti oli selvää missä interventiot toteutetaan, mitä eläimiä siinä käytetään ja mitä interventioilla tavoitellaan. Opinnäytetyön tavoite valmistumisajalla ei ollut alkuun kiire, mutta alkuvaiheen venähdettyä päätettiin aikataulua kiristää, jotta kaikki vaiheet olisi tehty toukokuussa 2020.

Suunnitelmavaiheeseen päästiin kunnolla kiinni vasta melkein vuosi aiheen valinnan jälkeen. Suunnitelmavaihe lähti liikkeelle tietoperustan etsimisellä ja kirjoittamisella, sekä keskeisten käsitteiden määrittelyllä. Samaan aikaan oltiin yhteydessä Raahessa toimiviin Raahen kaverikoiriin, jotta saatiin heidät yhteistyöhön mukaan. Myös Kennelliitolta saimme sähköpostin kautta kaverikoirien toiminnan tutkimusluvan. Tietoperustan ollessa valmis ryhdyttiin suunnittelemaan, kuinka eläinavusteiset interventiot toteutetaan ja millainen lomake osallistujille jaetaan täytettäväksi.

Opinnäytetyösuunnitelma esitettiin ohjaaville opettajille ja pienten muutosten jälkeen se hyväksyttiin tammikuussa 2020.

Projektin yksi parhaimpia puolia on se, että sillä on selkeä alku ja loppu. Kun kaikki projektisuunnitelmaan liittyvät tehtävät on saatu päätökseen ja projektin lopputulokset on hyväksytty, projekti päättyy. (Mäntyneva 2016, 143.) Projektin kruunaa hyvä ja napakka loppuraportti, joka on esitystavaltaan tuore, sen rakenne on selkeä ja analyttinen, sisältö luotettava ja hyvin perusteltu sekä projektin näkökulma on tulevaisuuteen suuntautunut. (Rissanen 2002, 171.)

Loppuraportin kirjoittaminen aloitettiin maaliskuussa 2020 ja saatiin valmiiksi toukokuussa 2020. Sitä kirjoitettiin Onedrivessa, jotta molemmat näkivät koko ajan, mitä toinen oli kirjoittanut.

*TAULUKKO 1. Aikataulu*

<b>Tehtävä</b>	<b>Aikataulu</b>
Projektiryhmän muodostaminen	Helmikuu 2019
Aiheen valinta	Helmikuu 2019
Suullinen sopimus yhteistyöstä Antinkankaan kanssa	Helmikuu 2019
Aiheen ideointi:	
Opinnäytetyön sisällön ideointi	Maaliskuu 2019
Toteuttamistavan valinta	Huhtikuu 2019
Suunnitelman laatiminen:	
Tietoperustan työstäminen	Joulukuu 2019
Suullinen sopimus yhteistyöstä Kaverikoirien kanssa	Tammikuu 2020
Interventioiden suunnittelu	Tammikuu 2020

Suunnitelman esittäminen	Tammikuu 2020
Kirjalliset sopimukset yhteistyöstä	Tammikuu 2020
Opinnäytetyön toteuttaminen:	
Interventioiden toteutus	Tammikuu- helmikuu 2020
Opinnäytetyön raportointi	Huhtikuu 2020
Opinnäytetyön esittäminen:	
Esittäminen/seminaari	Toukokuu 2020
Kypsyysnäyte	Toukokuu 2020
Projektin päättäminen	Toukokuu 2020

### 5.3 Interventioiden toteutuksen suunnitelma

Projektissa toteutetaan koira-avusteiset interventiot Antinkankaan kehitysvammaisten palveluyksikössä Raahen kaverikoirien kanssa yhteistyössä. Opinnäytetyön tekijät ovat mukana toiminnassa osallistuvina havainnoijina. Interventioiden suunnittelussa piti ottaa huomioon niin kaverikoirien toimintatavat, kuin kehitysvammaisten palveluyksikössä asuvien asukkaiden toimintakyky. Mikä tarkoittaa sitä, että yksikössä asuvien asukkaiden kanssa toteutettavat tehtävät tuli suhteuttaa siten, että jokainen asukas voi omalla tasollaan osallistua toimintaan.

Interventioita on suunniteltu Raahen kaverikoirien ohjaajan kanssa sähköpostin välityksellä. Suunnitteluissa päätettiin, että interventiot toteutetaan siten, miten toimintaa on yksikössä tähänkin asti järjestetty. Syy siihen on, että Kennelliitto on tarkkaan määritellyt, mitä kaverikoirat saavat tehdä koira-avusteisen toiminnan aikana. Aktiviteetit eivät saa villitä koiria niin, että niille voisi syntyä eripuraa. Toiminnan aikana kaverikoirat voivat laittaa päänsä asukkaan syliin tai istua asukkaan viereen ja asukkailla on mahdollisuus halutessaan myös silittää koiria. Kaverikoirien ohjaajat pitävät jokainen oman koiransa talutusnaruun kiinnitettynä koko intervention ajan, siten varmistetaan sekä asukkaiden että koirien turvallisuus.

Interventioiden aikana seurataan, miten asukkaat reagoivat kaverikoirien läsnäoloon ja, kuinka he rohkenevat ottaa kontaktia kaverikoiriin. Kaverikoirien lähdettyä asukkaat saavat vastata liitteenä olevaan kyselyyn (liite 1), jossa on kysymyksiä liittyen kaverikoirien kanssa toteutettuun interventioon. Toisen intervention jälkeen asukkaat saavat vastata kyselyyn uudestaan, jolloin tuloksia



voidaan verrata toisiinsa. Havainnoimalla pystytään myös vertailemaan asukkaiden reaktioita kaverikoirien tapaamisten välillä. Lisäksi tehdään avoimet haastattelut hoitajille, joilla kartoitetaan hoitajien näkökulmaa siitä, miten he kokevat koira-avusteisen toiminnan tukevan kehitysvammaisten toimintakykyä.

#### **5.4 Riskien ja muutosten hallinta**

On hyödyllistä tunnistaa projekteihin liittyvät riskit etukäteen, jotta niihin pystytään varautumaan. Nämä riskit liittyvät usein aikatauluun, taloudellisuuteen, laatuun ja muihin tekijöihin. Hyvässä projektisuunnitelmassa on oma osionsa riskienhallinnalle. Projektien luonne ja niihin liittyvät riskit ovat riippuvaisia projektin suuruudesta, luonteesta ja kestosta. Huolellisella ennakkoinnilla voidaan merkittävästi vähentää projektin aikana ilmeneviä haitallisia vaikutuksia ja ongelmien lukumäärää. Esimerkiksi projektin aikataulu olisi syytä jo suunnitteluvaiheessa tehdä riittävän väljäksi. Projektiin liittyvää riskienhallintaa voidaan tehostaa varmistamalla muun muassa, että riskienhallinta on otettu olennaiseksi osaksi projektia, tunnistetaan erilaiset riskit jo projektin alkuvaiheessa, analysoidaan sioimmat riskit huolellisesti, päätetään, mitkä riskit otetaan tietoisesti, ylläpidetään muistiinpanoja ja dokumentaatiota tunnistetuista riskeistä, seurataan riskejä ja arvioidaan niiden toteutumisen todennäköisyyttä sekä pyritään tunnistamaan ja arvioimaan riskejä jatkuvasti. (Mäntyneva 2016, 131 – 132, 140 - 141; Rissanen 2002, 164.)

Tässä opinnäytetyössä käytettiin riskien analyysimenetelmänä SWOT-analyysiä, jolla vertaillaan projektin sisäisiä vahvuuksia ja heikkouksia ympäristön luomiin ulkoisiin uhkiin ja mahdollisuuksiin. Tämän työkalun tarkoituksena on antaa selkeä kokonaiskuva projektin tilanteesta. Sisäiset asiat tarkoittavat tässä ja nyt käsillä olevia asioita, kun taas ulkoiset asiat tulevaisuudessa eteen tulevia haasteita. Analyysillä tuotetaan ensin analyysiä ja sen jälkeen valintoja ja toimintasuunnitelmia. Analyysin vahvojen puolien löydöksiä voidaan käyttää hyödyksi miettimällä, kuinka käyttää hyväksi ja vahvistaa niitä. Heikkojen puolien löydöksiä voidaan hyödyntää miettimällä, miten poistaa, lieventää tai välttää niitä. Mahdollisuuksien löydöksiä hyödynnetään miettimällä, miten varmistaa niiden hyödyntäminen. Uhkien löydöksiin varaudutaan miettimällä, kuinka poistaa, lieventää tai kääntää ne mahdollisuudeksi. (Vuorinen 2013, 88-89.) Taulukko 2: ssa on kirjattu SWOT-analyysiä apuna käyttäen tämän projektin vahvuudet ja heikkoudet sekä mahdollisuudet ja uhat.

## TAULUKKO 2. SWOT-analyysi

<b>Vahvuudet</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ajankohtainen ja kiinnostava aihe</li><li>• Aiheesta löytyy tutkittua tietoa</li><li>• Eläinavusteisuuden tunnettavaksi tuonti</li><li>• Projektiryhmän kesken hyvä ja toimiva vuorovaikutus</li></ul>	<b>Heikkoudet</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Tiukka aikataulu</li><li>• Tiedon rajaaminen</li></ul>
<b>Mahdollisuudet</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mahdollisuus tehdä aiheesta esimerkiksi tutkimus</li><li>• Mahdollisuus kehittää toimintaa kyselylomakkaiden vastausten perusteella.</li></ul>	<b>Uhat</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Tiukka aikataulu</li><li>• Interventioon osallistujan allergia</li><li>• Interventiossa tehtävän kyselyn suhteuttaminen asukkaiden tasoon</li></ul>

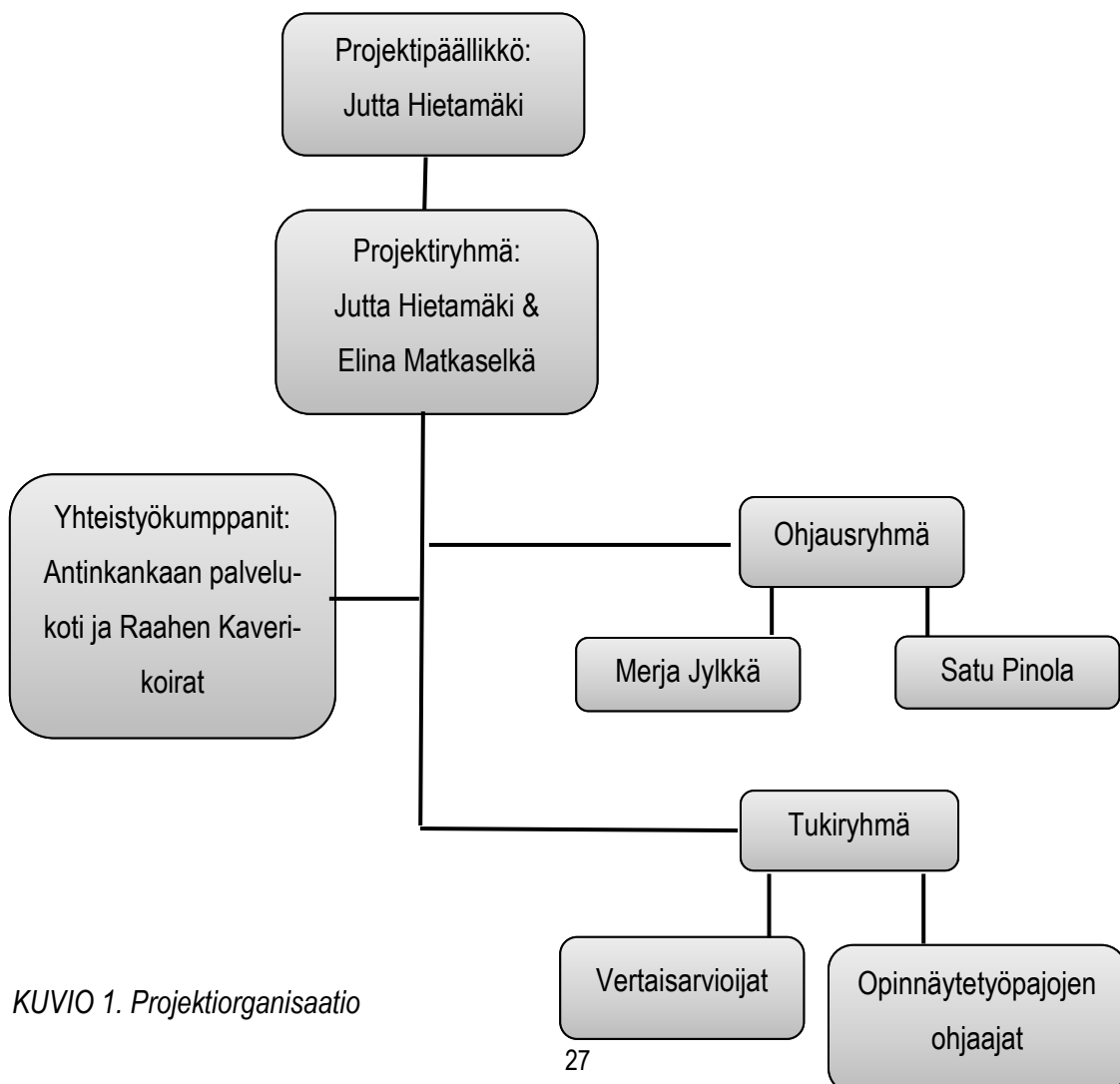
### 5.5 Projektioorganisaatio ja viestintä

Projektioorganisaatio toteuttaa projektin. Projektin luonne ja laajuus vaikuttavat sen organisoitumiseen. Suorituskyky projektioorganisaatiossa riippuu pitkälti siitä, millaisia henkilöresursseja ja osaa-mista sillä on käytössä. Projektissa mukana olevien henkilöiden taidot, suhdeverkosto, tietämys, persoonallisuus ja kokemustausta vaikuttavat projektiryhmän suorituskykyyn ja koostumukseen. Osallistujien sitoutuneisuus projektin tavoitteisiin ja toimintaan on usein ominaista menestykselliselle projektille. (Mäntyneva 2016, 19.) Projektioorganisaatiossa eri osapuolten roolit ja vastuut tulee määritellä selkeästi. Organisaatio koostuu ohjaus- tai johtoryhmästä, varsinaisesta projektioorganisaatiosta ja mahdollisista yhteistyökumppaneista. Projektiin tulee määritellä aina selkeä vetäjä, joka johtaa projektia ja vastaa muun muassa työsuunnitelman laatimisesta, hankkeen seurannasta ja sisäisestä arvioinnista sekä raportoinnista ja tiedottamisesta. Osa näistä edellä mainituista tehtävistä voidaan delegoida muullekin projektihenkilöstölle, mutta projektin vetäjällä on niistä aina varsinainen vastuu. (Silfverberg 2007, 50-51.)

Projektiryhmän jäsenet vastaavat omalta osaltaan projektin tavoitteiden saavuttamisesta, jokainen omalla erityisosaamisellaan. Jäsenten kyky toimia yhdessä projektin aikana, on tärkeä ominaisuus ja hyvät henkilösuhteet parantavatkin menestyksen mahdollisuuksia. Projektimaisessa

työskentelyssä korostuu ryhmätyö, mikä usein osoittautuu tehokkaimmaksi tavaksi toimia sekä edistää projektin tavoitteiden saavuttamista, koska projektin aikana esiintyy usein sellaisia ongelmia, joiden ratkaiseminen vaatii useamman henkilön tietämystä ja asiantuntemusta. Projektiryhmän ollessa koossa, tulee ryhmän jäsenille viestiä yleisistä projektiin liittyvistä toimintatavoista ja tavoitteista. Projektiryhmän jäsenillä on omat verkostonsa, joita voidaan hyödyntää projektin tavoitteiden edistämiseksi ja verkostomaista toimintatapaa tulisikin tukea. (Mäntyneva 2016, 26-27.)

Projektiryhmän toiminnan tuloksellisuuden kannalta on erittäin tärkeää, että henkilöiden välinen viestintä on hyödylliseksi koettua, ajantasaista, luotettavaa ja oikeasisältöistä. Tarpeeton ja liiallinen viestintä ei kannata, koska se voidaan kokea työlääksi ja hyödyttömäksi. Viestinnän tiheys ja määrä riippuu pitkälti projektin sisällöstä ja tarpeista. Ryhmissä tapahtuvassa työskentelyssä voi olla monia ongelmia ja niiden vaikutusten vähentämisellä voidaan parantaa ryhmätyön tuloksellisuutta. Projektipäällikön tehtävänä on tunnistaa mahdolliset esteet sekä omalta osaltaan eliminoida ne, joilla on kielteisiä vaikutuksia ryhmätyöhön ja sen tuloksiin. (Mäntyneva 2016, 25.)



KUVIO 1. Projektiorganisaatio

Tämän opinnäytetyön projektioorganisaatio näkyy kuviossa 1. Projektiryhmään kuuluivat Jutta Hietämäki ja Elina Matkaselkä. Projektipäälliköksi valittiin Jutta, joka on pitänyt huolen siitä, että pysytään aikataulussa sekä johtanut projektia. Opinnäytetyön tekeminen aloitettiin käymällä opinnäytetyöpajoissa, joissa opettaja Kirsi Myllykangas auttoi projektiryhmän alkuun, antaen tärkeitä vinkkejä ja ohjausta muun muassa aiheen rajaukseen. Opinnäytetyön ohjausryhmä koostui opinnäytetyötä ohjaavista opettajista, Merja Jylkämästä ja Satu Pinolasta. Vertaisarvioijaa ei ollut tiedossa vielä opinnäytetyön suunnitelma vaiheessa. Projektin yhteistyökumppaneina toimivat Antinkankaan palvelukoti sekä Raahen kaverikoirat.

Opinnäytetyön projektiryhmän sisäinen viestintä toteutettiin WhatsApp-sovelluksen, sähköpostin sekä Skype-neuvotteluiden kautta. Sisäinen viestintä toimi nopeasti ja hyvin, kun kumpikin opinnäytetyöntekijöistä oli sitoutunut projektiin. Toinen opinnäytetyöntekijöistä oli osa-aikaisessa työsuhteessa opinnäytetyön yhteistyöyrityksen Antinkankaan palvelukodin kanssa, joten tiedotus ja yhteydenpito toteutui suullisesti hänen välityksellään. Kaverikoiriin oltiin yhteydessä sähköpostin ja tekstiviestien välityksellä.

## **5.6 Interventioiden toteutukset**

Toteutettiin koira-avusteiset interventiot Antinkankaan palvelukodilla tammikuun ja helmikuun lopulla. Kumpikin interventioista kesti puoli tuntia. Oltiin sovittu, että saavumme molemmilla kerroilla paikalle ennen kaverikoirien tuloa. Tunnelma palvelukodilla oli molemmilla kerroilla useiden asukkaiden osalta odottavainen ja innostunut. Kaverikoirien vierailut olivat tulleet jo monelle tutuksi ja näin asukkaat tiesivät, mitä oli odotettavissa.

Ennen kaverikoirien tuloa asukkaat kerääntyivät hoitajien avustuksella palvelukodin aulatilaa odottamaan kaverikoirien saapumista. Aulatilasta jokainen asukas löysi oman paikkansa, joko istuen tuolilla, sohvalla tai omassa pyörätuolissaan. Aulatilaa jäi lisäksi pari palvelukodin hoitajaa. Oltiin sovittu, että opinnäytetyöntekijät eivät juurikaan osallistu tilanteeseen, vaan lähinnä havainnoivat tilannetta. Tämä siitäkkin syystä, että kaverikoiraohjaaja tuntee koiransa ja heidän toimintansa parhaiten ja näin ollen esimerkiksi vaaratilanteita ei pääse tapahtumaan.

Palvelukodin asukkaat olivat sijoittuneet aulaan hyvin niin, että kaverikoirat pääsivät erillään toisistaan tervehtimään jokaista asukasta vuorotellen. Kaverikoirat sijoituivat tarkoituksella hieman eri

paikkoihin tapaamisen aikana, jotta koirien huomio säilyisi kohderyhmässä, eivätkä koirat alkaisi leikkimään ja villitsemään toisiaan. Kaverikoiria on tapaamisilla aina vähintään kaksi. Interventioissa koirakoita oli kahdesta kolmeen.

## 6 PROJEKTIN ARVIOINTI

Loppuraportissa tulee olla selkeä arviointi siitä, kuinka hyvin projektilla saavutettiin sille asetetut tavoitteet. Ja raportin tulisi myös esittää todelliset syyt niiden tavoitteiden osalta, joita ei mahdollisesti ole saavutettu. Hyvä loppuraportti siirtää oppimisprosessin oleelliset osat mahdollisten uusien projektien käyttöön. (Rissanen 2002, 172-173.)

Projektin päätösvaiheessa on hyvä miettiä:

- Saavutettiinko projektin tavoitteet?
- Tuliko projektin aikana sellaisia riskejä eteen, joihin ei oltu varauduttu projektia suunniteltaessa?
- Mitkä olivat suurimmat ongelmat, jotka tulivat projektin aikana eteen?
- Kuinka projekti pysyi aikataulussa?
- Missä asioissa olisi vielä kehitettävää ja mitkä asiat sujuivat hyvin?
- Miten projektiviestinnässä onnistuttiin ja oliko joissain kohdissa ongelmia?
- Mitkä ovat mahdolliset jatkotoimenpiteet? (Mäntyneva 2016, 146.)

Tämän opinnäytetyön arvioinnissa tuodaan esille, kuinka koira-avusteinen toiminta tukee kehitysvammaisten asukkaiden toimintakykyä Antinkankaan palveluyksikössä. Arvioinnissa hyödynnetään sekä interventioiden aikana että jälkeen kerättyä materiaalia, joita ovat kyselylomakkeet, avoimet haastattelut sekä osallistuva havainnointi. Arvioinnissa käydään läpi, täyttyykö suunnitelmavaiheessa luodut tavoitteet. Kaverikoiratoimintaa ei oltu aiemmin havainnoitu ulkopuolisen toimesta Antinkankaan palvelukodilla. Tämän vuoksi arvioinnissa tulevat esille myös, mitkä ovat kaverikoiratoiminnan hyödyt sekä mahdolliset kehittämiskohteet.

### 6.1 Kyselylomakkeiden tulosten ja hoitajien palautteiden arviointia

Asukkaiden täyttämät kyselylomakkeet olivat hyvin selkeät ja yksinkertaiset, jotta mahdollisimman monen olisi helppo tasostaan riippumatta osallistua arviointiin. Arvioinneista saatu tulos oli hyvin yksimielinen ja paperit täyttyivät hymynaamoista. Kun täytettiin yhdessä arviointia, saatiin aikaan myös avointa keskustelua, jossa jokainen avasi hieman mielipiteitään. Esiin nousi, että useammalla palvelukodin asukkaista on ollut koira lapsuudenkodissa ja mieltymys koiriin on lähtöisin sieltä.

Kaikki jäivät odottamaan uutta tapaamista kaverikoirien kanssa ja sitä, että pääsevät silittämään pehmeää turkkia ja katsomaan iloista hännän heilutusta.

Hoitajat olivat myös yksimielisiä siitä, että kaverikoirat tuovat iloa palvelukodille ja sen asukkaille. Hoitajat kertoivat, että joidenkin asukkaiden kohdalla on tapahtunut suurta kehitystä vuosien varrella. Osa asukkaista pelkäsi alkuun koiria niin paljon, että he eivät edes osallistuneet kaverikoirien vierailuun. Mutta tapaamisten jatkuessa on pikkuhiljaa otettu pieniä kehitysaskelia. Ensin koiria on vain katseltu hoitajan kanssa kauempaa. Jonkun ajan kuluttua koiran on annettu tulla nuuskimaan asukkaita ja lopulta koiria on uskallettu silittää, alkuun hoitajan tukemana, mutta myöhemmin on myös itsenäisesti hakeuduttu silittämään koiria. Kaverikoirien lisäksi palvelukodilla käy asukkaita ilahduttamassa joidenkin työntekijöiden koirat sekä asukkaiden omaisten koirat. Osa hoitajista mainitsi siitä, että joskus asukkaan innostuessa kaverikoirista, voi lähestyminen olla äkkipikaista ja kovakouraista. Tällöin asukkaalle muistutellaan, että koira pitää silittää nätisti ja lähestyä niin, että koira näkee asukkaan.

## **6.2 Interventioiden arviointi**

Opinnäytetyön tekijöistä toinen on Antinkankaan palvelukodilla töissä, joten hän tuntee asukkaat jo ennestään ja siten hän pystyi arvioimaan heidän käyttäytymistään ja sen muutoksia työntekijän näkökulmasta. Toinen opinnäytetyön tekijöistä taas oli palvelukodilla ensimmäistä kertaa, jonka vuoksi hän arvioi tilannetta ja asukkaita täysin ulkopuolisen silmin.

Interventioiden aikana havainnoitiin koko tilaa, mutta pääosin keskityttiin havainnoimaan neljän valitun asukkaan käyttäytymistä. Havainnoitavat asukkaat valittiin sen perusteella, ketkä mahdollisesti osallistuisivat kumpaankin interventioon. Valinta onnistui melko hyvin, kun kolme neljästä asukkaasta osallistui kummallakin kerralla. Interventiot onnistuivat mielestämme hyvin ja rauhallisissa tunnelmissa. Paikalle kerääntyneiden asukkaiden innostus näkyi jo koiria odotellessa, kun osa odotteli kaverikoirien saapumista lasiovien takana ja he kertoivat heti, kun kaverikoirat saapuivat ohjaajien kanssa palvelukodin pihaan.

Interventioiden aikana pystyttiin havainnoimaan monia eri tuntemuksia. Osa kaverikoirat aluksi hieman jännittivät, kun taas osa oli heti innoissaan silittämässä koiria. Vierailun aikana kuultiin nau-  
rua, mutta myös itkua. Itkevän asukkaan eleistä oli kuitenkin mahdollista päätellä, että kyyneleet

olivat joko pelkkiä onnenkyyneleitä, tai koira toi myös hyviä muistoja mieleen, koska itkiessään asukas silitti koira ja lopulta hän alkoi hymyilemään ja naureskelemaan. Kaverikoirien läsnäolo tuki asukkaiden psyykkisen toimintakyvyn lisäksi myös fyysistä toimintakykyä. Asukkaat nojautuivat eteenpäin, ojensivat käsiään ja kyykistyivät silittääkseen koira. Kaverikoiraohjaajat nostivat koiran tarvittaessa asukkaan syliin, jotta pyörätuolissa olevat asukkaat pääsivät myös antamaan koiralle rapsutuksia. Havainnointien pohjalta voidaan sanoa, että koirien läsnäolo vaikutti kokonaisuudessaan positiivisesti asukkaiden toimintakykyyn. Koirien läsnäolo interventioissa rentoutti tilannetta ja toi ympärille naurua sekä iloa. Koirien läsnäolo toi tietynlaista vapautuneisuutta myös asukkaiden väliseen kommunikointiin ja vuorovaikutukseen.

TAULUKKO 3. Yhteenveto tuloksista

Koira-avusteisen toiminnan vaikutuksia	Rentoutti asukkaita Sai aikaan positiivista mieltä Tunteiden säätelyä Sai aikaan vuorovaikutustilanteita Toimintakyvyn tukemista
--	--

Kaverikoirat toimivat aina samojen käytänteiden ja ohjeiden mukaisesti, joten opinnäytetyöntekijöillä ei herännyt suurempia ajatuksia siitä, miten kaverikoira toimintaa lähtisi kehittämään. Ainoastaan heräsi ajatus siitä, voisiko tapaamiset siirtää säävarauksella kesäisin palvelukodin pihapiiriin. Ulkona ei tarvitsisi miettiä sitä, että tila käy liian ahtaaksi, kun osa asukkaista istuu pyörätuoleissa. Lisäksi ulkona koirilla olisi enemmän tilaa tervehtiä asukkaita vuorotellen siten, etteivät koirat alkaisi leikkimään keskenään ja huomio siirtyisi pois kohderyhmästä.

### 6.3 Opinnäytetyöprosessin arviointia

Projektsuunnitelma helpotti projektin muiden vaiheiden työskentelyä, koska selkeä aikataulu ja suunnitelmarunko auttoi hahmottamaan ajankäyttöä ja tiedettiin, mitä seuraavaksi tulee tehdä. Lopulta projektin aikataulutus oli melko tiukka, mutta realistinen, joten projekti eteni sen mukaan sujuvasti. Projektin työvaiheista muut, paitsi loppuraportin kirjoittaminen, veivät aikaa sen verran, kuin oltiin alunperin ajateltu ja suunniteltu. Tietoperustan työstäminen kävi yllättävän sujuvasti, kun päästiin kunnolla tiedon hakemiseen ja suunnitelman kirjoittamiseen kiinni.



Alkuun päätettiin toteuttaa vain yksi interventio, mutta se ei näyttänyt riittävän tavoitteiden saavuttamiseen, joten päätettiin, että toteutetaan kaksi interventiota, joiden tuloksia voidaan verrata keskenään. Huomattiin sen olevan hyvä ratkaisu, koska interventioista saadut tulokset tukivat toisiaan ja lisäsivät siten aineiston luotettavuutta. Opinnäytetyöprosessin aikana yllättävän haasteelliseksi muodostui arviointilomakkeiden suunnittelu, joissa tuli ottaa huomioon kohdehenkilöiden kehitystaso. Päädyttiin yksinkertaistamaan arviointi hymynaamoilla, joka mahdollisti arviointiin osallistumisen suurimmalle osalle asukkaista.

Päätettiin jo melko alussa opinnäytetyöprosessia siitä, kenet kysytään yhteistyökumppaneiksi. Yhteistyösopimusten tekeminen ei kuitenkaan käynyt niin helposti, kuin aluksi oltiin ajateltu. Usean puhelinoiton ja sähköpostiviestittelyn jälkeen yhteistyösopimukset viimein syntyivät ja päästiin jatkamaan projektia.

## 7 POHDINTA

Opinnäytetyön aihe oli mielenkiintoinen ja selkeästi rajattu, joten siltä kannalta työtä oli helppoa tehdä. Teoriatietoa aiheeseen liittyen löytyi loppujen lopuksi melko helposti ja kattavasti, vaikka tietokantojen selailuun oma aikansa menikin. Pyrittiin pitämään opinnäytetyön päätarkoitus, kehitysvammaisten toimintakyvyn tukeminen koira-avusteisen toiminnan keinoin, mielessä projektin jokaisessa vaiheessa, jotta saadaan juuri siitä asiasta runsaasti tietoa. Interventioiden havainnointi onnistui ongelmitta Antinkankaan palvelukodilla, kun kaikki toimivat hyvin yhteistyössä. Palvelukodin asukkaat ja työntekijät ottivat meidät ystävällisesti vastaan. Kaverikoirien koirakot eivät hämentyneet ulkopuolisista havainnoijista, vaan heidän toimintansa oli samanlaista, kuin aina ennenkin. Opinnäytetyön luotettavuuden kannalta oli tärkeää, että saatiin omien havainnointien lisäksi muuta tietoa, joka vahvisti havainnointien tuloksia.

Interventioiden suunnittelu ja toteuttaminen osoittautuivat helpoimmaksi tehtäväksi projektin aikana, sillä opinnäytetyön tekijät eivät voineet vaikuttaa siihen, miten kaverikoirat toimivat palvelukodilla. Toisaalta projektin yksi tehtävä olikin havainnoida kaverikoirien nykyistä toimintaa palvelukodilla ja sen vuoksi oli hyvä, ettei toimintaa muutettu mitenkään näiden interventioiden aikana. Yhteistyö kaverikoirien kanssa oli onnistunutta siinäkin mielessä, että asukkaiden havainnointi onnistui parhaiten, kun pystyi rauhassa sivusta tarkkailemaan toimintaa.

Itsenäinen työskentely osoittautui nopeammaksi kuin yhdessä tekeminen, jonka vuoksi loppuraporttia kirjoitettiin paljon omilla tahoillaan. Osa projektin vaiheista jaettiin ja osaa kirjoitettiin vuorotellen. Muokattiin toisen kirjoittamaa tekstiä, jos niissä oli korjattavaa tai lisättävää. Toisen kirjoittamaa tekstiä olikin helpompi katsoa kriittisesti, kuin omaa tekstiä, jolloin mahdolliset korjaukset oli helpompi huomata.

Haasteeksi opinnäytetyön tekemisessä osoittautui aikataulujen yhteen sovittaminen, joka osaltaan vaikutti siihen, että raportin kirjoittamisessa meni niin paljon aikaa. Vaikka molemmat opinnäytetyöntekijät kirjoittivat paljon omilla tahoillaan, oli aika ajoin tärkeää keskustella yhdessä, muun muassa siitä, mitä seuraavaksi tehdään ja mistä kirjoitetaan. Ja myös siitä, ollaanko samaa mieltä asioista, vai pitäisikö jotain tehdä toisin. Opinnäytetyön tekemistä helpotti se, että kaikesta oltiin aika lailla samaa mieltä, joten yhteisen kannan löytämiseen ei kulunut aikaa.

Yllätyttiin siitä, että eläinavusteisuuden eri muotoja on havainnointu paljon ulkomailla, mutta ei juurikaan Suomessa. Opinnäytetyön useat esimerkkitutkimukset ovatkin sen vuoksi pääosin ulkomailla tehtyjä.

## **7.1 Oma oppiminen**

Tämän opinnäytetyön työstäminen on ollut opettavaista ja mielenkiintoista usealla eri tavalla. Opinnäytetyötä tehdessä opittiin muun muassa monia asioita liittyen projektimuotoisen opinnäytetyön laatimiseen. Uskotaan, että kumpikin ryhmän jäsenistä on kehittynyt projektityössä tämän projektin tekemisen myötä ja siitä tulee varmasti olemaan hyötyä myös tulevaisuudessa. Opinnäytetyön tekemisen aikana kehityttiin ammatillisesti ja projektityön osaamisen kannalta, mutta opittiin lisäksi runsaasti kehitysvammaisuudesta ja kehitysvammaisten toimintakyvyn tukemisesta sekä eläinavusteisesta työskentelystä. Eläinavusteisuuden eri käsitteetkin tulivat opinnäytetyön aikana jo hyvin tutuksi.

Ryhmän tuki on ollut projektin aikana tärkeää ja koettiin hyväksi, että saatiin yhdessä pohtia, mihin suuntaan opinnäytetyötä viedään. Opinnäytetyön teoriaosuus koottiin melko laajasta tietoperustasta, josta kirjoitettiin keskeisimmät asiat. Tietoperustaa tehdessä kartoitettiin omaa osaamista tutkimusten vertailussa sekä kriittisessä tiedonhaussa. Yhteistyötaidot ja projektityöskentely kehittivät molemmilla koko projektin ajan.

## **7.2 Projektin jatkokehittäminen**

Tätä projektia voisi jatkokehittää siten, että koira-avusteisia interventioita, joita havainnoitaisiin, järjestettäisiin useampaan kehitysvammaisten palveluasumisen yksikköön. Näin päästäisiin vertailemaan sitä, miten toimintaan suhtaudutaan eri yksiköissä ja millaisia vaikutuksia toiminnalla on. Projektia voisi jatkokehittää myös siten, että siitä tehtäisiin laadullinen tutkimus, jossa kaverikoira-toimintaa tutkittaisiin ja havainnoitaisiin vielä syvemmin ja laajemmin kehitysvammaisten henkilöiden palveluasumisen yksikössä tai joissain muussa ympäristössä.

## LÄHTEET

Antinkankaan palvelukoti. Perehdytyskansio: Työtämme ohjaavat arvot. Viitattu 3.1.2020.

Beable-Brown, J., Leigh, J., Whelton, B., Richardson, L., Beecham, J., Baumker, T. & Bradshaw, J. 2016. Quality of Life and Quality of Support for People with Severe Intellectual Disability and Complex Needs. JARID. <https://search-ebshost-com.ezp.oamk.fi:2047/login.aspx?direct=true&db=aph&AN=117191371&site=ehost-live>

Beetz, A., Julius, H., Kotrschal, K. & Turner, D. 2012. Effects of social support by a dog on stress modulation in male children with insecure attachment. Frontiers. WWW-artikkeli. Viitattu 15.12.2019. <http://journal.frontiersin.org/article/10.3389/fpsyg.2012.00352/full>

Castrén, M. 2019. Autismiin yhdistyvät neurobiologiset havainnot. Teoksessa: Autismikirjo. PS-Kustannus: Jyväskylä.

Finlex. 27/2016. Valtioneuvoston asetus vammaisten henkilöiden oikeuksista. Viitattu 22.1.2020. <https://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/2016/20160027>

Grigore, A. & Rusu, A. 2014. Interaction with a Therapy Dog Enhances the Effects of Social Story Method in Autistic Children. Society & Animals 241-261. Viitattu 26.12.2019. <https://search-ebshost-com.ezp.oamk.fi:2047/login.aspx?direct=true&db=aph&AN=96113419&site=ehost-live>

Hagerman, R. 2020. Fragile- x syndrome. Orphanet. Viitattu 12.4.2020. [https://www.orpha.net/consor/cgi-bin/Disease\\_Search.php?lng=EN&data\\_id=120&Disease\\_Disease\\_Search\\_diseaseGroup=Fragile-X-syndrome&Disease\\_Disease\\_Search\\_diseaseType=Pat&Disease\(s\)/group%20of%20diseases=Fragile-X-syndrome&title=Fragile%20X%20syndrome&search=Disease\\_Search\\_Simple](https://www.orpha.net/consor/cgi-bin/Disease_Search.php?lng=EN&data_id=120&Disease_Disease_Search_diseaseGroup=Fragile-X-syndrome&Disease_Disease_Search_diseaseType=Pat&Disease(s)/group%20of%20diseases=Fragile-X-syndrome&title=Fragile%20X%20syndrome&search=Disease_Search_Simple)

House, L., Neal, C. & Backels, K. 2018. A Doggone Way to Reduce Stress: An Animal Assisted Intervention with College Students. College Student Journal. Viitattu 26.12.2019. <https://search-ebshost-com.ezp.oamk.fi:2047/login.aspx?direct=true&db=aph&AN=130164999&site=ehost-live>

Huttunen, M. 2018. Älyllinen kehitysvammaisuus. Duodecim: Terveyskirjasto. Viitattu 28.3.2020. [https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00556](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00556)

IAHAIO International Association of Human-Animal Interaction Organizations. (2018). White Paper: Definitions for Animal Assisted Intervention and Guidelines for Wellness of Animals Involved in AAI. Viitattu 15.4.2020. [https://iahaio.org/wp/wp-content/uploads/2018/04/iahaio\\_wp\\_updated-2018-final.pdf](https://iahaio.org/wp/wp-content/uploads/2018/04/iahaio_wp_updated-2018-final.pdf)

Ikäheimo, K. 2015. Eläinavusteisen työskentelyn määritelmiä ja termejä (AAA ja AAT). Teoksessa Ikäheimo, Kaija (toim.) Karvaterapiaa: Eläinavusteinen työskentely Suomessa. 2. painos. Helsinki: Solution Models House.

Ikäheimo, K. 2015. Koira-avusteinen lasten ja nuorten yksilöpsykoterapia. Teoksessa Ikäheimo, Kaija (toim.) Karvaterapiaa: Eläinavusteinen työskentely Suomessa. 2. painos. Helsinki: Solution Models House.

Jalanko, H. 2019. Downin oireyhtymä. Duodecim: Terveyskirjasto. Viitattu 28.3.2020. [https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00115&p\\_hakusana=down](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00115&p_hakusana=down)

Julius, H. & Beetz, A. & Kotrschal, K., Turner, D. & Uvnäs-Moberg, K. 2012. Attachment to Pets - An Integrative View of Human-Animal Relationships with Implications of Therapeutic Practice. Germany: Hogrefe Publishing.

Kahilaniemi, E. 2016. Eläinavusteinen interventio – asiakkaan toiminnallisuuden tukeminen koira-avusteisin menetelmin. 1. painos. Tampere: Viestipaino.

Kamiokaa, H., Okadab, S., Tsutanic, K., Parkd, H., Okuizumie, H., Handae, S., Oshiof, T., Parkb, S-J., Kitayuguchig, J., Abeg, T., Hondah, T. & Mutohi, Y. 2014. Effectiveness of animal-assisted therapy: A systematic review of randomized controlled trials. Viitattu 4.12.2019, <https://www-science-direct-com.ezp.oamk.fi:2047/science/article/pii/S0965229913002148>

Kaski, M. 2002. Kehitysvammaisuuden kuva. Finnanest. Viitattu 12.4.2020. [http://www.finnanest.fi/files/sulat\\_kaski.pdf](http://www.finnanest.fi/files/sulat_kaski.pdf)

Kaski, M., Manninen, A. & Pihko, H. 2012. Kehitysvammaisuus, SanomaPro. Viitattu 21.1. 2020.

Kennelliitto. Kaverikoirat. Viitattu 26.12.2019. <https://www.kennelliitto.fi/koirat/kaverikoirat>

Kepa, itseopiskeluympäristö. Tavoitteiden ja toimenpiteiden määrittely. Viitattu 4.1.2020. <https://itseopiskelu.kepa.fi/fi/node/120>

Laukkanen, S. 2015. Eläinten läheisyys tunne-elämämme säätelykeinona. Teoksessa Ikäheimo, Kaija (toim.) Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. 2. painos. Helsinki: Yliopistopaino.

Latvala-Sillman, P. 2013. Kasvatus- ja kuntoutuskoira autismiluokassa. Teoksessa Ikäheimo, Kaija (toim.) Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. 2. painos. Helsinki: Yliopistopaino.

Lundell, K. 2015. Koira-avusteinen vapaaehtoistoiminta – kokemuksia ja ajatuksia (AAA). Teoksessa Ikäheimo, Kaija (toim.) Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. 2. painos. Helsinki: Yliopistopaino.

Muros, T. 2013. Suomen Kennelliiton kaverikoiratoiminta. Teoksessa Ikäheimo, Kaija (toim.) Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. 2. painos. Helsinki: Yliopistopaino.

Mäntyneva, M. 2016. Hallittu projekti: Jäntevästä suunnittelusta menestykselliseen toteutukseen. 1. painos. Viro: Printon.

Nga, Z., Piercea, B., Otto, C., Buechner-Maxwella, V., Siracusa, C. & Werrea, S. 2014. The effect of dog-human interaction on cortisol and behavior in registered animal-assisted activity dogs. Applied Animal Behaviour Science. Viitattu 28.3.2020. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0168159114002068?via%3Dihub#!>

RAS. Antinkankaan palvelukoti. Viitattu 27.12.2019. [http://www.ras.fi/antinkankaan\\_palvelukoti](http://www.ras.fi/antinkankaan_palvelukoti)

Rissanen, T. 2002. Projektilla tulokseen – projektin suunnittelu, toteutus, motivointi ja seuranta. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Salmela, J. 2015. Eläinavusteinen valmentaja – Solution Focused Animal Assisted Therapy. Teoksessa Ikäheimo, Kaija (toim.) Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. 2. painos. Helsinki: Yliopistopaino.

Salovuori, T. 2014. Luonto kuntoutumisen tukena. 1. painos. Tampere: Mediapinta

Silfverberg, P. 2007. Ideasta projektiksi, projektin vetäjän käsikirja. Viitattu 13.4.2019. [http://www.helsinki.fi/urapalvelut/materiaalit/liitetiedostot/ideasta\\_projektiksi.pdf](http://www.helsinki.fi/urapalvelut/materiaalit/liitetiedostot/ideasta_projektiksi.pdf)

Timonen, T. 2019. Terapeuttisen kuntoutusohjelman perusteet. Teoksessa: Autismikirjo. PS-Kustannus: Jyväskylä.

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2004. Toiminnallinen opinnäytetyö. 1. painos. Helsinki: Tammi.

Vuorinen, T. 2013. Strategiakirja 20 työkalua. Liettua: BALTO print.

Wilska, M. 2011. Vernerinet - Downin oireyhtymä. Viitattu 26.12.2019. <https://verneri.net/yleis/downin-oireyhtyma>

**Koira- avusteisen intervention vaikutukset kehitysvammaisten palveluasumisen yksikössä.**

Valitse vastaus vaihtoehdoista se, joka kuvaa parhaiten mielipidettäsi.

	Kyllä	En osaa sanoa	En
Oletko aina pitänyt koirista?			
Annoitko koiran lähestyä sinua?			
Odotitko kaverikoirien käyntiä?			
Piditkö kaverikoirista?			
Haluatko, että kaverikoirat käyvät uudelleen?			

Haluatko kertoa jotain lisää:

---



---