

FYSIOTERAPEUTTIIEN KOKEMUKSIA  
KOIRA-AVUSTEISEN FYSIOTERAPIAN  
TOTEUTTAMISESTA

Feodoroff Essi  
Pulkkinen Anne

Opinnäytetyö  
Fysioterapian koulutusohjelma  
Fysioterapeutti (AMK)

2020

Fysioterapian koulutusohjelma  
Fysioterapeutti (AMK)

---

<b>Tekijät</b>	Essi Feodoroff Anne Pulkkinen	<b>Vuosi</b>	2020
<b>Ohjaajat</b>	Erja Rahkola, Mika Rahkola, Raija Seppänen		
<b>Toimeksiantaja</b>	Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry		
<b>Työn nimi</b>	Fysioterapeuttien kokemuksia koira-avusteisen fysioterapian toteuttamisesta		
<b>Sivu- ja liitesivumäärä</b>	60 + 5		

---

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata fysioterapeuttien kokemuksia koira-avusteisen fysioterapian toteuttamisesta. Tavoitteena oli muodostaa viitekehyksen ja tutkimushaastattelujen perusteella yhtenäinen tietokokonaisuus koira-avusteisen fysioterapian toteuttamisesta ja siinä huomioitavista tekijöistä, jotta koira-avusteisesta fysioterapiasta kiinnostuneet löytäisivät yhdestä teoksesta kattavasti tietoa suomen kielellä. Toimeksiantajamme Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry voi hyödyntää työtämme yhdistyksen toiminnassa lisäämällä tietoutta koira-avusteisesta fysioterapiasta tuomalla ilmi kuvaamiamme fysioterapeuttien kokemuksia, joita soveltuvuuskokeen suorittanut kasvatus- ja kuntoutuskoirakko voi hyödyntää toiminnassaan. Fysioterapeuttien kokemusten myötä toivomme aiheesta syntyvän keskustelua, joka kehittäisi terapiamuotoa ja toimijoiden yhteistyötä.

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena ja tutkimusaineisto kerättiin puhelimitse yksilöteemahaastatteluilla. Haastatteluaineisto tallennettiin äänittämällä ja haastattelut litteroitiin tekstinkäsittelyohjelmalla. Haastatteluaineisto pelkistettiin, käsitteellistettiin ja luokiteltiin ala-, ylä- ja pääluokkiin Word -taulukoihin tutkimuskysymyksistä johdettujen teemojen mukaisesti.

Haastateltavien mukaan koira-avusteista fysioterapiaa toteutetaan yksilöllisesti asiakkaan kuntoutuksen tavoitteiden mukaisesti. Haastateltavien kokemuksista nousi ilmi, että koira-avusteisen fysioterapian koetaan olevan tehokas keino asiakkaan motivoimiseksi kuntoutuksen harjoitteisiin. Koira-avusteinen fysioterapia lisää asiakkaiden sosiaalista vuorovaikutusta ja positiivista mielialaa. Haastateltavien kokemusten mukaan koira-avusteiseen fysioterapiaan suhtaudutaan myönteisesti työympäristössä ja ympäristötekijöistä huomioidaan etenkin ympäristön turvallisuus, rauhallisuus ja hygienia. Sosiaalisista ympäristötekijöistä tulee huomioida allergiset ja koirapelkoiset ihmiset sekä muiden ihmisten suhtautuminen koiraan ympäristössä.

Avainsanat Fysioterapia, koira-avusteinen fysioterapia, eläinavusteinen terapia

Degree Programme of Physiotherapy  
Bachelor of Health Care, Physiotherapist

---

<b>Authors</b>	Essi Feodoroff Anne Pulkkinen	Year	2020
<b>Supervisors</b>	Erja Rahkola, Mika Rahkola, Raija Seppänen		
<b>Commissioned by</b>	The Finnish Association for Dog Assisted Intervention		
<b>Subject of thesis</b>	Experiences of Physiotherapists in Dog-Assisted Physiotherapy		
<b>Number of pages</b>	60 + 5		

---

The objective of this study was to provide an overview of dog-assisted physiotherapy. The purpose of this study was to gather the experiences of physiotherapists. This study can provide knowledge about dog-assisted therapy to professionals. This thesis is commissioned by The Finnish Association for Dog Assisted Intervention. This thesis is available to them to serve for their activities. Hopefully this therapy method will develop and knowledge will increase thanks to physiotherapists' experiences and this thesis.

In this thesis the research method was qualitative. The material for research was collected by theme interviews. All four interviews were conducted by telephone. The recorded material was transcribed with the help of Word-word processing program. After that the material was simplified and subdivided into groups. The main groups were created based on research questions and themes.

According to interviewees dog-assisted physiotherapy is used by considering other objectives of rehabilitation. In experiences of interviewees the dog-assisted method can be an effective way to motivate clients. This method has also positive effect on clients' social interaction and mood. The attitude to dog-assisted physiotherapy is positive in working environment. During dog assisted physiotherapy it is important to take safety, calmness, hygiene and people's attitudes into account in the environment.

Key words: Physiotherapy, Dog-Assisted Physiotherapy, Animal Assisted Therapy

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	6
2	TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET .....	8
3	KOIRA-AVUSTEINEN FYSIOTERAPIA .....	9
3.1	Koira-avusteinen fysioterapia osana eläinavusteista terapiaa .....	9
3.2	Koira-avusteisuuden fysiologiset vaikutukset asiakkaaseen.....	10
3.3	Fysioterapeutin, asiakkaan ja terapiakoiran vuorovaikutus.....	11
3.4	Koira-avusteisuuden vaikutus terapiatilanteeseen.....	12
3.5	Fyysisen toimintakyvyn harjoittaminen .....	14
4	KOIRA-AVUSTEISEN FYSIOTERAPIAN TYÖYMPÄRISTÖ.....	17
4.1	Fyysiset ympäristötekijät.....	17
4.2	Sosiaaliset ympäristötekijät.....	18
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	21
5.1	Laadullinen tutkimustapa .....	21
5.2	Teemahaastattelu .....	22
5.2.1	Teemahaastattelun teoria.....	22
5.2.2	Teemahaastatteluun osallistujat.....	23
5.3	Haastattelussa käytetyt teemat.....	24
5.4	Sisällönanalyysi .....	25
5.5	Aineiston pelkistäminen eli redusointi .....	26
5.6	Aineiston klusterointi ja abstrahointi.....	27
6	TUTKIMUSTULOKSET .....	30
6.1	Koira-avusteisen fysioterapian tarkoitus asiakkaan kuntoutuksessa ...	30
6.2	Fyysisen toimintakyvyn harjoittaminen koira-avusteisessa fysioterapiassa .....	32
6.3	Koira-avusteisen fysioterapian vaikutus asiakkaan sosiaaliseen toimintaan.....	38
6.4	Koira-avusteisen fysioterapian vaikutus asiakkaan psyykkiseen toimintaan.....	40
6.5	Ympäristön vaikutus koira-avusteisen fysioterapian toteuttamiseen....	41
6.5.1	Fyysisten ympäristötekijöiden vaikutus .....	41

---

6.5.2	Sosiaalisten ympäristötekijöiden vaikutus .....	44
7	POHDINTA .....	46
7.1	Pohdinta tuloksista ja johtopäätökset.....	46
7.2	Pohdinta opinnäytetyön eettisyydestä .....	47
7.3	Pohdinta opinnäytetyön luotettavuudesta .....	48
7.4	Pohdinta tutkimusprosessista ja jatkotutkimusaiheet .....	50
	LÄHTEET.....	53
	LIITTEET .....	60

## 1 JOHDANTO

Tilastokeskuksen kulutustutkimuksen mukaan vuonna 2016 Suomessa joka kolmannessa kotitaloudessa oli lemmikki, joista koirien lukumäärä oli noin 700 000 (Tilastokeskus 2020). Langinvainion (2016) Hyvää elämää koiran kanssa- nettikyselyyn vastanneista 53% naisista ja 30% miehistä kokivat koiran parantavan heidän elämänlaatuaan sekä lisäävän elämän tarkoitusta ja mielekkyyttä. Kyselyn ja kirjallisuuskatsauksen perusteella on nähtävissä muun muassa, että koiranomistajat liikkuvat enemmän ja kokevat vähemmän yksinäisyyden tunnetta. (Langinvainio 2016, 19, 25.)

Koirien määrän lisääntyminen kotitalouksissa on lisännyt kiinnostusta koirien eri käyttöominaisuuksiin, mikä näkyy myös Kelan (2020a) Vaativan lääkinnällisen kuntoutuksen toimintaohjeessa, jossa todetaan eläinten käytön lisääntyvän kuntoutuksessa. Toimintaohjeen taustalla on Kuntoutussäätiön toteuttama Eläinavusteiset interventiot kuntoutuksessa (2018-2020) -hanke, joka selvittää eläinavusteisten menetelmien käyttöä, toimintaperiaatteita ja käytänteitä. Hankkeen tavoitteena on toimittaa julkaisu yhtenäistetyistä toimintaperiaatteista, jotta eläinavusteista terapiaa voidaan toteuttaa turvallisesti ja tehokkaasti. Hautamäen, Ramadanin, Rannan, Haapalan ja Suomela-Markkasen (2018) mukaan eläinavusteinen toiminta on tullut lehtiartikkeleissa ja keskusteluissa ilmi 2000-luvun alusta alkaen. Toiminta on toteutunut pitkälti vapaaehtoistoimintana, kuten eläinten vierailuina palvelutaloissa. Vuodesta 2008 eläinavusteista terapiaa on alettu hyödyntää yhä enemmän terapiamenetelmänä. (Hautamäki, Ramadan, Ranta, Haapala & Suomela-Markkanen 2018, 4, 15-16, 56; Kela 2020b.)

Eläinavusteista toimintaa edistävät yhdistykset ovat aloittaneet toimintansa Suomessa 2000-luvun alussa (Hautamäki ym. 2018, 16). Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry järjestää sosiaali-, terveys- ja kasvatusalan ammattilaisille täydennyskoulutuksia koira-avusteiseen työskentelyyn liittyen. Kyseinen yhdistys on perustettu vuonna 2010 eri aloilla työskentelevien ammattilaisten toimesta. Yhdistys järjestää myös terapiakoirien soveltuvuuskokeita. (Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry 2020a.) Kiinnostus koira-avusteiseen työskentelyyn näkyy kyseisestä aiheesta tehtyjen opinnäytetöiden lisääntymisenä vuodesta 2010. Suomessa on

toteutettu useita eläinavusteiseen fysioterapiaan liittyviä opinnäytetöitä, vaikka aihe vaikuttaa olevan maailmalla alituttu. (Hautamäki ym. 2018, 15.)

Valitsimme opinnäytetyömme aiheeksi koira-avusteisen fysioterapian, koska olemme kiinnostuneita toteuttamaan sitä täydentävänä terapiamuotona fysioterapeutin työssä. Vaikka koira-avusteinen fysioterapia on yleistynyt terapiamuotona, on haastavaa luoda kokonaiskuva sen toteuttamisesta ja huomioitavista tekijöistä. Kokonaiskuvan selkiyttämiseksi pyrimme tutkimuksemme avulla kuvaamaan koira-avusteista fysioterapiaa toteuttavien fysioterapeuttien kokemuksia ja toimintatapoja terapiakoiran kanssa työskentelystä. Työmme toimeksiantaja on Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry (Liite 1), joka pyrkii kehittämään koira-avusteista työtä sosiaali-, terveys- ja kasvatusalalla. Yhdistys voi hyödyntää opinnäytetyöstämme saatavaa tietoa toiminnassaan.

Opinnäytetyömme tutkimusmenetelmänä on laadullinen tutkimus, johon olemme keränneet aineiston teemahaastatteluilla. Teoreettisessa viitekehyksessä käsittelemme aluksi koira-avusteisen terapian yläkäsitettä eläinavusteista terapiaa. Sen jälkeen tarkastelemme lähteissämme esiin tulleita koira-avusteisen fysioterapian psyko-fyysis-sosiaalisia vaikutuksia asiakkaaseen. Lähdemateriaaleina käytimme koira-avusteisen terapian perusteoksien lisäksi tutkimuksia. Tutkimuksen tulososiossa tuomme esille haastateltavien kokemuksia koira-avusteisen fysioterapian toteuttamisesta sisällönanalyysin teemojen mukaisesti. Psyko-fyysis-sosiaalisen näkökulman lisäksi olemme kuvanneet myös haastateltavien työympäristöä, sen vaikutuksia ja oleellisesti huomioitavia tekijöitä koira-avusteisen fysioterapian toteuttamisessa.

## 2 TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata fysioterapeuttien kokemuksia koira-avusteisen fysioterapian toteuttamisesta. Tavoitteena oli muodostaa viitekehysten ja tutkimushaastattelujen perusteella yhtenäinen tietokokonaisuus koira-avusteisen fysioterapian toteuttamisesta ja siinä huomioitavista tekijöistä, jotta koira-avusteisesta fysioterapiasta kiinnostuneet löytäisivät yhdestä teoksesta kattavasti suomenkielistä tietoa. Fysioterapeuteilta kerättyjen kokemusten ja tutkimuksen tulosten myötä toivomme aiheesta syntyvän keskustelua, joka voisi kehittää terapia-muotoa ja toimijoiden yhteistyötä sekä lisätä asiakkaiden tietoutta ja kiinnostusta koira-avusteiseen fysioterapiaan.

Omana tavoitteenamme on saada ajankohtaista tietoa koira-avusteisesta fysioterapiasta, josta hyötyisimme ammattipätevyyskenttämme lisääntymisenä. Tavoitteenamme on myös oppia tekemään laadullinen tutkimus ja tiedonkeruu teema-haastatteluna.

Opinnäytetyön tutkimuskysymyksiä ovat: Miksi fysioterapeutit harjoittavat koira-avusteista fysioterapiaa fyysisen toimintakyvyn harjoittamiseksi? Miten fysioterapeutit harjoittavat koira-avusteista fysioterapiaa fyysisen toimintakyvyn harjoittamiseksi? Kuinka koira-avusteinen fysioterapia vaikuttaa asiakkaan sosiaaliseen ja psyykkiseen toimintaan fysioterapian aikana? Mitä fyysisiä ja sosiaalisia ympäristötekijöitä fysioterapeutin tulee huomioida koira-avusteisen fysioterapian toteuttamiseksi?

### 3 KOIRA-AVUSTEINEN FYSIOTERAPIA

#### 3.1 Koira-avusteinen fysioterapia osana eläinavusteista terapiaa

Koira-avusteisen fysioterapian yläkäsitteenä on eläinavusteinen terapia (Kahilaniemi 2016, 21). Tämä tarkoittaa terapiamuotoa, jossa sosiaali- ja terveysalan koulutuksen omaava henkilö käyttää terapiatyössään apuna eläintä (Green Care Finland 2020). Koira-avusteista fysioterapiaa toteutetaan fysioterapeutin toimesta käyttäen koira työpäriä (Hautamäki ym. 2018, 5). Koira-avusteisen fysioterapian toteutuksen peruselementtejä ovat koulutetut koirat ja fysioterapian ammattilaiset (Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry 2020b). Koiran ohjaaja ja koira muodostavat yhdessä koirakon. Koirakko on koulutettu ja ammattimaisesti testattu eläinavusteisen terapian toteuttamiseen. (Hautamäki ym. 2018, 55.) Eläinavusteisen terapian toteutus on eettisiä periaatteita noudattavaa ja ammattillisesta näkökulmasta perusteltua (ESAAT 2020).

Eläinavusteinen terapia on osa terapeutin palveluvalikoimaa ja yksi terapiamenetelmistä, joka liitetään osaksi asiakkaan yksilöllistä hoitosuunnitelmaa ja kuntoutustoimintaa (Hautamäki ym. 2018, 29, 54). Kuten tavallinenkin fysioterapia, myös eläinavusteinen terapia on dokumentoitavaa ja arvioitavaa koko terapiaprosessin ajan. The European Society of Animal-Assisted Therapy määrittelee eläinavusteisen terapian tarkoitukselliseksi, suunnitelluksi ja integroivaksi eli täydentävänä interventiona. Eläinavusteilla terapialla pyritään vaikuttamaan positiivisesti asiakkaan hyvinvointiin fyysisellä, psyykkisellä, emotionaalisella, sosiaalisella tai kognitiivisella osa-alueella. Se sisältää niin terveyttä edistävät kuin ennaltaehkäisevät ja kuntouttavat toimenpiteet. Yleisiä tavoitteita ovat fyysisten, sosiaalisten ja kognitiivisten toimintojen palauttaminen ja ylläpitäminen, kykyjen, taitojen ja osallisuuden tukeminen sekä subjektiivisen hyvinvoinnin parantaminen. (ESAAT 2020.)

Koira-avusteista fysioterapiaa voidaan toteuttaa asiakkaan iästä tai toimintakyvystä riippumatta (ESAAT 2020). Fysioterapeutin tulee olla tietoinen asiakkaan yksilöllisistä ominaisuuksista, kuten asiakkaan mielenkiinnonkohteista, terapia-koiraan suhtautumisesta ja halukkuudesta toimia terapiakoiran kanssa (Cirulli, Borgi, Berry, Francia & Alleva 2011, 343). Fysioterapeutin tulee huomioida

myös asiakkaan elämäntilanne, kuten mahdolliset stressitekijät ja käyttäytymisen ongelmat (Wijker, Leontjevas, Spek, Enders-Slegers 2019, 10). Turvallisuuden takaamiseksi fysioterapeutin on käytettävä erityisesti harkintaa eläinavusteisen terapian toteuttamiseksi asiakkaalle, jolla on taipumusta aggressiiviseen käyttäytymiseen tai hänellä on orientoitumisen ongelmia (Chandler 2011,167).

### 3.2 Koira-avusteisuuden fysiologiset vaikutukset asiakkaaseen

Fysioterapiassa terapiasuhteen perustana on viestintä, johon myös kosketus liitetään yhtenä sanattoman viestinnän muotona (Talvitie, Karppi & Mansikkamäki 2006, 62, 268). Finto (2020) määrittelee terapeutin kosketuksen hoitomenetelmäksi, joka liittyy toimintaan ja liikkeeseen. Fysiologisesti tarkasteltuna kosketuksen myötä sensoristen hermojen reseptorit välittävät tuntemuksia ja aistikokemuksia keskushermostoon, jotka muodostavat yhteistoiminnan kehon ja aistien välillä (Uvnäs Moberg 2007, 55).

Shenin, Xiongin, Chounin ja Hallin (2018) kirjallisuuskatsauksessa raportoitiin, että eläinavusteisen toiminnan tehokkuuden perustana on fyysinen kosketus ja vuorovaikutus terapiaeläimeen. Hamunen (2018) tuo ilmi fysioterapeutti Ripatin havaintoja terapiakoiran ja asiakkaan välisestä kohtaamisesta, jossa Ripatti kertoo terapiakoiran kohtaamisen olevan merkityksellistä asiakkaalle. Hän myös mainitsee, että asiakkaat haluavat koskettaa ja tulla kosketetuksi ja usein asiakkaat haluavatkin halata terapiakoiraa. Ripatin havaintoja voidaan perustella Shenin, Xiongin, Choun ja Hallin (2018, 206) kirjallisuuskatsauksella, jossa he ovat perustelleet asiakkaan saavan terapiakoirasta sekä audiovisuaalisia että tuntoaistillisia ärsykeitä. Näiden myötä verenkiertoon erittyy hormoneja, kuten endorfiinia, oksitosiinia, prolaktiivia ja berta-fenylylietyyliamiinia, jotka liitetään mielihyvän, rentoutumisen ja turvallisuuden tunteeseen. Samalla kyseisten hormonien erittyminen voi vähentää myös kipuaistimuksia.

Hormoneista erityisesti oksitosiinin vaikutuksia on tarkasteltu laajasti ihmisen ja eläimen välisessä vuorovaikutuksessa (Somppi ym. 2017). Oksitosiinia vapautuu verenkiertoon hermoverkon välityksellä aistien, kuten kosketuksen vaikutuksesta (Kortesluoma & Karlsson 2011). Jopa eläinten kuvien katsominen vähentää stressin aiheuttamia fysiologisia reaktioita (Langinvainio 2016, 11). Koiran läsnä ollessa oksitosiinia voi vapautua ihmisessä jopa kaksinkertainen määrä ja sen

vaikutukset ovat havaittavissa jo 5-24 minuutin kuluttua koiran kohtaamisesta (Peltoniemi 2017, 19). Oksitosiinin vapautuminen verenkiertoon lisää koettua onnellisuuden tunnetta ja sen rauhoittavat vaikutukset ilmenevät verenpaineen ja hengitysfrekvenssin laskemisena (Latvala-Sillman 2018, 22).

Koira-avusteisen terapian fysiologiset vaikutukset on todettu useissa tutkimuksissa. Esimerkiksi terapiakoiran läsnäolon myötä sairaalolosuhteissa olevien lasten verenpaineen on havaittu laskevan ja sydämensykkeen tasaantuvan (Elmaci & Cevizci 2015). Samoin kemoterapiaa odottavien potilaiden happisaturaatiotaso oli korkeampi ja verenpaine matalampi vastaanottohuoneessa, jossa oli myös terapiakoira. Fysiologisesti rauhoittavat vaikutukset ilmenivät jo 20 minuutin kuluttua koiran kanssa leikkimistä ja sen ruokkimista sisältävän koira-avusteisen toiminnan aloittamisesta. (Orlandi ym. 2007, 4302–4303.) Lisäksi ikääntyneiden palliatiivisessa sairaalahoidossa psykologin terapiakoiran läsnäolo vähensi asiakkaiden fysiologista stressiä, joka ilmeni tutkittavien sydämensykkeen, verenpaineen, alfa-amylaasin ja kortisolitasojen laskemisena (Krause-Parello, Levy, Holman & Kolassa 2016). Myös tekonivelleikkauksen jälkeen koira-avusteisen toiminnan todettiin vähentävän potilaiden kipua ja lisäävän potilaiden koettua tyytyväisyyttä sairaalassaoloaikana (Harper ym. 2015).

### 3.3 Fysioterapeutin, asiakkaan ja terapiakoiran vuorovaikutus

Suomen Fysioterapeuttien (2020) mukaan hyvä terapiasuhte edellyttää onnistunutta vuorovaikutusta fysioterapeutin ja asiakkaan välillä. Se luo yhteyden toiseen ihmiseen, mikä määrittää heidän yhteistyönsä laadun. (Suomen Fysioterapeutit 2020.) Kuitenkin myös sanattomalla viestinnällä, kuten eleillä, ilmeillä ja katseella on suuri rooli. Ne ilmaisevat ihmisten asenteita, tunnetiloja ja persoonallisuutta, jonka perusteella toisen ihmisen käyttäytymistä voidaan arvioida ja tulkita. (Talvitie, Karppi & Mansikkamäki 2006, 63). Koira-avusteisessa fysioterapiassa hyödytään koiran kyvystä tulkita ihmisten käyttäytymistä, kehonkieltä, eleitä, ilmeitä ja äänenpainoa (Fine 2010, 3–4; Pentikäinen 2019, 47).

Chandler (2011, 134–135) kuvaa koira-avusteista terapiaa fysioterapeutin, terapiakoiran ja asiakkaan välisenä vuorovaikutuksena. Fysioterapeutille eläinavus-

teisen toiminnan haasteena on kolmen eri osapuolen vuorovaikutuksen ylläpitäminen. Verrattuna asiakkaan ja fysioterapeutin kahdenkeskiseen fysioterapiaan, on eläinavusteinen toiminta erilaista, koska terapiatilanteessa on yksi osapuoli enemmän. Tämä antaa kuitenkin fysioterapeutille mahdollisuuden tarkastella ja havainnoida terapiatilannetta eri näkökulmista asiakkaan toimiessa terapiakoiran kanssa. (Hautamäki, Ramadan, Ranta, Haapala & Suomela-Markkanen 2018, 45; Green Care Finland 2020.)

### 3.4 Koira-avusteisuuden vaikutus terapiatilanteeseen

Koira-avusteinen fysioterapia tukee asiakkaan osallistumista ja roolia aktiivisena toimijana. Terapiakoiran osoittama aito kiinnostus asiakasta ja hänen toimintaansa kohtaan motivoi ja lisää asiakkaan osallistumista. (Fine 2010, 127.) Terapiakoira lähestyy asiakasta havaitessaan tämän positiivisten tunteiden ilmaisun esimerkiksi katsekontaktin. Myönteinen vuorovaikutus kehittää asiakkaan ja terapiakoiran välistä vuorovaikutussuhdetta fysioterapiassa. (Siniscalchi, d'Ingeo & Fornelli 2018.)

Koira-avusteisessa fysioterapiassa on otollista harjoittaa vuorovaikutus- ja tunnetaitoja. Asiakas voi peilata omaa toimintaansa terapiakoiran toiminnan kautta ja koira antaa reaktiollaan asiakkaalle välittömän palautteen. Terapiakoiran antama palaute voi olla asiakkaalle helpompaa ottaa vastaan kuin fysioterapeutilta saatava suora verbaalinen palaute. (Chandler 2011, 166; Wijker, Leontjevas, Spek & Enders-Slegers 2019, 10; Valkila 2018, 17–18; Pentikäinen 2019, 55.)

Terapiasuhteen syventyminen vaatii fysioterapeutilta vuorovaikutustaitoja sekä myönteistä, sallivaa ja empaattista ilmapiiriä (Talvitie, Karppi & Mansikkamäki 2006, 268). Turvallinen, iloinen ja rento ilmapiiri madaltaa kynnystä asiakkaan osallistumiselle (Wijker, Leontjevas, Spek & Enders-Slegers 2019, 10). Terapiakoira edesauttaa hyväksyvän ilmapiirin syntymistä, sillä se ei vaadi ihmisiltä mitään tai arvostelee heitä. Terapiakoira on myös aidosti läsnä, jolloin ihminen kokee tulevansa kohdatuksi. (Chandler 2011, 132; Green Care Finland 2020.) Eläinavusteisessa terapiassa salliva ja myönteinen ilmapiiri koetaan helpottavaksi tekijäksi asiakkaan itsensä ilmaisulle ja ahdistavien asioiden käsittelylle

(Haapala & Suomela-Markkanen 2018, 9). Koiran läsnäolo voi herättää asiakkaalle ajatuksia ja muistoja menneistä elämäntapahtumista. Surun tuntemusten noustessa pintaan terapiakoira osaa lohduttaa ja rauhoittaa ihmistä tavalla, joka voisi tuntua luonnottomalta tai epämukavalta fysioterapeutin ja asiakkaan välillä. (Fine 2010, 145, 150.)

Koira-avusteisen fysioterapian vuorovaikutukseen liittyviä myönteisiä vaikutuksia voidaan hyödyntää ihmisten kohtaamisessa. Terapiakoiran hännän heilutukset ja iloiset eleet ”rikkovat jään” ja avaavat keskustelun. Terapiakoiran läsnäolon voidaan katsoa siis toimivan keskustelunavaajana, joka edesauttaa myös terapiasuhteen kehittymistä fysioterapeutin ja asiakkaan välillä. Tästä syystä eläinten vaikutusta ihmisten väliseen vuorovaikutukseen kutsutaan myös ”sosiaalisiksi voiteluaineeksi”. Ihmiset aloittavat todennäköisemmin ystävällisen keskustelun tuntemattoman ihmisen kanssa silloin kun eläin on läsnä ja tätä voidaan hyödyntää ryhmässä toteutettavassa toiminnassa. (O’Haire, Mccune, McKenzie & Slaughter 2013, 453.) Terapiakoiran läsnäolon herättämät muistojen, tunteiden ja tarinoiden jakaminen muiden kanssa lisää asiakkaiden spontaania vuorovaikutusta ja itseilmaisua sekä parantaa mielialaa (Malin 2010, 46; Chandler 2011, 254; Fine 2010, 150).

Muistisairaiden kuntoutuksessa eläinavusteisista menetelmistä on todettu olevan hyötyä (Hautamäki, Ramadan, Ranta, Haapala & Suomela-Markkanen 2018, 54–55). Marxin ym. (2010) dementiapalvelutalossa tehdyn tutkimuksen mukaan asukkaat ottivat koiraan kontaktia, kommentoivat ja kysyivät koiraan liittyvistä asioista. Vaikka kontaktiaika koiran kanssa on lyhyt, koiran läsnäolo luo asukkaille uusia ärsykeitä ja lisää asukkaiden aktiivista toimintaa. Debran (2008, 65, 70–71) tutkimuksessa Alzheimerin tautia sairastavien levoton käyttäytyminen väheni ja sosiaalinen vuorovaikutus lisääntyi koira-avusteisessa terapiassa. Klimovan, Toman ja Kucan (2019) kirjallisuuskatsauksen mukaan koira-avusteinen terapia auttoi dementoituneita rauhoittumaan ja rentoutumaan, joka taas vähentää ahdistusta, levottomuutta ja aggressiivisuutta.

Eräissä kehitysvammoissa ja kehityshäiriöissä, kuten Autismin kirjon henkilöillä, sosiaalisissa ja kognitiivisissa taidoissa on poikkeavuuksia. Heidän on haastavaa ymmärtää eri tilanteisiin liittyviä toimintatapoja ja odotuksia. (Socada 2020.)

Samsin, Fortneyn ja Willenbringin tutkimuksessa autististen lasten sanallinen viestintä ja sosiaalinen vuorovaikutus lisääntyivät koira-avusteisessa terapiassa (Sams, Fortney & Willenbring 2006, 270, 272). Vuorovaikutus terapiakoiraan voisi olla helpompaa kuin toiseen ihmiseen, sillä koiran ja ihmisen välinen vuorovaikutus ei ole niin monimutkaista. Autismikirjon henkilöillä vuorovaikutus terapiakoiraan voidaan kokea helpommin ymmärrettäväksi ja johdonmukaisemmaksi kuin toiseen ihmiseen. Koira-avusteisen terapian tutkimuksessa raportoitiin autismikirjon henkilöiden kokeman stressin vähentyneen sekä sosiaalisen viestinnän ja tietouden parantuneen. Koira-avusteinen terapia oli merkityksellistä sekä asiakkaiden että terapeuttien mielestä ja kokemukset olivat myönteisiä. (Wijker, Leontjevas & Enders-Slegers 2019, 6-7, 10.)

Nimerin ja Lundahlin (2007, 234) mukaan 0-12 vuotiaat lapset hyötyivät eläinavusteisesta fysioterapiasta muita asiakasryhmiä paremmin. Tämän uskotaan johtuvan lasten luontaisesta kiinnostuksesta sekä vastaanottavaisesta suhtautumisesta eläimiin (Fine 2010, 25). Ikäheimon (2019, 103) havaintojen mukaan eläimen läsnäolo helpottaa luottamuksen syntymistä asiakkaan ja terapeutin välillä. Terapiakoira toimii myös asiakasta motivoivana ja aktivoivana tekijänä fysioterapiassa (Sams, Fortney & Willenbring 2006, 270; Alasorvari & Ho-piavuori 2014, 54).

### 3.5 Fyysisen toimintakyvyn harjoittaminen

Koira-avusteisen fysioterapian harjoitteet kytkeytyvät toimintakyvyn harjoittamiseen moniulotteisesti. Terveysten- ja hyvinvoinnin laitoksen (2020) mukaan tärkeitä ominaisuuksia toimintakyvyn kannalta ovat muun muassa lihasvoima- ja kestävyys, asennon ja liikkeiden hallinta sekä aistitoiminnot. Fyysisen toimintakyvyn määritelmänä pidetään ihmisen fyysisiä edellytyksiä selviytyä omasta arjestaan.

Wijkerin, Leontjevasin, Spekin ja Enders-Slegersin (2019, 8) tutkimuksessa eräs haastateltava kertoi koira-avusteisen terapian olevan käytännöllistä, konkreettista ja arkeen sovellettavaa. Shenin, Xiongin, Choun ja Hallin (2018, 205-206)

mukaan eläinavusteisessa toiminnassa asiakkaat ovat aktiivisempia ja halukkaampia liikkumaan sekä kokevat itsensä iloisemmiksi. Terapiakoiran hoitamiseen liittyvät toiminnot saavat asiakkaat tuntemaan itsensä tarpeellisiksi.

Koira-avusteisessa fysioterapiassa harjoitteina voi olla terapiakoiran harjaaminen, valjaiden pukeminen, taluttaminen ja leikkiminen (Välimaa 2017). Koira-avusteinen terapia voi sisältää terapiakoiralle puhumista, silittelyä, sen kanssa kävelyä, koiran ohjaamista, lelujen heittämistä ja piilottamista (Glenk 2017, 6). Dancerin (2012, 12, 23) mukaan lasten motorisia taitoja harjoitettiin kävelemällä ja juoksemalla terapiakoiran kanssa ja heittämällä koiralle palloa. Hienomotoriikkaa harjoitettiin silittämällä terapiakoiraa sormet ojennettuna ja pitämällä terapiakoiran talutushihnasta kiinni.

Fyysisen toimintakyvyn osa-alueelta fysioterapiassa harjoitetaan myös istumatasapainoa ja asennonhallintaa. Koira-avusteisessa fysioterapiassa asennonhallinnan harjoittamisen ulkopuolisena ärsykkeenä voidaan käyttää terapiakoiran kanssa leikkimistä. Asiakas heittää terapiakoiralle esineen, terapiakoira noutaa sen, jonka jälkeen asiakas vastaanottaa esineen ja sitä voidaan vetää terapiakoiran kanssa. Harjoitus yhdistää monipuolisesti sekä yläraajan toiminnot että asennonhallinnan harjoituksen. Asiakkaalta vaaditaan myös toiminnan suunnittelua sekä mielikuvitusta ja heittäytymistä leikkiin koiran kanssa. (Klimova, Toman & Kuca 2019; Välimaa 2017).

Elmacin ja Cevizcin (2015) mukaan koira-avusteisen fysioterapian sisällöstä riippumatta koira-avusteinen toiminta motivoi asiakasta harjoitteluun. Tutkimuksessa havaittiin, että terapiakoira motivoi lapsia maalaamaan, kun lapsi sai ajoitain antaa terapiakoiralle herkun maalaamisen ohessa. Samalla koiran namien poimiminen ja niiden antaminen terapiakoiralle harjoittavat yläraajan hienomotoriikkaa. Näin ollen fysioterapian perusliikkumisen harjoittamiseen voidaan yhdistää koira-avusteinen fysioterapia liittämällä terapiakoira perinteiseenkin harjoitukseen. Tutkimuksessa koira-avusteisessa toiminnassa ryhmä suunnitteli ja rakensi radan, jonka he suorittivat terapiakoiran kanssa. Kyseinen harjoitus sisälsi toiminnanohjausta, tehtävien suunnittelua ja ryhmässä toimimista, joka vahvisti ryhmän yhteishenkeä onnistuneen tehtävän myötä. Alasorvarin ja Hopiavuoren

(2014, 32) mukaan Stone (2010, 25) havaitsi lasten nauttivan terapiakoiran toimintojen matkimisesta, jota hyödynnettiin antamalla lapsille ja terapiakoiralle samoja käskyjä. Lapset oppivat noudattamaan ohjeita, motivoituivat harjoituksiin ja heidän motorinen aktiivisuutensa lisääntyi koira-avusteisessa terapiassa.

Fysioterapiassa kuntoutukseen kuuluu oleellisesti itsenäisen selviytymisen ja perusliikkumisen harjoittaminen. Kävelyharjoittelun toteuttamiseksi ja asiakkaan motivoimiseksi harjoitukseen tulee valita asiakkaalle mieluinen tapa ja ympäristö. Ulkoilu liitetään suomalaiseen kulttuuriin ja etenkin ikääntyneillä se on arkinen toive. Ulkoilun on todettu lisäävän yksilön hyvinvointia ja pantavan mielialaa. Ulkona liikkuminen on yhteydessä liikkumiskyvyn säilymiseen ja auttaa yksilöä selviytymään arjesta. Koira-avusteisessa fysioterapiassa ulkoilu liitetään luonnollisesti osaksi kävelyharjoittelua. Asiakas motivoituu ulkoilemiseen ja kävelyharjoitteluun huomion kiinnittyessä harjoituksen suorittamisesta terapiakoiran tarpeeseen eli ulkoilemiseen. Se lisää kävelyharjoituksen mielekkyyttä ja merkitystä asiakkaalle. Samoin sosiaalinen kanssakäyminen on merkittävä tekijä ulkoilemaan lähtemiseksi ja sen kynnyksen madaltamiseksi. Koira-avusteisessa fysioterapiassa ulkoilu liitetään kuntoutuksen peruspalveluihin, asiakas saa tukea ulkoilemiseen ja heidän elinpiirinsä suurenee ulkoilun myötä. (Ponsi & Karvinen 2007, 63, 65, 68; Sarvimäki 2007, 57; Giansanti & Maccioni 2020; Malin 2010, 32, 37; Ikäinstituutti 2016).

Koira-avusteista terapiaa käytetään enenevässä määrin osana neurologista kuntoutusta (Hediger ym. 2020). Elmaci ja Cevizci (2015) tutkivat CP-vammaisten lasten koira-avusteista kuntoutusta. Pareettisen alaraajan spastisuuden vähentämiseksi ja tuntoaistimuksen aktivoimiseksi asiakas laittoi jalkaansa viileää jogurttia, jonka terapiakoira nuoli lämpimällä kielellään asiakkaan iholta. Tuntoaistimus lämpimästä kielestä rentouttaa spastista raajaa. Tuntoaistia voidaan harjoittaa terapiakoiran koskettaessa ihoa märällä kuonolla, silittämällä koiraa tai jopa koiran makaamisena asiakkaan päällä. Koiran ruumiinlämmön ja painon vaikutusta voidaan hyödyntää esimerkiksi spastisuuden hoidossa. Wijkerin, Leontjevasin ja Enders-Slegersin (2019, 10) mukaan Autismin kirjon häiriöiden henkilöt voivat kokea aistien yliherkkyyttä toisen ihmisen kosketuksesta, mutta fyysinen kontakti koiraan voi olla vähemmän aisteja stimuloivaa.

## 4 KOIRA-AVUSTEISEN FYSIOTERAPIAN TYÖYMPÄRISTÖ

### 4.1 Fyysiset ympäristötekijät

Fyysinen ympäristö kuvaa elinympäristön ominaisuuksia ja näistä ominaisuuksista riippuu toimintamahdollisuudet ympäristössä (Paronen 2014). Koira-avusteisessa fysioterapiassa fyysisten ympäristötekijöiden huomioiminen on fysioterapeutin vastuulla. Pruskowskin, Gurneyn ja Cancion (2019) mukaan terapiassa käytettävien tilojen on sovelluttava koiran kanssa työskentelyyn. Terapiatilat tulee olla riittävän suuri, rauhallinen ja matalaärsykeinen. Tilan valinnassa tulee huomioida myös pinnat ja materiaalit erityisesti lattioiden osalta. Mennan ym. (2019) tutkimuksessa mainitaan vielä, että pintojen tulisi olla liukumattomia, puhdaita ja puhdistettavia. Lisäksi ympäristön lämpötila ei saa olla liian korkea koiran työskentelyyn. Etenkin ulkoillessa on huomioitava, ettei lämpötila ole liian korkea ja aiheuta koiralle terveydellistä vaaraa. (Wijker, Leontjevas, Spek, Enders-Slegers 2019, 7.) Koiran hyvinvointi tulee olla taattu koko terapian ajan ja huomioida, että koiralla on raikasta vettä saatavilla ja mahdollisuus vetäytyä rauhalliseen paikkaan (Pruskowski, Gurney & Cancio 2019).

Fyysiset ympäristötekijät vaikuttavat fysioterapeutin ja terapiakoiran työskentelymahdollisuuksiin (Kihlström-Lehtonen & Säkkinen 2019, 152). Ikäheimon (2019, 104) mukaan koira-avusteisissa työskentelyssä on erityisesti otettava huomioon turvallisuustekijät ja ympäristön vaativuus on arvioitava myös terapiaeläimen kannalta. Eläinavusteisen työskentelyn kehittämistä vaikeuttaviksi tekijöiksi mainitaan eläinallergiat ja eläinten tuontikiellon tiettyihin tiloihin, kuten kouluihin. Mansikka ja Vikman (2018) tuovat ilmi Allergia-, iho- ja astmaliiton asiantuntijan Vuorenmaan kommentin, että koirien salliminen julkisiin tiloihin ei ole allergisten kannalta merkittävä muutos, sillä allergeenit kulkeutuvat joka tapauksessa julkisiin tiloihin ihmisten mukana.

Koira-avusteisen fysioterapian turvallisuustekijäksi voidaan oleellisesti mainita terapiamenetelmää toteuttava koulutettu koirakko. Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:n soveltuvuuskokeessa kartoitetaan ohjaajan ja koiran toimintaa eri ympäristöissä ja tilanteissa, sekä koiran reagointia erilaisiin ääniin ja pintoihin, joita

terapiatilanteissakin mahdollisesti tulee vastaan. (Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry 2020b.) Terapiakoiran tulee reagoida rauhallisesti, eikä se saa osoittaa pelon tai epäsosiaalisuuden merkkejä esimerkiksi tuntemattomien äänien tai apuvälineiden vaikutuksesta (Hydbring-Sandberg ym. 2004, 446). Näin ollen objektiivisen arvion suorittanut ja soveltuvuuskokeen läpäissyt koirakko on todetaan soveltuvaksi kuntoutustyöskentelyyn (Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry 2020b).

Fysioterapian laaja-alaisella kentällä koira-avusteista fysioterapiaa toteutetaan useissa erilaisissa ympäristöissä. Vaihtuva terapiaympäristö voi kuitenkin luoda haasteita terapiakoiralle, joten fysioterapeutin olisikin hyvä antaa terapiakoiran tutustua uuteen ympäristöön ennen fysioterapian aloittamista ja asiakkaan kohtaamista. Tämä voi edesauttaa koiran tottelevaisuutta ja keskittymistä ympäristössä. Eräässä tutkimuksessa koiran stressikäyttäminen vähentyi (esim. haukotelu, vinkuminen) ja kortisolitasot laskivat asteittain toteutettaessa eläinavusteista toimintaa palvelutalossa kuuden kuukauden aikana. Lisäksi koiran kortisolitasojen havaittiin laskevan, kun koira saa liikkua vapaasti terapiatilassa. Tällöin koira saa myös itse päättää ottaako kontaktia ihmisiin ja koiralla on mahdollisuus vetäytyä tilanteesta. (Glenk 2017.)

American Veterinary Medical Association (2020a) on listannut ohjeita eläinavusteisen toiminnan toteuttamiseen. Ohjeessa mainitaan koiran kouluttaminen otta- maan lattialta esineitä vain ohjaajan antaessa luvan. Tällä voidaan ennaltaeh- käistä koiralle aiheutuva vaaratilanteita, kuten ihmisten lääkkeiden syöminen. Fy- sioterapeutin tulisi myös olla tietoinen asiakkaista, jotka eivät halua olla vuorovai- kutuksessa eläinten kanssa, ovat tartuntatautien riskiryhmää tai aiheuttavat tau- din leviämiskin.

#### 4.2 Sosiaaliset ympäristötekijät

Sosiaalinen ympäristö on ympäristön osa-alue, joka tarkoittaa ympäristössä ta- pahtuvaa vuorovaikutusta, sosiaalista verkostoa, vuorovaikutusta, ilmapiiriä ja ih- misten kohtaamista ympäristössä (Salminen 2005, 8, 58). Ihmisen toimintaa so- siaalisessa ympäristössä tarkastellaan sosiaalisen toimintakyvyn kautta. Se ilme- nee yksilön vuorovaikutustilanteissa ja pitää sisällään sekä vuorovaikutussuhteet

että yksilön kyvyn toimia osana yhteisöä ja yhteiskuntaa. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2020.)

Koira-avusteista fysioterapiaa toteuttavalla fysioterapeutilla on vastuu terapiakoirasta ja hänen tulee huomioida koiran vaikutus asiakkaisiin ja työyhteisöön. Fysioterapeutin tulee tarkastella ja tiedostaa muiden ympäristössä olevien henkilöiden suhtautuminen ja asenne terapiakoiraan kohtaan, sillä he eivät ole välttämättä ole tottuneet eläimiin ympäristössä. Terapiaeläimeen suhtautumiseen vaikuttavat yksilö, hänen ympäristönsä, elämäntilanteensa, terveydentilansa ja aikaisemmat kokemukset eläimistä. Etenkin kulttuurisilla ja uskonnollisilla näkemyksillä voi olla merkittävä vaikutus eläimiin suhtautumisessa ja eläimen läsnäolo voikin aiheuttaa esimerkiksi ahdistusta, epämukavuuden tunnetta tai pelkoa. Eläinavusteisesta työskentelystä on hyvä keskustella ympäristössä olevien muiden henkilöiden kanssa. (Kihlström-Lehtonen & Säkkinen 2019, 150; Pruskowski, Gurney & Cancio 2019; Fine 2010, 63; IAHAIO 2018, 7.)

Hediger ja Hund-Georgiadis (2017, 64-67) tutkivat sveitsiläisen kuntoutuskeskuksen työntekijöiden suhtautumista eläinavusteiseen terapiaan. Tutkittaville toteutettiin ennakkoluuloja ja odotuksia kartoittava kysely ennen eläinavusteisen terapian aloittamista ja sen vuoden mittaisen toteuttamisjakson jälkeen. Kyselyistä ilmeni, että henkilökunnan odotukset olivat enimmäkseen positiivisia. Negatiivisia odotuksia kohdistui asiakkaan pelokkaaseen suhtautumiseen eläimiä kohtaan, hygieniaan, loukkaantumisiin ja eläimen puremiin liittyen, mutta nämä vähentyivät toisen kyselyn mukaan. Kyselyyn vastanneet terapeutit kokivat eläinavusteisen terapian lisäävän sekä asiakkaiden että henkilökunnan tyytyväisyyttä, motivaatiota ja sosiaalista viestintää. Myös Pruskowskin, Gurneyn ja Cancion (2019) tutkimuksen mukaan terapiakoiraohjelmaan oltiin tyytyväisiä palovammakeskuksessa sekä potilaiden että henkilökunnan mielestä. Koira-avusteinen terapia koettiin tuottavaksi ja toivottavaksi toiminnaksi.

Haapalan ja Suomela-Markkasen (2018) toteuttamassa kyselyssä ilmenee, ettei sosiaali- ja terveydenhuollossa ole tietoa ja ymmärrystä tai arvostusta eläinavusteisen terapian hyödyistä. Wikman, Ikäheimo ja Mickelsson (2017) totesivat koira-avusteisen toiminnan verkostotapaamisessa, että mielikuva terapiakoiran

toimisesta "lisänä" palvelulle voi heikentää koira-avusteisen terapian uskottavuutta vaikuttavana terapiamenetelmänä. Lisäksi terapiakoiran ollessa terapeutin oma lemmikki tai toimijana myös vapaaehtoistyössä ihmiset saattavat sekoittaa terapiakoiran ammatillisen ja harrastustoiminnan väliset eroavaisuudet. Tällöin ihmisten mielikuvat eivät välttämättä vastaa koira-avusteisen terapian toimintaa ja huomioi menetelmän terapeuttista vaikuttavuutta.

Eläinavusteisen terapian haasteina tai esteinä voivat olla asiakkaan allergiat, arastelu tai pelko eläintä kohtaan. Ne eivät estä asiakkaan eläinavusteista terapiaa, mikäli asiakas omasta tahdostaan haluaa toimia eläimen kanssa. Allergiset asiakkaat voivat ottaa allergialääkkeen ennen terapiaa tai jopa siedättyä eläimeen niille altistumisen myötä. Mikäli yllä mainittujen haasteiden kanssa tullaan toimeen ja eläinavusteinen terapia koetaan hyödylliseksi, voidaan sitä toteuttaa. Koiriin tottumattomat tai koiria pelkäävät asiakkaat tarvitsevat pidemmän ajan tutustuakseen eläimeen. Koira-avusteisella terapialla voidaan hoitaa myös asiakkaan koirapelkoa, mikäli asiakas kokee sen häiritseväksi. Terapiakoiraa voidaan ohjata tekemään temppuja, jotka saavat asiakkaan hymyilemään ja auttavat häntä lähestymään terapiakoiraa. (Chandler 2011, 250; Hautamäki, Ramadan, Ranta, Haapala & Suomela-Markkanen 2018, 45.)

## 5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

### 5.1 Laadullinen tutkimustapa

Laadullinen tutkimus muodostuu teorioista, empiirisestä aineistosta sekä tutkijan omasta ajattelusta ja päättelystä. Teoria muodostuu tutkimuksen viitekehystä eli teoreettisesta osuudesta, joka kertoo mitä ilmiöstä ennalta tiedetään. Kokonaisuuteen tarvitaan kuitenkin myös tutkimuksen metodia, etiikkaa, luotettavuuden hahmottamista ja tutkimuksen kokonaiskuvan mieltämistä. (Tuomi & Sarajärvi 2017, 19.)

Laadullinen tutkimus on kiinnostunut ihmisten näkökulmista, kokemuksista ja merkityksistä. Se kohdistuu yksittäiseen tapaukseen tai ilmiöön, jota on tavoitteena tulkita ja ymmärtää. Laadullinen tutkimus antaa mahdollisuuden ilmiön kokonaisvaltaiseen ja tarkkaan kuvaukseen. (Kananen 2008, 24–25, 32.) Laadullisen tutkimuksen tarkoitus on antaa ilmiön sisällöille tulkintoja, saada se ymmärrettäväksi ja löytää ilmiöön sisältyviä merkityksiä. Tutkimusprosessissa on mahdollista tehdä aineistosta päätelmiä useilla eri tavoilla. Laadullisen tutkimuksen etuna onkin sen joustavuus, sillä aineistoa voidaan tarkastella eri näkökulmista. Tutkimuksessa esiin tulleisiin päätelmiin päädytään tutkijan oman tulkinnan, asioiden ymmärryksen ja yhdistelyn perusteella. (Pitkäranta 2014, 106; Kananen 2014, 17–18.)

Laadullisen tutkimuksen menetelmä sopii vähän tunnettuihin ilmiöihin ja aiheisiin, joista halutaan lisää tietoa. Informatiivisen joukon löytämiseksi on perusteltua käyttää teoreettista eli harkinnanvaraista otantaa. Tavoitteena on löytää tiedonantajat, joilla on monipuolista tietoa ja kokemusta ilmiöstä, sekä halua kuvata niitä. Tavoitteena on saada monipuolisesti kuvaava aineisto ilmiöstä ja sen muutoksesta. (Puusa & Juuti 2020, 243, 245.)

Laadullinen tutkimus on aiheeseemme sopiva tutkimustapa, sillä aiheesta ei tiedetä paljoa. Laadullinen tutkimus mahdollistaa runsaan sanallisen aineiston ja haastateltavien omat kuvaukset ilmiöstä. Kohdejoukkomme on pieni, joten oleellisten asioiden esille tuomisessa laadullinen tutkimus sopii tavoitteeseemme.

Määrältään pieni kohdejoukko mahdollistaa runsaamman sanallisen aineiston jokaiselta haastateltavalta. Haastateltavien määrän sijaan keskityimme siis ilmiön laajempaan kuvaamiseen ja ymmärtämiseen.

## 5.2 Teemahaastattelu

### 5.2.1 Teemahaastattelun teoria

Teemahaastattelu on puolistrukturoitu haastattelumenetelmä. Se kohdistuu tiettyihin teema-alueisiin, joita tutkimuksen tavoite ohjaa. Teema-alueet määrittävät haastattelun sisällön ja pitävät sen viitekehyksessä. Haastattelu on kaksisuuntainen vuorovaikutustilanne, jossa haastattelu muotoutuu haastateltavan mukaan ja vastaukset ovat haastateltavan henkilökohtaisten näkemysten ohjaamia. Teema-alueet keskustellaan läpi kaikkien haastateltavien kanssa, mutta niiden järjestys ja laajuus voivat vaihdella. Tarkkaan määriteltujen kysymysten sijaan haastattelussa tuodaan esiin haastattelun oleelliset asiat eli haastateltavan tulkinnat ja asioille antamat merkitykset. Haastateltavat voivat oivaltaa haastattelun edessä myös uusia asiayhteyksiä ja merkityksiä. Haastattelija voi tiivistää haastateltavan kuvausta ilmiöstä tai asiasta haastattelun aikana, jolloin haastateltavalla on mahdollisuus vahvistaa tai hylätä tiivistys. Tämä edistää oikeaan tulkintaan pääsemistä. (Hirsjärvi & Hurme 2015, 47–48, 137; Tuomi & Sarajärvi 2017, 65.)

Haastateltavalle annetaan tilaa vastata kysymyksiin vapaasti ja omin sanoin, jolloin yksilölliset kokemukset ja tulkinnat tutkittavasta ilmiöstä tulevat esille. Haastattelijan tulee olla perehtynyt aiheeseen, sillä hänen on osattava muodostaa tarkentavia apukysymyksiä haastateltavan vastausten perusteella ja selventää ilmausten sanamuotoja tarvittaessa. (Pitkärinta 2014, 91–93.)

Kasvotusten tehtävän haastattelun tavoin, myös puhelinhaastattelu sopii puolistrukturoidun haastattelun tekemiseen. Puhelinhaastattelussa vaaditaan kuitenkin erilaista otetta haastattelutilanteessa, koska haastateltavan ilmeet ja eleet jäävät puuttumaan. Tämä voi vaikeuttaa haastattelijan tehtävää. Haastateltavan on oltava erityisen tarkkana haastattelujen aikana tulevien hiljaisten hetkien kanssa. Näköyhteyden puuttuessa haastattelija ei voi olla varma, haluaako haastateltava vielä jatkaa kerrontaa tai onko hän kenties jäänyt miettimään jotain. (Hirsjärvi & Hurme 2009, 64–65.)

Teemahaastatteluilla kerätty aineisto on äänityksen jälkeen saatava helpommin käsiteltävään muotoon, joten ennen varsinaista analyysiä haastatteluaineisto litteroidaan eli auki kirjoitetaan (Kananen 2008, 88). Haastatteluaineiston litte-roimme peruslitteroinnin mukaan Word saneluohjelmaa apuna käyttäen. Litte-roimme aineiston jättäen pois äänenpainot, tauot ja useasti toistuvat täytesanat.

### 5.2.2 Teemahaastatteluun osallistujat

Laadullisessa tutkimuksessa haastateltavat valitaan sen perusteella, kuinka paljon tietoa heiltä on mahdollista saada tutkimuskysymykseen ja tutkittavaan ilmi-öön (Kananen 2008, 75–76). Tutkimukseen valituilta henkilöiltä haastattelemalla pyritään saamaan tietoa, joka auttaa ymmärtämään kokonaisuutta tutkittavasta asiasta (Hirsjärvi & Hurme 2009, 58–59).

Tutkimushaastatteluun haastateltavien valinta eteni esihaastattelun kautta itse teemahaastatteluun. Esihaastattelun toteutimme nettikyselyllä, jonka tarkoituk-sena oli saada ennakkotietoja kohdejoukosta. Tutkimuksen kohdejoukkoon kuu-luvat Suomessa koira-avusteista fysioterapiaa toteuttavat fysioterapeutit. Taus-toitimme kohdejoukkoamme Google-haulla. Se oli kuitenkin haastavaa, sillä koira-avusteista fysioterapiaa toteuttavia fysioterapeutteja on varsin vähän ja heistä saatavilla olevat tiedot ja yhteystiedot olivat vaillinaisia. Jaoimme toimek-siantajamme kautta saatekirjeen ja linkin Webpropol-ohjelmalla laadittuun esi-haastatteluun Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:n Facebook-sivuille. Ja-oimme ne myös henkilökohtaisesti saatavilla oleviin sähköposteihin sekä Fyssarit ja lekurit Facebook-ryhmään.

Esihaastattelun tarkoituksena oli kartoittaa tutkimushaastatteluun osallistumi-seen kiinnostuneiden määrä ja valita sen perusteella tutkittavat. Esihaastattelu-lomakkeeseen (Liite 2) valikoitujen kysymysten avulla kartoitimme koira-avusteis-en fysioterapian toteuttamisesta. Halusimme myös tietää fysioterapeuttien kes-keisimmät asiakasryhmät, jotta saisimme tutkimukseemme kokemuksia terapia-menetelmän käytettävyydestä eri asiakasryhmien kohdalla. Esihaastattelumme vastasi kolme fysioterapeuttia, joista kaikki tulivat valituksi tutkimushaastatteluun. Heidän lisäksi haastattelimme vielä yhtä fysioterapeuttia, joten tutkimukseemme

osallistui neljä fysioterapeuttia. Tutkimukseen osallistuneet fysioterapeutit toteuttavat koira-avusteista fysioterapiaa eri asiakasryhmille ja eri työympäristöissä, joten kohdejoukkomme on monipuolinen.

Valitsimme tiedonkeruutavaksi teemahaastattelun, koska se antaa haastateltavalle mahdollisuuden vapaampaan kerrontaan, etenkin kun kuvaamisen kohteena ovat kokemukset. Toiveena oli saada myös ennalta määriteltyjen teemojen lisäksi uusia näkökulmia aiheeseen. Useiden teemojen ja monipuolisen otannan vuoksi emme tienneet millaisia vastauksia tulemme saamaan, joten teemahaastattelu mahdollisti myös joustavan haastattelurungon (Liite 3). Tutkimuskysymystemme pohjalta teemahaastattelussa teemoiksi nousivat koira-avusteinen fysioterapian toteuttaminen, siihen liittyvä ympäristö ja asiakasryhmät.

Haastattelut toteutimme puhelimitse, luoden näin haastateltaville mahdollisuuden osallistua haastatteluun paikkakunnasta riippumatta. Puhelinhaastattelu mahdollisti joustavan aikataulutuksen, eikä matkakuluja syntynyt. Haastattelut olivat kestoltaan 45-60 minuuttia. Nauhoitukseen käytettiin Audacityn ilmaisversiota ja puhelimen ääninauhuria. Kahta eri tallennusvälinettä käyttämällä pyrimme välttämään mahdolliset teknisistä ongelmista aiheutuvat tallennuksen keskeytykset tai katoamiset. Haastattelujen tallenteet latasimme pilvipalveluun.

### 5.3 Haastattelussa käytetyt teemat

Teemahaastattelu rakentuu ennalta sovittujen teemojen ympärille. Tutkittava ilmiö jaetaan osailmiöihin, joita kuvaavat nimitykset ovat tutkimuksen teoreettisia pääkäsitteitä. Pääkäsitteet jaetaan alakäsitteisiin, jotka ovat yksityiskohtaisempia ja pelkistettyjä. Tutkimuksen haastattelukysymykset kohdistuvat alakäsitteisiin, jotka ohjaavat keskustelua. Sekä haastattelija että haastateltava tarkentavat ja konkretisoivat teema-alueita, joiden tulisi olla niin laajoja, että myös tutkittavan ilmiön laajuus tulee ilmi. Teema-alueet toimivat pohjana haastattelun syventämiselle. (Hirsjärvi & Hurme 2015, 66–67.) Alla olevasta taulukosta (Taulukko 1) selviää, kuinka muodostimme tutkimuskysymyksistä haastattelun teema-alueet.

Taulukko 1. Teema-alueiden muodostaminen.

Tutkimuskysymys	Teema-alue
Miksi fysioterapeutit toteuttavat koira-avusteista fysioterapiaa?	Koira-avusteisen fysioterapian tarkoitus asiakkaan kuntoutuksessa
Miten fysioterapeutit harjoittavat koira-avusteista fysioterapiaa fyysisen toimintakyvyn harjoittamiseksi?	Fyysisen toimintakyvyn harjoittaminen koira-avusteissa fysioterapiassa
Kuinka koira-avusteinen fysioterapia vaikuttaa asiakkaan sosiaaliseen ja psyykkiseen toimintaan fysioterapian aikana?	Koira-avusteisen fysioterapian vaikutus asiakkaan sosiaaliseen toimintaan
Kuinka koira-avusteinen fysioterapia vaikuttaa asiakkaan psyykkiseen toimintaan fysioterapian aikana?	Koira-avusteisen fysioterapian vaikutus asiakkaan psyykkiseen toimintaan
Mitä fyysisiä ympäristötekijöitä fysioterapeutin tulee huomioida koira-avusteisen fysioterapian toteuttamiseksi?	Fyysisten ympäristötekijöiden vaikutus koira-avusteisen fysioterapian toteuttamiseen
Mitä sosiaalisia ympäristötekijöitä fysioterapeutin tulee huomioida koira-avusteisen fysioterapian toteuttamiseksi?	Sosiaalisten ympäristötekijöiden vaikutus koira-avusteisen fysioterapian toteuttamiseen

#### 5.4 Sisällönanalyysi

Laadullisessa tutkimuksessa käytettävä aineisto analysoidaan induktiivisesti eli aineistolähtöisesti tai deduktiivisesti eli teorialähtöisesti. (Hirsjärvi & Hurme 2009, 136.) Laadullisessa tutkimuksessa ei ole juurikaan standardoituja analyysitekniikoita. Aloitteleva tutkija voi oppia lukemalla muita tutkimuksia, kehittää ja kokeilla eri analyysintapoja. (Hirsjärvi & Hurme 2015, 136.) Hirsjärvi ja Hurme (2014, 136) kertovat Eskolan ja Suorannan (1998) esittelevän laadullisen haastatteluai-  
neiston erilaisia analyysintapoja, jossa eräässä mainitaan analyysin alkavan jo haastattelutilanteessa. Haastattelun aikana tutkija tekee havaintoja ilmiöstä, tarkastelee niiden esiintyvyyttä ja jakautumista.

Laadullinen analyysi etenee vaihe vaiheelta eteenpäin. Aluksi ilmiö on kuvailun tasolla, jonka jälkeen se luokitellaan ja yhdistellään sisältöelementeiltään. Lopulta ilmiö kootaan ja selitetään. Saturaatio- eli täydentymistaso saavutetaan, kun ilmiöön ei löydetä enää uusia näkökulmia. (Pitkäranta 2014, 107.)

Pitkäranta (2014, 106) kuvailee Vartoon (1992) viitaten laadullisen tutkimuksen hermeneuttisena kehänä tutkimusaineiston, teorian ja todellisuuden välillä. Tutkija lähtee ja palaa takaisin lähtökohtien, teemojen ja johtoajatusten välillä sekä pyrkii ymmärtämään ja oivaltamaan niitä. Hermeneuttinen kehä ei umpeudu, jonka vuoksi aineisto käydään läpi monia kertoja. Tämä syventää tutkijan ymmärrystä tutkimuskohteesta. Samalla tutkijan oma lähestymistapa ja tutkittavan kohteen olemus erottuvat.

Aineistolähtöisen sisällönanalyysin etenemisen malliksi valitsimme Tuomen ja Sarajärven (2018, 123) teoksessa esitetyn kaavion, joka antoi selkeän kuvan sisällönanalyysistä ja analyysin etenemisestä vaiheittain. Aineiston käsittelytavaksi valitsimme induktiivisen analyysin, koska analyysiä ohjaa haastatteluaineisto, jota analysoimalla pyrimme saamaan vastauksia tutkimuskysymyksiimme.

## 5.5 Aineiston pelkistäminen

Kun kyseessä on laaja aineisto, on se ensin pelkistettävä aineiston käsittelyn helpottamiseksi. Pelkistuksen eli redusoinnin tehtävänä on selkeyttää ja tiivistää aineistosta tutkimuksen kannalta oleelliset asiat. (Kananen 2008, 88–89.) Pelkistäminen on mahdollista toteuttaa tutkimuskysymysten ohjaamana. Litteroidusta aineistosta pelkistetyt ilmaukset siis erotellaan tutkimuskysymysten mukaisiin teemoihin liittyen. (Tuomi & Sarajärvi 2017, 92–93.)

Aineiston pelkistämisvaiheessa kävimme aineiston läpi tutkimuskysymystemme ohjaamana. Litteroidusta haastatteluaineistosta pelkistimme alkuperäisilmaukset selkeyttääksemme aineistoa. Pelkistimme aineiston, jotta saisimme aineistossa esiin tulleet asiat ryhmiteltyä. Tällöin asioiden samankaltaisuuksien yhdistäminen käy helpommin. Alkuperäisilmaisun pelkistämisestä on nähtävillä esimerkki alla olevassa taulukossa (Taulukko 2).

Taulukko 2. Esimerkki alkuperäisilmaisun pelkistämisestä

Alkuperäisilmaus	Pelkistys
"Koira tuo iloa toimintaan ja toisaalta arkipäivästä poikkeavaa, mutta toisaalta ne koiran kanssa tehtävät asiat voivat ollakin tosi arkipäiväisiä asioita. Se on merkityksellistä sekä asiakkaalle että minulle itselle."	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Koira tuo iloa toimintaan</li> <li>-Koiran kanssa tehtävät asiat tuovat vaihtelua arkeen</li> <li>-Koiran kanssa tehtävät asiat ovat arkisia</li> <li>-Toiminta koiran kanssa on merkityksellistä asiakkaalle</li> </ul>

### 5.6 Aineiston ryhmittely ja käsitteellistäminen

Ryhmittely eli klusterointi on samaa tarkoittavien asioiden yhdistelemistä eri luokiksi (Tuomi & Sarajärvi 2018). Pelkistetyt ilmaukset ryhmitellään samaa tarkoittavien tai samankaltaisten ilmaisujen kanssa (Taulukko 3). Ryhmittelyn jälkeen muodostetaan aineistoa kuvaava alaluokka, jonka myötä aineisto tiivistyy (Kananen 2014, 113; Tuomi & Sarajärvi 2017, 92–93).

Taulukko 3. Esimerkki ryhmittelystä

Pelkistetyt ilmaukset	Alaluokat
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Koira tuo asiakkaalle muistoja omista koirista ja menneisyydestä</li> <li>-Koiran näkeminen saa muistisairaana asiakkaan muistelevaan koiriaan</li> </ul>	Koiran läsnäolo saa asiakkaat muistelevaan koiriaan
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Koira tuo asiakkaille merkityksellisyyttä ulkoiluun</li> <li>-Asiakkaille on merkityksellistä tehdä asioita koiran kanssa</li> <li>-Toiminta koiran kanssa on merkityksellistä sekä asiakkaalle</li> </ul>	Koira tuo toimintaan merkityksellisyyttä

<p>-Koiran kanssa touhutessa tulee fyysioterapia huomaamatta siinä sivussa</p> <p>-Koiran kanssa kuntoutus tulee itsestään</p> <p>-Harjoitukset menevät sujuvammin koiran ottaessa huomion</p>	<p>Asiakkaan huomion kiinnittyessä koiraan kuntoutus tulee itsestään</p>
--	--

Aineiston käsitteellistämällä eli abstrahoinnilla tutkija luo kuvan tutkimuskohteesta käsitteiden perusteella. Tutkimuksen kannalta olennaiset asiat erotetaan ja muodostetaan niistä käsitteitä. (Tuomi & Sarajärvi 2018.) Jatkoimme ryhmitteilyä muodostamalla alaluokista yläluokkia. Taulukossa (Taulukko 4) on esitetty esimerkkejä alaluokkien yhdistämisestä ja yläluokan nimeämisestä sisällön perusteella.

Analyysi jatkuu yläluokkien muodostamisen jälkeen. Yhdistelemällä käsitteitä saadaan muodostettua aineistosta pääluokat (Taulukko 4), joiden perusteella tutkimuskysymyksiin saadaan vastaukset. Tuloksissa esitetään aineiston pohjalta sitä kuvaavat asiat. (Tuomi & Sarajärvi 2018.) Analyysin aikana huomioidaan yhteys alkuperäiseen aineistoon, jotta asiayhteys siihen säilyy (Tuomi & Sarajärvi 2017, 93).

Taulukko 4. Esimerkki abstrahoinnista.

Alaluokat	Yläluokka	Pääluokka
Keskittyminen on helpompaa rauhallisessa ympäristössä Huomioidaan koiran reagointi eri ympäristöihin	Ärsykkeet	Ympäristö vaatii fysioterapeutilta jatkuvaa tilanteen arviointia
Turvallisuustekijöiden huomioiminen koiran kannalta Tiedostetaan koiran mahdollinen vahinkojen aiheuttaminen kotikäynnillä Ympäristön hygienia on otettava huomioon	Riskitekijät	
Kotikäynnillä tilanne tulee huomioida tarkemmin ennalta-arvaamattomuuden vuoksi Fysioterapeutilla on oltava tilannetajua terapiatilanteessa	Tilanteen muuttuvuus	
Käytettävissä olevien välineiden hyödyntäminen Käytettävissä olevien ympäristöjen hyödyntäminen Ympäristössä voi olla rajoitettuja tiloja koiran kanssa työskentelyyn	Ympäristön ominaisuudet	

## 6 TUTKIMUSTULOKSET

### 6.1 Koira-avusteisen fysioterapian tarkoitus asiakkaan kuntoutuksessa

Haastateltavien mukaan fysioterapeutit käyttävät ammattimaista harkintaa arvioi-  
dessaan koira-avusteisen fysioterapian soveltuvuutta asiakkaalle. Haastateltavat  
mainitsivat, että koira-avusteista fysioterapiaa toteutetaan vain tarpeen vaa-  
tiessa, kun sen arvioidaan edistävän tavoitteen saavuttamista asiakkaan kuntou-  
tuksessa. Haastateltavien kuvailun mukaan, koira-avusteisuuden on oltava pe-  
rusteltua, yksilöllistä ja kuntoutuksen tavoitteiden mukaista. Haastateltavat ker-  
toivat, että aloite koira-avusteisen fysioterapian toteuttamiseksi voi tulla fysio-  
terapeutilta itseltään, moniammatilliselta tiimiltä tai omaisilta.

*“Pitää lähteä aina siitä, että koiralla on joku lisäarvo terapiatilanteeseen nähden. Se ei voi olla niin, että koira on vain läsnä. Toki ehkä joissain tilanteissa voisi näin olla mutta jos ajatellaan fysioterapiaa, lähtökohta on se, että koiralla on joku sem-  
monen rooli joka edistää sitä tavoitteen saavuttamista eli sillä on selkeä lisäarvo  
siihen verrattuna johonkin yleiseen fysioterapian, ehkä halutaan jotain motiva-  
atiota lisätä tai erityisesti jotain tiettyä osa-aluetta harjoittaa. Sillä koiralla on oma  
merkityksensä.”*

*“Nyt mulla on ollu pari viikkoa silleen, että asiakas on ollut aika huonossa kun-  
nossa. Muutama käyntikertaa on ollut silleen että hän ei ole ottanut koiraakaan mitään  
kontaktia. Mutta se oli lääkinnällinen juttu hänen puoleltaan. Muuten kyllä, mutta  
munhan pitää ammattilaisena arvioida kenen kohdalla otetaan koira työväli-  
neeksi.”*

*“Niin sanotusti en turhaan koiraakaan käytä, jos on asiakas joka tekee mun kanssa ja  
joka on ihan hyvällä mielellä, ei tarvitse piristystä tai muuta niin en hänen kanssa  
sitten koiraakaan käytä.”*

*“Jokainen terapeutti mietti itse ja he mietti, että kuka tarvitsisi sitä [koira-avus-  
teista terapiaa]. Kun on asiakkaita joiden kanssa ollaan umpikujassa. Pitäisi  
tehdä mutta se [fysioterapia] ei vaan toteudu syystä tai toisesta. Mietittiin, valikoi-  
ttiin sellaisia ihmisiä [asiakkaaksi].”*

Haastateltavat kokivat koira-avusteisen fysioterapian tehokkaaksi terapiamenetelmäksi asiakkaille, joilla on haasteita motivoitua kuntoutukseen. Kaikki haastateltavat olivat havainneet koira-avusteisen fysioterapian lisäävän asiakkaan motivaatiota kuntoutuksessa tapahtuvaan toimintaan. Haastateltavat kertoivat koiran olleen merkittävä tekijä esimerkiksi motivoimaan ikääntyneitä nousemaan vuoteesta, liikkumaan ja ulkoilemaan. Haastateltavat olivat havainneet asiakkaiden osallistuvan terapian toimintaan aktiivisemmin ja oma-aloitteisemmin koira-avusteisessa fysioterapiassa kuin perinteisessä ilman koiraan toteutettavassa fysioterapiassa.

*”Alun perin aloin kokeilemaan koiraan sen takia että oli paljon asiakkaita, joiden kanssa en saanut tehtyä asioita. Kun koira on mukana niin siihen saa ujutettua tiettyjä juttuja, et se jumppa ja kuntoutus tulee siinä niinku itsestään.”*

*”Sellainen asiakas, joka muuten kieltäytyisi tekemässä niitä fyssarin jumppia, saadaankin tekemään...”*

*”Sitten taas koiran kanssa pystyy houkutella niitä asiakkaita ulos, kun kaikki ei halua lähteä ulos. Kun koira pitää lähteä käyttämään pissillä, niin se on hyvä motivaattori niille asiakkaillekin lähteä ulos.”*

*”Mä käytän ensinnäkin osastoilla käytin koiraan pelkästään siihen, että saatiin heidät ylös sängystä. Siis ihan siihen, että sanoin että ”Hei nyt ois koira ja koiran kanssa pitäisi lähteä ulos. Lähdetäänkö?” Ihmisten kanssa, jotka oli kieltäytynyt lähtemään viikon ajan, että he eivät halua lähteä ulos. Siihen motivoimiseen, että lähdetään tekemään.”*

Haastateltavat kokivat asiakkaan suhtautumisen terapiakoiraan olevan merkittävä tekijä päätökseen toteuttaa koira-avusteista fysioterapiaa asiakkaalle. Haastattelusta nousi esiin koira-avusteisen fysioterapian toteuttamista rajoittavia tekijöitä, kuten että asiakas ei pidä koirista tai pelkää koiria.

*”Lähtökohtaisesti pitää olla sellainen asiakas, joka tykkää eläimistä ja koirista. Otollisin porukka on sellainen, joilla on ollut oma koira tai tykkäävät vain tosi paljon koirista.”*

*”Osastolla jos tiesi että joku ei tykkää eläimistä niin en sitten edes kokeillut.”*

Asiakkaasta lähtöisin olevat edellä mainitut koira-avusteisen fysioterapian toteuttamista rajoittavat tekijät eivät välttämättä estä kyseisen terapiamenetelmän toteuttamista. Eräästä haastattelusta nousikin ilmi, että koirapelkoinen asiakas oli osallistunut koira-avusteisen fysioterapian ryhmäkuntoutukseen ja ollut innoissaan saadessaan toimia koiran kanssa.

*“Muutamat harvat asiakkaat pelkäävät koiria. On ollut sellaisia tilanteita, että he ovat halunneet kuitenkin osallistua ja ovatkin olleet aivan innoissaan koiran kanssa toimimisesta. Todella vähän on kuitenkin sellaisia henkilöitä, jotka pelkäävät koiria.”*

## 6.2 Fyysisen toimintakyvyn harjoittaminen koira-avusteisessa fysioterapiassa

Haastatteluista kävi ilmi, että koira-avusteista fysioterapiaa toteutetaan enimmäkseen osana terapeutista harjoittelua, joka voi olla asiakkaan toimintakyvyn, liikumisen ja fyysisen suorituskyvyn harjoittamista asiakkaan toimintaympäristössä. Haastateltavien kokemusten mukaan koira-avusteisen fysioterapian toteuttaminen on sovellettavissa monipuolisesti asiakkaan kuntoutukseen. Haastateltavat kertoivat, että koira-avusteisen fysioterapian harjoitteet voivat olla arkiakin asioita, mutta ne voivat tuoda vaihtelua terapian sisältöön.

*“Koiraa tuo iloa toimintaan ja toisaalta arkipäivästä poikkeavaa, mutta toisaalta ne koiran kanssa tehtävät asiat voivat ollakin tosi arkipäiväisiä asioita. Se on merkityksellistä sekä asiakkaalle, että minulle itselle.”*

Haastateltavat kokivat koira-avusteisen fysioterapian soveltuvan fyysisen suorituskyvyn harjoittamisessa erityisesti kävelyharjoitteluun, johon voidaan yhdistää toiminnallista harjoittelua ja muuta liikettä sisältävää harjoittelua. Haastateltavat toteuttivat koira-avusteisessa fysioterapiassa kävelyharjoittelua eri ympäristöissä, kuten kotona, laitoksessa ja ulkona. Kävelyharjoittelua toteutettiin terapiakoiran kanssa yhdistäen kävelyyn esimerkiksi terapiakoiran taluttaminen. Yksi haastateltavista kertoi myös piiloleikin leikkimisestä terapiakoiran kanssa. Ulkona tapahtuvassa leikissä asiakkaan piiloon meneminen voi olla yhtenä liikumisen harjoituksena.

*“Sitten esimerkiksi kenellä on yläraajoissa jotain halvauksia sun muuta niin siten ulkona, että he taluttaa vuorotellen terveellä kädellä ja vuorotellen halvaantuneella kädellä. Sitten esimerkiksi mä käytän siinä kohdin rullatalutinta koiran kanssa. Joko se on rennosti, jos halutaan vaan aktivoida hienomotoriikkaa tai jos halutaan voimaa niin sit se laitetaan lyhkäsemmäks. Annan koiralle käskyn millä se vetää jolloin ihminen joutuu käsivoimilla tekemään vastaan. Se on niinku se taluttamisen idea.”*

*“Kävelyharjoittelussa koira menee vieressä, jos ihminen tekee kävely harjoittelua ilman apuvälinettä. Apuvälineen kanssa esimerkiksi rollaattorin kanssa koira menee vieressä. Tai sitten koira peruuttaa rollaattorin edessä.”*

*“Joitakin kertoja on käyttänyt ulkona niin, että on tehty semmosta piiloleikkiä, että asiakas menee piiloon ja koira hakee sitten hänet piilosta...”*

Kävelyn ja liikkumisen harjoitteita toteutettiin koira-avusteisessa fysioterapiassa haastateltavien mukaan myös erilaisten terapiavälineiden avulla, joista haastateltavat olivat rakentaneet muun muassa esteradan. Haastattelujen mukaan on yleistä, että terapiakoira toimii esimerkkinä ja menee ensin haluttua reittiä ja esteistä, jonka jälkeen asiakas seuraa koira.

*“Mut että periaatteessa voi kaikkia tasoille nousemisia niin, että koira menee edellä ja sinä kiipeet perässä”*

*“Sitten on ollut tunnelista menemistä, että ensin koira menee ja sitten asiakas menee tunnelista.”*

Haastateltavat kertovat koira-avusteisen fysioterapian olevan muun muassa asennon, tasapainon ja tahdonalaisten liikkeiden hallintaa parantavaa harjoittelua. Fyysisen suorituskyvyn harjoittaminen koostui haastateltavien mukaan toiminnallisesta harjoittelusta eri alkuasunnoissa ja välineiden tai tehtävien avulla suoritetuista harjoitteista. Koira-avusteisessa fysioterapiassa perinteisiin tasapainoharjoituksiin yhdistetään esimerkiksi koiran namin kuljettaminen ja asettaminen tietylle paikalle. Harjoituksen lopuksi terapiakoira saa käydä syömässä asiakkaan kuljettaman namin ja tämä tekee harjoituksesta motivoivan ja merkityksellisen myös asiakkaalle.

*“Jos ajatellaan tasapainoharjoittelua, voidaan aloittaa istuen ja edetä seisoma-asentoon, dynaamista ja staattista seisomatasapainoa harjoitellaan erilaisten tehtävien avulla. Se voi olla pallon kanssa, herkkujen antamista lattialle, esineen noutamista ja sen ottamista vastaan, joka vaatii tietysti koiran kouluttamista.”*

*“Tasaharjoituksia niin, että laita vasemmalla kädellä herkku keltaiselle alustalle, joko istuen tai seisten. Monesti vielä haastan niitä että käytän tasapainotyynyä pyllyn alla jos tehdään istuen harjoituksia. Se on kauhean hauska kun ne kattoo kun koira käy syömässä ne herkut jotka on laitettu sinne lattialle.”*

*“Käyvät asettamassa koiran namin siihen keilan päälle. Siinä tulee liikkumisen harjoittelua, kävelyä, tasapainoa, eteenpäin kumarrusta, kyykistymistä eli tosi monipuolisesti arjessa tarvittavaa treeniä, jota ei muuten tulisi tehtyä. Silmä-käsi koordinaatiotakin tarvitaan, kun laitetaan nappuloita sinne keilojen päälle.”*

*“Sitten ketteryyttä jos rollaattorilla liikkuu, niin pujottelee keilojen välissä. Siihen saa yhdistettyä kognitioharjoituksen, kun katotaan että montako keilaa siellä on. Sitten koira käy syömässä keilojen päältä ne namut, niin sitten lasketaan että montako keilaa on kaatunut, montako jäi pystyyn. - - Sitten ketteryyttä jos rollaattorilla liikkuu, niin pujottelee keilojen välissä. Siihen saa yhdistettyä kognitioharjoituksen, kun katotaan että montako keilaa siellä on.”*

Haastatteluista kävi ilmi, että terapiakoiran hoitamiseen liittyviä toimintoja hyödynnettiin fysioterapiassa. Haastateltavat kertoivat, että kynsien leikkaaminen, tassujen rasvaaminen, turkin harjaaminen ja valjaiden pukeminen koiralle toimivat fysioterapian harjoitteina, kun kuntoutuksen tavoitteena on yläraajan aktivointi ja kaksikäätinen toiminta. Haastateltavien mukaan esimerkiksi koiran namipurkin käsittely harjoittaa käsien otteita ja toimii näin osana yläraajan harjoitusta.

*“Jos kuntoutujan kohdalla on esimerkiksi kaksikäätinen toiminta tai sanotaan yläraajan aktivointi. Niin voi käyttää koira esimerkiksi, että aktivoidaan yläraajaa niin että kuntoutuja esimerkiksi silittää koira... - - Esimerkiksi koiran silittäminen, harjaaminen, korvien putsaaminen tai tassujen rasvaaminen. - - Voidaan esimerkiksi pilkkoa herkkuja, avata purkkeja niin että tulee kaksikäätistä toimintaa. Purkkien kansien avaamista, purkeista herkkujen ottamista ja pallotehtävien tekemistä ja mitä vaan.”*

*“Ihan niinku tämmösiä aistijuttujakin, että ihan vaan silittely tai pilkottu, tehty käsillä harjoitteita että pilkottu nameja koiralle.”*

“Taikka jos ajatellaan tämmöstä turkinhoitoa, kaikenlaista koiran hoitamista, miten hyvää kaksikäätistä harjoittelua siinä sais.”

“Jos ajatellaan aktivointia voidaan tehdä niin, että toinen yläraaja ei ole aktiivinen. Se laitetaan koiran alle ja koira makaa sen käden päällä. Sitten sillä huonommalla kädellä esimerkiksi silittelään koira.

*“... murtuma asiakas jonka kanssa harjoiteltiin sitä käden käyttöä. Kun hän oli oikeakätinen ja oikea käsi oli murtunut, niin sitten sitä oikean käden käyttöä... Erilaisia otteita ja irrottamista tämmöstä.”*

Haasteltavien mukaan koira-avusteisessa fysioterapiassa yläraajan liikkuvuuden, voiman ja hallinnan harjoitteina suosittiin terapiakoiran kanssa tapahtuvaa esineen heittoa ja noutoa. Asiakkaan harjoitteena on tällöin heittää koiralle esine, jonka koira noutaa. Harjoitetta voidaan jatkaa vielä noudetun esineen vetämisenä, jossa terapiakoira vetää käskystä asiakkaan kädessä olevaa esinettä. Haastateltavat kertoivat yhdistävänsä harjoitukseen myös eri asentoja, toimintoja ja esineen heittämistä tiettyyn kohteeseen. Näin heittoharjoitukseen yhdistyy myös asennonhallinnan, tasapainon, puristusvoiman, liikkuvuuden ja silmä-käsikoordinaation harjoittaminen.

*“Ja jos mietitään yläraajojen liikkuvuudet, heitot, vetäminen. Taas että koira tuo leluja ja sitä vedetään.”*

*“Niin sit me voidaan tehdä kurottelu ja mihin sisältyy esimerkiksi joku heitto. Tavallaan se koira palauttaa sitä heitettävää esinettä.”*

*“keskivartalo harjoitukset hallinnassa, että ihminen istuu ja kurottaa. Mulla on koiralle käsky että käteen tai sitten maahan lelu. Se että maahan lelu, niin sitten ihminen kurottaa ottaa sitä jaloistansa sen lelun... kaikenlaista.”*

*“Esimerkiksi pallonheitto tai namin heitto on tosi hyvä harjoite - - Heittäminen ois tosi hyvä yläraajan ja silmä-käsikoordinaation ja tasapainon harjoituksena.”*

*“Sellaiset ylärajojen liikkuvuuteen esimerkiksi, että ihminen joutuu avaamaan kämmenen ja koira koskettaa kuonolla ja mä ohjaan siinä. Kuonon kosketusta, että sillä saadaan esimerkiksi sitä halvaantunutta kättä. Minä sanon että sinun pitää avata se kämmen kunnolla että koira saa koskettua kuonolla ja sitten siirrellään, että saadaan se liikkuvuusharjoitus tehtyä sillä, että ihminen laittaa sitä kättä eri korkeuksille, eri pituuksille. Saadaan siinä automaattisesti tehtyä.”*

Haastatteluissa tuli esille terapiakoiran toiminnan motivoivan asiakkaita harjoituksen suorittamiseen. Harjoitteet olivat sovellettu perinteisestä fysioterapiasta koira-avusteisesti toteutettaviksi. Näin ollen harjoitteet ovat hyvin samanlaisia, mutta terapiakoiran osallistaminen oli merkittävä tekijä harjoitteeseen motivoitumiseksi ja sen suorittamiseksi, sekä vaikutti myönteisesti ilmapiiriin. Konkreettisenä esimerkkinä terapiakoira voi toiminnallaan olla osallisena tehtävänannossa asiakkaille. Terapiakoira voi esimerkiksi pyörittää noppaa, jossa on erilaisia tehtäviä asiakkaalle. Tehtävät voivat olla sananlaskuja, loruja, koiran namin kuljettaminen ja asettaminen tehtävän mukaiseen paikkaan tai alustalle, josta koira käy sen syömässä.

*“Se nopan pyöritys on tosi hyvä. Koira tykkää siitä ja osaa tehdä sen mielellään. - -Mulla on semmonen noppa jossa on muovitaskut, mihin pystyy vaihtamaan kuvia liikkeistä tai vaikka numerot tai ihan mitä tahansa. ... Sitten me on kehitelty peli, että siinä numeroilla arvotaan tehtävä ja se voi olla vaikka sananlaskuja tai jotakin aivojumppa liikkeitä tai vastakohtia tai tämmösiä. Siihen käytetään sitä noppaa...”*

Terapiakoiraa voidaan ohjata vaihtoehtoisin kommunikaatiotavoin. Ohjaus voi tapahtua verbaalisesti tuottamalla puhetta ja manuaalisesti kuten elein. Näin ollen fysioterapiaa voidaan täydentää kommunikaatioharjoituksin ja mahdollistaa koira-avusteisen fysioterapian toteuttaminen esimerkiksi viittomakielellä, kunhan terapiakoiralle on koulutettu tarvittavien viittomakielisten ilmaisujen tai eleiden merkitys. Samoin terapiakoiran ohjaaminen verbaalisesti motivoi asiakasta puheentuoton harjoituksiin.

*“Osastolla oli yksi psyykepotilas joka kimitti. Oli yritetty vaikka mitä, että oltaisi saatu hänet käyttään keuhkoja. Oli tehty hengitysharjoituksia sun muuta ja sit kun mä otin koiran ja sanoin et “kuule ei toi koira tuollaista ääntä tottele,*

*et sun pitää käyttää enemmän sitä volyymia”. Sit hän rupesi puhumaan ihan normaalisti ja käskyttää koiraan ihan normaalilla äänellä ja sillai saatiin hänelle se hengitys paremmin.”*

*“Sitten on vähän yritetty yhden tytön kanssa viittomilla opettaa käsimerkeillä koiralle sitä, että meneekö se istumaan, maahan vai seisooko se.”*

Haastattelujen perusteella koira-avusteisessa fysioterapiassa hyödynnetään terapiakoiran fyysisiä ominaisuuksia. Terapiakoiran turkkia silittämällä on mahdollista aistia sekä tunto- että lämpöärsyke. Eräs haastateltava kertoi terapiakoiran ruumiinlämmön ja -painon toimivan termisen hoidon tavoin spastisen raajan rentouttamiseksi.

*“Sitten joku yläraaja jos on hypertoninen se yläraaja niin sehän rentoutuu nopeammin kun sitä koira käsitellään tai kun se käsi on siellä koiran alla että se paino ja lämpö vaikuttaa siihen niin se tapahtuu niinkuin nopeammin kuin ehkä sitten meillä tämmösillä perinteisemmillä fysioterapia keinoilla miten me käsitellään yläraajaa.”*

Haastateltavien mukaan koira-avusteisen fysioterapian kolmella osapuolella, asiakkaalla, terapiakoiralla ja fysioterapeutilla, on kaikilla oma roolinsa terapiatilanteessa. Haastateltavat kertovat asiakkaiden huomion kiinnittyvän harjoitusten aikana koiraan, jolloin fysioterapeutti voi keskittyä huomioimaan esimerkiksi asiakkaan asentoa. Haastateltavien mukaan terapiakoiran ja asiakkaan välisen vuorovaikutuksen ja toiminnan ollessa sujuvaa ja luonnollista, voi fysioterapeutti antaa asiakkaan ja terapiakoiran toiminnalle tilaa. Fysioterapeutti voi tällöin toimia sivussa ohjaamassa ja neuvomassa sekä varmistamassa tilanteen turvallisuus.

*“Niin se [koira] tavallaan on niinkun vähän apukädet mulle. - - Se [koira] hoitaa sen tehtävän siinä edessä ja minä pidän huolta asiakkaan asennosta taikka turvallisuudesta ja se toiminta on tavallaan niin kuin koiran kanssa ja minä voin keskittyä johonkin, vaikka tiettyyn asennon ylläpitämiseen tai tarvittaessa koppaamaan kiinni, jos asento karkaa. Se on varmaan se mikä on mun mielestä minun itsenikin kannalta paras juttu.”*

*“Siinä vaiheessa, kun asiakkaan ja koiran suhde toimii hyvin, niin mä yritän olla siellä takana vaan kuiskaajana. Elikkä mä en hirveesti silloin puutu siihen kun se*

*juttu toimii hyvin. Esimerkiksi, että koira tuo jonkun lelun ja sit mä vaan sanon asiakkaalle, että heitä korkeammalle tai pidä kättä ylempänä. Mä oon siinä vierellä ja sivussa ohjeistamassa sekä koiraa että asiakasta, mutta yritän olla häiritsemättä sitä heidän välistä kontaktia siinä tilanteessa.”*

### 6.3 Koira-avusteisen fysioterapian vaikutus asiakkaan sosiaaliseen toimintaan

Haastateltavat kertoivat havainneensa terapiakoiralla olevan positiivinen vaikutus asiakkaisiin. Terapiakoiran kerrotaan toimivan keskustelun avaajana ja ”jään rikkोजना” asiakkaan ja fysioterapeutin välillä tai ryhmäfysioterapiassa. Terapiakoira saa asiakkaat ilahtumaan ja heidän mielialansa kohoamaan. Haastateltavat ovat havainneet nämä vaikutukset esimerkiksi asiakkaan hymyilemisen lisääntymisenä ja muina eleinä, joilla asiakas ilmaisee pitävänsä terapiakoiran läsnäolosta.

*“Se [koira] saa heissä [asiakkaissa] sen positiivisen mielialan heti esille. He ilahduttavat kovasti siitä koiran läsnäolosta.”*

*“Kun ihminen tai kuntoutuja tapaa sen koiran, se on jotenkin saanut äärimmäisen positiivinen ja välitön tunnelma siinä. Ihmiset tietysti hymyilee ja vaikka eivät puhu niin ja yrittävät jollain tavalla ilmentää jollain ääniteellä, että tosi kivaa kun saa olla koiran kanssa. Pääsääntöisesti on siis hyvin positiivinen.”*

*“Hänestä, esimerkiksi hän valitti sitä että täällä on tylsää, niin kyllä selkeästi hän oli äärettömän iloinen sitten kun mä ensimmäisellä kerralla kysyin, että kokeillaanko koiraa että mulla on autossa odottamassa. Kyllähän ne niinku sitten ne hoitajatkin sano, että miten se saat tai että miten voi olla että toi nauraa toi ihminen [asiakas]. Kyllähän se ilahduttaa heitä todella paljon se koiran läsnäolo.”*

Haastateltavat ovat kokeneet terapiakoiran lisäävän positiivista ilmapiiriä sekä ryhmä- että yksilöfysioterapiassa. Terapiakoiran läsnäolo näkyy ryhmässä vuorovaikutuksen lisääntymisenä ja haastateltavien havaintojen mukaan asiakkaat ovat sosiaalisempia ja innostuneempia verrattuna perinteisesti toteutettavaan ryhmäfysioterapiaan. Haastateltavien mukaan asiakkaat myös kertovat koira-avusteisen fysioterapian tapahtumista ja kokemuksistaan muille henkilöille. Näin sosiaalinen vuorovaikutus jatkuu fysioterapian jälkeenkin.

*”Huomaa kun vertaa tavallisiin jumpparyhmiin, niin kun koira on läsnä niin asiakkaat nauravat ja juttelevat keskenään paljon enemmän. He ovat motivoituneempia ja innostuneempia toimintaan. Ei tarvitse erikseen patistella, niin kuin yleensä, kun koira ei ole siinä mukana.”*

*”Jos ollaan jumppasalissa ja mennään takaisin osastolle, niin sitten asiakkaat kertovat että missä he ovat olleet ja mitä on tapahtunut. Sosiaalinen kanssakäyminen jatkuu vielä jumpan jälkeenkin.”*

Haastateltavat ovat havainneet, että koirasta jää asiakkaalle vahva muistijälki, vaikka asiakkaalla olisikin muistisairaus ja hänellä olisi mitattu MMSE-testistöllä matalat muistipisteet. Useassa haastattelussa nousi esille, että muistisairaat asiakkaat muistavat koiran nimen, vaikka fysioterapeutin nimi unohtuukin.

*”Periaatteessa hänen [asiakkaan] muistipisteillä minun mielestäni ei pitäisi olla mahdollista, että muistaa sitä että mulla on koira. Se on jotenkin tosi jännä miten se vaikuttaa. Sitten aina kun hän näkee koiran hän rupeaa kertomaan että hänellä on ollut koira. Ja muistelemaan että minkälainen koira se oli. Ei osaa kertoa että minkälaisia koiria tai minkä nimisiä koiria on ollu mutta muistaa että niitä koiria on ollu ja ne koirat on ollu selvästi hänelle tärkeitä.”*

*”Mulla on ollu niin paljon muistisairaita. He muistavat koirani nimen mutta eivät mun nimeä.”*

Haastateltavat kertovat terapiakoiran lisäävän asiakkaiden positiivisia kokemuksia fysioterapiasta ja koira-avusteinen fysioterapia koetaankin mielekkäänä ja merkityksellisenä. Omien koirien muisteleminen on asiakkaalle tärkeää, vaikka se voi herättää asiakkaassa myös surun tuntemuksia. Haastateltavat kertovat kuitenkin myös ihmisten rauhoittuvat koiraa silitellessä. Haastateltavat kokivat, että terapiakoiran läsnä ollessa asiakkaiden omien tuntemuksien esille tuominen on helpompaa kuin ilman terapiakoiraa.

*”Asiakkaiden mielestä on tosi ihanaa, kun koiria on läsnä ja tosi monella itellä ollu koiria. Se tuo muistoja mieleen omista koirista ja omasta menneisyydestä. Moni on sanonut, että on tosi tärkeä juttu ja merkityksellinen asia, kun saa touhuta koiran kanssa.”*

*”Se [koira] vie ajatukset pois omasta vammautumisesta. Toisaalta koiran läsnä ollessa voidaan vammautumiseen liittyvää pahaa oloa purkaa, vaikka se onkin enemmän psykologin asia, mutta tulee siinä koiraa silitettäessä et ihmiset jollain tavalla rauhoittuu. Heidän on helppo puhua niistä omista tuntemuksistaan. - - Toisaalta siinä saattaa myös tulla ne tunteet esille. Siinä tulee myös surun tuntemuksia omasta koirasta, jos on vaikka koira kuollut niin siinä voidaan sitten välillä itkeäkin vähän.”*

#### 6.4 Koira-avusteisen fysioterapian vaikutus asiakkaan psyykkiseen toimintaan

Haastateltavat kokivat asiakkaiden minäpystyvyyden lisääntyvän koira-avusteisessa fysioterapiassa. Tämä näkyy asiakkaiden uskalluksena tehdä heistä pelotavaltakin tuntuvia harjoitteita koira-avusteisesti. Koiran viedessä asiakkaan huomion itse suorituksesta, pelottavalta tuntuva harjoitus suoritetaan sujuvasti. Haastateltavien mukaan asiakkaat ikään kuin unohtavat pelkonsa ja suorittavat harjoitteen, jonka ovat aikaisemmin kokeneet liian haastavana.

*”Muutenki et ne tekee harjoitteita monesti, mitä ne ajattelee et ne ei pysty tekemään. Kun siinä on se koira, niin ne tekee sen harjoitteen ettei he huomaakaan että kyykistyy lattiaa kohti ja laittaa namin keilan päälle. Normaalisti olisivat sitä mieltä, että he eivät voi kurottaa sinne lattiaa kohti ilman että kaatuu nenälleen.”*

*”He esimerkiksi ovat siinä suorituksessa taitojensa ääri rajoilla ja uskaltavat paremmin, koska se huomio menee koiraan. - - Kaikki tämmöset seisten tehtävät harjoitukset, niin he jotenkin uskaltavat tällaisten omien taitojensa ääri rajoilla toimia helpommin ja se menee jotenkin sujuvammin kun koira on siinä ja ottaa tavallaan sen huomion.”*

*”Sehän on tietysti kaiken kaikkiaan sellainen positiivinen asia, vaikka sitä tehdään haastaviakin juttuja. Koiran välityksellä siitä ei tule sellaista, että tossa toi fysioterapeutti nyt on ja se vaatii multa kauheesti jotain. Jollain tavalla se koira pehmentää tätä asiaa sitten.”*

Eräs haastateltavista oli havainnut muistisairaana asiakkaan käyttäytymisen muuttuvan koira-avusteisessa fysioterapiassa. Haastateltavan havainnon mukaan asiakkaan käyttäytymisessä ei ole esiintynyt aggressiivisuutta terapiakoiraan kohtaan, vaikka asiakkaalla on muuten ollut aggressiivista käyttäytymistä hoitotilanteissa.

*“Vaikka he ovat aggressiivisia ja väkivaltaisia hoitajille hoitotilanteissa, niin mulla ei oo kertaakaan, kun koira on ollut mukana, niin asiakas ois käyttäytynyt koiraan kohtaan aggressiivisesti. Se on hyvin mielenkiintoinen, että se koira ja sen koiran läsnäolo aiheuttaa aggressiivisissa muistisairaissa ihmisissä myös sitä, että he eivät käyttäydy niin kuin he ehkä sitten muuten käyttäytyvät.”*

Pitkäaikaiskuntoutujien fysioterapian sisältöön luodaan vaihtelua koira-avusteisella fysioterapialla. Haastateltavat havaitsivat tämän toimivaksi menetelmäksi ylläpitää asiakkaiden motivaatiota kuntoutukseen.

*“Pääsääntöisesti mun mielestä sillä koiralla on semmonen positiivinen vaikutus siihen tilanteeseen ja se tuo pitkiin terapia suhteisiin aina uutta, kun siinä on tämän uusi elementti”*

*“Ne [yksittäinen terapia] on enempi semmosiakin piristysruiskeita, että lapset ja asiakkaat, jotka pyörii tässä terapiassa vuodesta toiseen niin sit siitä tulee vähän niin kuin ehkä sitä semmosta leipiintymisen ennaltaehkäisyä myöskin. Että aina vähän tulee jotakin uutta siihen perusarjen harjoitteisiin.”*

## 6.5 Ympäristön vaikutus koira-avusteisen fysioterapian toteuttamiseen

### 6.5.1 Fyysisten ympäristötekijöiden vaikutus

Haastatteluissa tulee esille käytettävissä olevien ympäristöjen ja tilojen hyödyntäminen. Haastateltavien mukaan hyödynnettävinä tiloina pidetään rauhallisia ja isoja tiloja, kuten auloja ja käytäviä. Yleisiä tiloja, joihin koiran kanssa ei yleensä saa mennä ovat ruokala, keittiö, uimahalli ja saunatilat. Asiakkaan huoneeseen mentäessä on oltava siihen asiakkaan lupa.

*“Niinku työympäristöstä riippuen että missä saa koiran kanssa liikkua. Meillä täällä on tosi hyvät oltavat siinä mielessä, että koiran kanssa yhteisissä tiloissa*

*saa liikkua tosi vapaasti. Ei oo mitään muuta kun keittiöt semmoset että sinne ei koiran kanssa saa mennä. Sitten asiakkaiden huoneet. Jos asiakas sanoo että hän ei halua että koira tulee huoneeseen ei tietenkään sitten.”*

*“Ainut minne en ole saanut mennä on tietysti toi ruokala ja tämmöiset tilat. Siellä on muutamia tämmöset tilat, eikä tietenkään uimahalliin, saunatiloihin eikä tämmösiin.”*

*“Toisaalta myös hyödynnetään käytäviä ja sisääntuloaulaa ja tämmöstä. - - Se on tietysti semmonen rauhallinen ympäristö. Siinä pystyy keskittymään aika hyvin niihin tehtäviin ja se on koiralle helpompi tilanne tietysti kun siinä ei ole niitä ylimääräisiä ärsykeitä ja muita. - - Riittävän tilava, ei saa olla mikään pikku koppi. Tietysti sitten voi erilaisia käytäviä... Mä oon joutunut kaikkia käytäviä hyväksikäyttämään ja muitakin tiloja siinä talossa.”*

Haastateltavat hyödyntävät koira-avusteisen fysioterapian toteutuksessa myös kävelyteitä ja lähimetsiä ulkoiluun. Aidattu ulkoalue koettiin myönteiseksi ympäristötekijäksi, koska se sallii vapaan ja turvallisen liikkumisen piha-alueella.

*”Hyvien kelien aikana ollaan tosi paljon ulkona. Se on koirankin kanssa todella ihana ympäristö olla ulkona. Mahdollistaa koiran kanssa kaikkea kun se on aidattu. Siinä pystyy vapaammin olla niin asiakas kuin koirakin. Ellei sinne tuu sitten vieraita. Ollaan myös sitten käyty myöskin sisäpihan ulkopuolella. Esimerkiksi kesällä tehtiin sitten kävelyretkiä lähimetsiin ja pyörätiellä käytiin kävelemässä päiväkävelyllä.”*

Haastateltavat kiinnittivät huomioita sisätilojen turvallisuuteen. Koira-avusteisen fysioterapian toteuttamiseksi iso, erillinen ja lukittava tila koettiin turvalliseksi ympäristöksi. Lukittava tila mahdollistaa terapiakoiran irti pitämisen ilman karkaamisen pelkoa. Sen sijaan yleisissä tiloissa terapiakoira pidetään kytkettynä.

*”Että kyllähän siinä semmoset turvallisuusseikat on kaikista tärkeimmät mitkä pitää huomioida että kenellekään ei satu mitään siinä terapiatilanteessa.”*

*“Liikuntasali on sitten siitä hyvä että se on erillinen tila ja sieltä saa ovet vaikka lukkoon. - - Esimerkiksi siellä osastojen päiväsaleissa en pidä koira irti, ihan sen takia että taataan kaikkien turvallisuus. Meillä ovet on lukoissa osastoilla, mutta*

*sitten kun siellä ihmisiä kulkee niin ovi aukeaa ja näin pois päin. Oon nähnyt sitten parhaimmaksi, että sieltä ei koira pääse vaikka livahtamaan mihinkään tai muuta, niin se on sitten kiinni siellä osastojen päiväsaaleissa.”*

Haastateltavien kertoman mukaan koira-avusteista fysioterapiaa toteuttaessa ympäristön hygieenisuus ja puhdistettavat pinnat koettiin myönteisiksi ominaisuuksiksi. Terapiakoiran kannalta lattian ei myöskään tulisi olla liukas. Haastateltavat mainitsivat myös hoitopöydän koon huomioimisen, jotta siinä on riittävästi tilaa asiakkaalle ja mahdollisesti myös terapiakoiralle.

*“[Kotikäynnillä] Liukkaat lattiat on ilman muuta koiran kannalta [rajoittava tekijä] ja lääkkeet lattialla tai liian alhaalla. Tietenkin hygienia. Että onko esimerkiksi vessan ovet auki ja miten siellä on muuten tehty asiat. Että ne on semmosia tosi huomioitavia juttuja.”*

*“Mutta tietysti niinku siisteyden kannalta helposti siivottavia pintoja ja tietysti aina parempi... - - Eihän välineitäkään ihan älyttömästi tartte olla, mutta semmoisia että kaikki on helposti puhdistettavaa.”*

*“Mun työssä ainakin ollu erittäin tärkeä semmonen plintti, jonka korkeutta voi säädellä... erilaisia jakkaroita, erilaisia välineitä. Mulla on niin vaikeasti vammautuneita noi kuntoutujat pääosin ollu, että se on ollut tosi tärkeä että on ollu semmonen vähän leveämpi plintti jonka korkeutta voi säätää. Se on antanut aika paljon sitten mahdollisuuksia tehdä niitä harjoitteita ja se on koiralle sitten turvallista, että se on vähän leveämpi se alusta. Sitten erilaisia mattoja lattialla ja muuta.”*

Haastateltavien kokemusten mukaan rauhallinen työympäristö edesauttaa kaikkien osapuolien keskittymistä fysioterapiaan. Kotikäynnit koettiin rauhallisemmaksi paikaksi toteuttaa kuin osastot, sillä osastolla on enemmän ihmisiä ja se on ärsykeellisempi ympäristö.

*”Osastolla koko ajan tapahtuu jotakin, kun porukkaa kulkee niin siellä se on vähän hektistä menoa siellä. Sekä asiakkaiden keskittyminen että jos koiran kanssa ajattelisi jotain tehdä, niin siinä sitten koiran ja omakin keskittyminen on vaikeampaa. Sen takia pyritään siihen, että olis semmonen rauhallisempi tila, missä voisi pitää noita tuokioita”*

*“Tietenkin kotonahan se [ympäristö] on rauhallisempi. Se on myöskin osasto työskentelyssä hyvin keskittynyt siihen asiakkaaseen, mut onhan se [koti] rauhallisempi. Kukaan ei tuu esimerkiksi keskeyttää sitä terapiaa niinku ei edes ulkona. - - Ehkä rauhallisempi paikka koti on tehdä verrattuna osastoon.”*

Fysioterapeutilta vaaditaan jatkuvaa tilanteen havainnointia ja tilannetajua. Haastateltavat kokivat kotikäyntien haasteena olevan tilanteiden ennakoimattomuuden, etenkin hygienian ja turvallisuuden kannalta. Vaaratekijänä koiralle voivat olla lattialla olevat lääkkeet. Lisäksi terapiakoira voi pudottaa matalalla tasolla olevia tavaroita. Kotiympäristössä on myös huomioitava asiakkaan luona olevat muut henkilöt, kuten puoliso tai kotipalvelun työntekijät.

*“Sinänsähän ne [kotikäynnit on aika haasteellisia koiran kanssa, koska et tiedä mitä siellä odottaa kun menet.”*

*“Että et tiedä onko lääkkeitä lattialla sun muuta.”*

*“Tai myöskään niin, että jos on paljon kaikkia arvoesineitä jossakin matalilla tasoilla et ei aiheuta mitään rikkoutumisia. - - Välttää sit näitä riskitilanteita et jotain menis rikki...”*

#### 6.5.2 Sosiaalisten ympäristötekijöiden vaikutus

Koira-avusteisen fysioterapian toteuttamiseen vaikuttavista sosiaalisista ympäristötekijöistä tuotiin haastatteluissa ilmi työympäristössä olevien ihmisten suhtautuminen terapiakoiraan. Kaikki haastateltavat kokivat suhtautumisen olevan enimmäkseen positiivista ja terapiakoiran koettiin piristävän työyhteisön ilmapiiriä. Haastatteluista ilmeni, että terapiakoiran ymmärretään olevan terapiakoira ja sitä kunnioitetaan niin, etteivät ihmiset keskeytä tai häiritse fysioterapian toteuttamista.

*“Kyllä sen huomaa niinä päivinä, kun koira on mukana koko porukassa sen että: “aa koira on tullu” ja “onpa ihanaa”. Se piristää ilmapiiriä jo entisestään. - - Koira pistää hymyilyttämään ja tuo semmoista erilaista keskustelua myös mukaan. “*

*“Että tosi hienosti ihmiset tajuu vaikka mulla ei oo mitään vaatetta missä lukee et mä oon fysioterapeutti eikä koiralla oo mitään työliiviä ja sun muuta. Niin silti mun mielestä ihmiset kunnioittaa ja ymmärtää...”*

Sosiaalisten ympäristötekijöiden haasteina haastatteluissa mainittiin maahanmuuttajataustaisten työntekijöiden kielteinen suhtautuminen koiriin ja koirapelko. Tämä tuotti haasteita koira-avusteisen fysioterapian toteuttamiseksi aikataulujen sovittamisen takia.

*“Mutta haasteellisinta siinä oli muut työntekijät, elikkä kun on paljon maahanmuuttaja työntekijöitä niin he pelkäävät koiria. - - Mutta eniten haasteena oli katsoa työvuorolistasta, ettei töissä ollut sellaista hoitajaa, joka pelkää koiria. He sanoivat yleensä että ovat allergisia koirille, mutta luulen että se oli sitä koirapelkoa. - - Pääasiassa 97 prosenttisesti se oli positiivista kaikkien osalta, mutta sitten tämä pieni osa lähinnä nämä maahanmuuttajatyöntekijät... - - islaminuskoiset eivät oikein koirista pidä.”*

Haastateltavien mukaan koira-allergia ei aiheuta juurikaan haasteita, mutta se täytyy silti huomioida ympäristössä. Haastateltavat kertoivat, että allergiset henkilöt huomioidaan ilmoittamalla yleisesti, että tilassa on koira.

*“ Sit tietysti myöskin jos on voimakkaasti allergisoituvia asiakkaita, niin tavallaan täytyy olla ilmoitettuna, että tiloissa on koira. Et sit sellainen henkilö, joka on hyvin allerginen niin tiedostaa sen, että kun hän saapuu tilaan niin siellä on ollut koira.”*

## 7 POHDINTA

### 7.1 Pohdinta tuloksista ja johtopäätökset

Opinnäytetyön johtopäätöksenä on, että koira-avusteista fysioterapiaa toteuttavat fysioterapeutit kokevat koiran motivoivan asiakasta kuntoutukseen. Koira-avusteisella fysioterapialla on ollut haastateltavien kokemusten perusteella myönteisiä vaikutuksia asiakkaiden toimintakykyyn kokonaisvaltaisesti. Olenaista ovat myös fysioterapeuttien kokemukset monipuolisista mahdollisuuksista toteuttaa koira-avusteista fysioterapiaa. Harjoitteiden sovellettavuus eri asiakasryhmille mahdollistaa yksilöllisen ja asiakaslähtöisen fysioterapian. Haastateltavien mukaan yleinen suhtautuminen koira-avusteiseen fysioterapiaan koetaan myönteiseksi ja sen ajatellaan olevan ammattimaista.

Yläluokkia tarkastellessa aineistosta nousi esille asiakkaan kannalta tarkasteltuna toimintakykyä kuvaavat ulottuvuudet eli fyysinen, psyykinen, sosiaalinen ja toimintakyky. Koira-avusteiseen fysioterapiaan voidaan sisällyttää kaikkien näiden ulottuvuuksien menetelmiä monialaisen fysioterapian toteuttamiseksi. Näiden lisäksi toimme ilmi ympäristöön liittyviä tekijöitä koira-avusteisen fysioterapian toteutuksessa sujuvan, turvallisen ja tehokkaan terapian toteuttamiseksi. Luokkia yhdistävänä tekijänä on fysioterapeutin tilannetaju ja ammattitaito arvioida sekä ympäristöä että asiakkaan toimintaa terapiakoiran kanssa.

Haastatteluissa oli kolme teemaa, koira-avusteinen fysioterapia, asiakastilanteet ja ympäristö, jotka muodostivat yhdessä monialaisen kokonaisuuden koira-avusteisen fysioterapian toteuttamisesta. Haastattelu eteni avoimen haastattelun tyyliin haastateltavan tiedonannon mukaan. Teemahaastattelurunko oli siis joustava ja mahdollisti keskustelunomaisen haastattelun. Kysymyksenasettelumme muokautui haastateltavien mukaan, joka mahdollisti haastattelujen rennon etenemisen. Halusimme, että haastateltavat voisivat kertoa kokemuksistaan omin sanoin heille merkityksellisiin asioihin painottuen. Suuntasimme keskustelun suunnittelemiimme teemoihin, mutta saimme myös laajemman käsityksen ilmiöstä vapaalla keskustelulla. Haastattelun teemat olivat laajoja, joten se mahdollisti myös haastateltavalle vapaamman kerronnan.

## 7.2 Pohdinta opinnäytetyön eettisyydestä

Tutkimuksen tieteellisyys muodostaa tutkimuksen perusetiikan. Tutkimusaineiston tulee olla totuudellista ja tieteellistä. (Mäkinen 2006, 92–93.) Tieteellisyys ja siihen nojautuvat valinnat tutkimusprosessissa luovat pohjan eettiselle lopputulokselle. Tutkimusaiheen valinta, tutkimusmenetelmien valinta sekä tutkimuksen tavoitteet ovat osa tutkimuksen aikana vastaan tulevaa eettistä pohdintaa sekä perusteluja vaativaa työskentelyä. Tutkimuksen aihetta ja tavoitetta tulee pohtia tutkimuksen hyödyn kannalta. (Kananen 2014, 133.) Tutkimustulosten hyödynnettävyys yhteiskunnan kannalta on tavoiteltavaa, vaikkakaan hyödyn tavoittelu ei ole tieteellisissä tutkimuksissa pääasia (Kananen 2008, 133). Opinnäytetyömme aihe valikoitui kiinnostuksenkohteidemme perusteella ja sen toteuttaminen laadullisena tutkimuksena oli perusteltua tavoitteemme huomioon ottaen.

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2012, 6) laatiman ohjeistuksen mukaan hyvä tieteellinen käytäntö pitää sisällään tutkimustyön rehellisyyden, huolellisuuden sekä tarkkuuden koko tutkimustyön ajan. Tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä toteutetaan tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukaisesti ja niitä soveltaen. Lisäksi tutkimuksen suunnittelu ja raportointi sekä aineiston tallennus ja julkaisu tulee tapahtua hyvää tieteellistä käytäntöä noudattaen.

Laadullisen tutkimuksen aineisto sisältää yleensä luottamuksellisia asioita haastateltavista, joten haastatteluaineiston käsittelyyn on pyydettävä aina tutkittavien lupa. Eettisiin periaatteisiin kuuluvat suostumuksen hankinnan lisäksi tutkittavien kunnioittaminen ja anonyymiuden turvaaminen. (Puusa & Juuti 2020, 253.) Tutkimusaineistossa ei tule olla näkyvillä alkuperäisiä nimiä tai muita henkilötietoja, joista haastateltavan voisi tunnistaa (Tietosuojavaltuutetun toimisto 2020). Haastateltavia informoidaan tutkimuksesta ja sen toteutuksesta sekä kerrotaan heidän oikeuksistaan tutkimushaastattelun aikana. Haastateltaville tulee kertoa myös haastattelujen äänittämisestä ja tallenteiden käytöstä. (Mäkinen 2006, 93–94.)

Opinnäytetyömme aihe on valittu henkilökohtaisen kiinnostuksen mukaan ja aiheeseen liittyvän tiedon syventämiseksi. Tutkimus voi lisätä tietoutta aiheesta ja sitä kautta herättää kiinnostusta koira-avusteisesta fysioterapiasta osana muita kuntoutusmenetelmiä. Yhteiskunnallisesta näkökulmasta tutkimustulokset tuke-

vat koira-avusteisen fysioterapian tehokkuutta ja täten voivat johtaa kustannus-tehokkaan terapiamenetelmän löytämiseksi yksilölle. Samoin terapiamenetelmien monipuolistuminen tarjoaa asiakkaille mahdollisuuden valita heidän mieltymyksiään vastaava terapian toteutustapa.

Dokumentointi on toteutettu vaiheittain ja päätelmään johtanut tiedon alkuperä voidaan johtaa aineistoon. Haastateltavien yksityisyydensuoja on turvattu tutkimusaineiston nimeämisenä numeroin ja poistamalla litteroidusta aineistosta haastateltavan henkilöllisyyteen liittyvät seikat, joista haastateltavan voisi tunnistaa. Nauhoitukset ja litteroidut aineistot ovat salassa ulkopuolisilta osapuolilta. Ne tuhotaan asianmukaisesti opinnäytetyön valmistuttua. Tutkimuksen tarkastelu tapahtui objektiivisesti ilman ulkopuolisia sidoksia ja tuloksista mahdollisesti hyötyvää ryhmää. Opinnäytetyömme ei tuottanut rahallista voittoa tai kustannuksia kellekään osapuolista.

### 7.3 Pohdinta opinnäytetyön luotettavuudesta

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arviointiin ei ole olemassa yhtä tiettyä ohjetta tai arviointikriteeristöä. Tutkimuksen luotettavuutta tarkastellaan koko tutkimusprosessin ajan painottaen tutkimuksen sisäistä koherenssia eli johdonmukaisuutta. Tutkijan valinnat ja ratkaisut tutkimuksen toteutuksen suhteen määrittelevät osaltaan työn luotettavuutta. Tutkijan on kyettävä tarkastelemaan tekemiään ratkaisuja tavoitteiden kautta. Luotettavuuden arviointia onkin tehtävä koko tutkimusprosessin ajan. Yleisesti käytettyjä tutkimuksen luotettavuuskriteerejä ovat vahvistettavuus, arvioitavuus, tulkinnan ristiriidattomuus ja saturaatio. Tieteellisen käytännön mukaan kaikissa vaiheissa tulee noudattaa rehellisyyttä, tarkkuutta, huolellisuutta ja selkeää raportointia. (Kananen 2014, 151-153, 245–246; Tuomi & Sarajärvi 2017, 121–122; Vilkkä 2015; Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6.)

Lähteet tukevat tulkintaa käsiteltävästä ilmiöstä. Vahvistettavuutta tutkimukselle saadaan monilähteisyydellä. (Kananen 2014, 151–153.) Pyrimme tähän käyttämällä useita eri lähteitä kappaleiden muodostamisessa. Lähteet tukivat toisiaan, joten ristiriitoja ei lähteiden välillä syntynyt. Toteutimme lähdekriittisyyttä suosimalla tuoreita ja ensisijaisia lähteitä. Koira-avusteisesta fysioterapiasta on vielä

vähän kohdennettua tutkittua tietoa, joten emme rajanneet tutkimuksia tarkoin kriteerein, jotta lähdemateriaali olisi monipuolista. Lähdeaineisto oli pääsääntöisesti englanninkielistä ja sen kääntäminen itse lisää käännösvirheiden riskiä.

Eläinavusteisuuden liittyvän lähdeaineiston luotettavuuteen vaikuttaa heikentävästi useiden käsitteiden käyttäminen (Hautamäki ym. 2018, 11, 17–18). Lähdemateriaaleina käyttämässämme tutkimuksissa eläinavusteinen toiminta ja terapia rinnastetaan usein samaksi. Kaikissa tutkimuksissa ei myöskään ole tarkkaa kuvausta, miten ja kuka eläinavusteista toimintaa on tutkimuksessa toteuttanut. Käytimme laajasti eläinavusteiseen toimintaan ja terapiaan viittaavaa aineistoa, sen sovellettavuuden vuoksi.

Tutkimuksen luotettavuutta lisäävänä tekijänä pidetään arvioitavuutta. Tutkimuksen arvioitavuus kattaa tutkimuksen vaiheiden dokumentoinnin ja tutkimustulosten toistettavuuden toisen tutkijan toimesta. Laadullisessa tutkimuksessa tutkimuksen vaiheita voidaan seurata litteroidun aineiston ja sisällönanalyysin myötä. Ne ovat kuitenkin toteutettu tutkijan subjektiivisen arvion ja tulkinnan mukaisesti, joten toistettavuus on heikompaa kuin määrällisessä tutkimuksessa. (Pitkäranta 2014, 153; Kananen 2014, 153.)

Tutkimustulosten kylläntyminen eli saturaatio tapahtuu, kun tutkittavien vastaukset alkavat toistaa itseään, eikä uutta tietoa tutkimukseen enää tule. Tällöin on saavutettu kylläntymispiste. Saturaatiota pidetään laadullisen tutkimuksen yhtenä luotettavuuden vahvistamisen keinona. (Kananen 2014, 154.) Tutkimuksemme neljän haastateltavan kokemukset olivat monelta osin samankaltaisia, joten koemme haastateltavien määrän olevan riittävä tulosten luotettavuutta tarkastellessa.

Tutkijan tulee suhtautua omaan tutkimuskenttäänsä minimoimalla vaikutuksensa tutkittaviin (Mäkinen 2006, 97). Tämä tarkoittaa, että tutkijan on oltava objektiivinen omista mielipiteistään, toiveistaan tai ennako-oletuksista riippumatta (Haaparanta & Niiniluoto 2016). Haastattelun kysymyksenasettelu ei saa johdatella tai sisältää ristiriitaisia asioita (Mäkinen 2006, 92–93). Tutkijoiden esiyymmärrys, kuten omakohtainen tieto, kokemukset ja historia, voi kuitenkin vaikuttaa myönteisesti esimerkiksi tutkimushaastattelun toteuttamiseen. Ilmiöön perehtynyt tutkija voi huomioida eri näkökulmia lisäten tutkimuksen luotettavuutta ja koherenssia

eli loogista ristiriidattomuutta. (Tuomi & Sarajärvi 2017, 118–119; Puusa & Juuti 2020, 173–174.)

Aineistonkeruumenetelmänä puhelinhaastattelulla saadaan runsas sanallinen aineisto, mutta luotettavuutta heikentävänä tekijänä voidaan pitää ele- ja kehonkielen sekä sanattoman viestinnän puuttuminen (Hirsjärvi & Hurme 2009, 64, 184–185). Valmistauduimme haastatteluihin laatimalla haastattelurungon. Taataksemme haastattelujen sujuvan toteuttamisen ja etenemisen, perehdyimme haastattelurunkoon ennen niiden aloittamista. Varmistimme myös välineistön toimivuuden, jotta aineiston käsittely myöhemmissä vaiheissa olisi mahdollista. Välttääksemme mahdolliset väärinymmärrykset ja lisätäksemme tutkimuksemme luotettavuutta, pyrimme tutkimushaastatteluiden aikana esittämään tarkentavia kysymyksiä ja tiivistämään tarvittaessa haastateltaville heidän vastauksiaan.

#### 7.4 Pohdinta tutkimusprosessista ja jatkotutkimusaiheet

Opinnäytetyöprosessimme alkoi keväällä 2019 opinnäytetyön suunnittelulla. Opinnäytetyön oli meille alusta saakka selvä ja kiinnostus koira-avusteiseen fysioterapiaan oli herännyt jo aiemmin. Ajatus käsitellä aihetta fysioterapeuttien näkökulmasta syntyi huomatessamme, että ainoa fysioterapeuttien kokemuksia käsittelevä opinnäytetyö koira-avusteisesta fysioterapiasta oli toteutettu vuonna 2008. Otimme yhteyttä Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:hyn ja yhdistys alkoi opinnäytetyömme toimeksiantajaksi. Yhteistyö toimeksiantajan kanssa sujui hyvin.

Opinnäytetyön tekeminen jatkui tutkimussuunnitelman työstämisellä kesän 2019 aikana ja syksyllä 2019 palautimme suunnitelman hyväksytyksi. Aloitimme viitekehyksen kirjoittamisen ja tiedonhaun jo keväällä, joten jatkoimme sitä ja suunnittelimme haastattelujen toteutusta. Loppuvuodesta 2019 valmistelimme esihaastattelulomakkeen ja teimme toimeksiantosopimuksen Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:n kanssa. Esihaastattelu toteutettiin Webropol -kyselynä 6.2.-14.2.2020. Tutkimushaastattelut toteutettiin maaliskuun 2020 alussa ja jokaisen haastattelun jälkeen litteroimme haastattelun mahdollisimman pian. Saatuamme jokaisen haastattelun litteroitua aloitimme sisällönanalyysin. Tämän jälkeen jatkoimme vielä kesken jääneen viitekehyksen kirjoittamista. Ajan kanssa toteutettu

kirjallinen osuus mahdollisti pidempien taukojen pitämisen ja työn silmäilyn niin sanotusti uusin silmin. Totesimme kuitenkin, että olisi kannattanut keskittyä sisällönanalyysin tuloksiin heti muiden analyysin vaiheiden jälkeen. Tällöin tulosten analysointi olisi ollut tarkempaa ja koemme, että olisimme voineet raportoida sisällönanalyysin tulokset syvällisemmin.

Tutkimusprosessi oli haastava. Koimme sisällönanalyysin tekemisen työläänä ja ajoittain hitaanakin prosessina. Lisäksi pohdimme tutkimuksen tarkoituksen ja tavoitteen kirjallista muotoa useaan otteeseen, joka kuitenkin selkeni prosessin edetessä. Haastatteluissa huomasimme, että meillä oli jo hyvä tietopohja aiheeseen. Tutkimuskysymysten muodostaminen ohjasi pelkistysten teemoittelua, mutta pohdimme useiden pelkistysten ja luokkien kohdalla niille sopivaa teemaa. Sisällönanalyysin käsitteellistämisvaiheessa koimme, että yläluokkia olisi voinut muodostaa enemmänkin. Pyrimme kuitenkin yhdistelemään niitä mahdollisimman paljon, jotta pääluokkien muodostaminen olisi sujuvaa. Useampaan teemaan muodostimme kaksi pääluokkaa yläluokkien laajuuden vuoksi.

Omat tavoitteemme opinnäytetyön toteuttamisesta täyttyivät. Koimme onnistuneemme erityisesti teemahaastattelurungon muodostamisessa. Se mahdollisti luontevan ja keskustelunomaisen haastattelun. Kysymykset oli muotoiltu haastateltaville ymmärrettäviksi ja vastaukset rajoutuivat niin, että pystyimme teemoittelemaan ne tutkimuskysymysten ohjaamana. Mielestämme onnistuimme kuvaamaan koira-avusteista fysioterapiaa toteuttavien fysioterapeuttien kokemuksia ja tuomaan ilmi oleellista tietoa sellaisistakin aiheista, joista ei suoraan löydy aiempaa tietoa.

Opinnäytetyössämme toimme esille ainoastaan fysioterapeuttien kokemuksia aiheesta. Eräs haastateltava kertoikin toteuttaneensa koira-avusteista fysioterapiaa osana moniammatillista tiimiä. Jatkotutkimusaihe voisi liittyä moniammatillisesti toteutettuun koira-avusteiseen terapiaan. Tällöin esimerkiksi tapaustutkimuksen muodossa olisi mahdollista seurata, millä tavoin henkilö hyötyy eri alojen ammattilaisten toteuttamasta koira-avusteisesta terapiasta. Tutkimushaastateltuja toteuttaessa havaitsimme, että haastateltavilla oli runsaasti myönteisiä kokemuksia terapiakoiran vaikutuksesta asiakkaan psyykkiseen hyvinvointiin. Opin-

näytetyössä käykin ilmi koira-avusteisen fysioterapian tuomat hyödyt toimintakyvyn eri osa-alueilla. Tämän takia olisi perusteltua tutkia kyseisen terapiamenetelmän tuomaa hyötyä moniammatillisesti toteutettuna.

## LÄHTEET

Alasorvari, V. & Hopiavuori, A. 2014. Koira-avusteinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. ”Pieniä rapsutuksia ja hännänheilutuksia. Jyväskylän yliopisto. Varhaiskasvatus. Pro gradu –tutkielma. Viitattu 15.4.2020 <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/43793/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201406182091.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

American Veterinary Medical Association 2020a. Animal-assisted interventions: Guidelines. Viitattu 4.4.2020 <https://www.avma.org/policies/animal-assisted-interventions-guidelines>

Chandler, C.-K. 2011. Animal Assisted Therapy in Counseling. 2. painos. New York / London: Routledge, Taylor & Francis Group. E-kirja. Viitattu 28.2.2020 <https://ebookcentral-proquest-com.ez.lapinamk.fi/lib/ramklibrary-ebooks/reader.action?docID=957928>, Ebook Central verkkokirjahylly

Cirulli, F., Borgi, M.-B., Berry, A., Francia, N. & Alleva, E. 2011. Animal-assisted interventions as innovative tools for mental health. *Ann Ist Super Sanità* Vol. 47. No 4, 341-348. Viitattu 22.3.2020 DOI: 10.4415/ANN\_11\_04\_04

Dancer, A. 2012. Pets in the Classroom: The Difference They Can Make. Fisher Digital Publications 4/2012. Viitattu 4.10.2020 [https://fisherpub.sjfc.edu/cgi/view-content.cgi?article=1253&context=education\\_ETD\\_masters](https://fisherpub.sjfc.edu/cgi/view-content.cgi?article=1253&context=education_ETD_masters)

Debra, M. 2008. The Evaluation of an Animal Assisted Therapy Intervention for Elders with Dementia in Long Term Care. *Activities, Adaptation & Aging* Vol. 30. No 1, 61-77. Viitattu 13.4.2020 DOI: 10.1300/J016v30n01\_04

Elmaci, D.T. & Cevizci, S. 2015. Dog-assisted therapies and activities in rehabilitation of children with cerebral palsy and physical and mental disabilities. *Int J Environ Res Public Health* Vol. 12. No 5, 5046-5060. Viitattu 13.8.2019 doi: 10.3390/ijerph120505046

ESAAT 2020. Definition of animal assisted therapy 2020. Viitattu 24.2.2020 [https://www.en.esaat.org/fileadmin/\\_migrated/content\\_uploads/Definition\\_of\\_AAT.pdf](https://www.en.esaat.org/fileadmin/_migrated/content_uploads/Definition_of_AAT.pdf)

Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino. E-kirja. Viitattu 7.5.2020 <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789517685047> ,

Fine, A.-H. 2010. Handbook on Animal-Assisted Therapy. 3. painos. Californis: Elsevier. E-kirja. Viitattu 12.11.2020 <https://ebookcentral-proquest-com.ez.lapinamk.fi/lib/ramklibrary-ebooks/reader.action?docID=629941&query=handbook+of+animal+assisted+therapy>, Ebook Central verkkokirjahylly

Finto 2020. Terapeuttinen kosketus. Viitattu 27.5.2020 <http://www.yso.fi/onto/yso/p1965>

Giansanti, D. & Maccioni, G. 2020. The mHealth in the canine assisted therapy: the design and application of a kit for the wearable monitoring during a walking session. *MHealth*. Vol. 6. No 16. Viitattu 27.4.2020 <https://doi.org/10.21037/mhealth.2019.12.08>

Glenk, L.-M. 2017. Current Perspectives on therapy dog welfare in animal-assisted interventions. *Animals* Vol. 7 No 2, 7. Viitattu 4.10.2020 doi: 10.3390/ani7020007

Green Care Finland 2020. Eläinavusteiset menetelmät. Viitattu 14.6.2020 <https://www.gcfinland.fi/green-care-/menetelmat/elainavusteiset-menetelmat/>

Haapala, E. & Suomela-Markkanen, T. 2018. Kysely eläinavusteisesta terapiasta. Viitattu 8.4.2020 [https://www.kela.fi/documents/10180/751941/el%C3%A4navusteinen\\_terapia.pdf/c55d1afe-99e4-4df3-8fda-2b1426d08785](https://www.kela.fi/documents/10180/751941/el%C3%A4navusteinen_terapia.pdf/c55d1afe-99e4-4df3-8fda-2b1426d08785)

Hamunen, H. 2018. Koira tehostaa fysioterapeutin työtä – ”Kukaan ei ole nyrpistänyt nenäänsä”. *Tehy* 11.9.2018. Viitattu 16.4.2020 <https://www.tehylehti.fi/fi/tyoelama/koira-tehostaa-fysioterapeutin-tyota-kukaan-ei-ole-nyrpistanyt-nenaansa>

Harper, C. M., Dong, Y., Thornhill, T. S., Wright, J., Ready, J., Brick, G. W. & Dyer, G. 2015. Can therapy dogs improve pain and satisfaction after total joint arthroplasty? A randomized controlled trial. *Clinical Orthopaedics and Related Research* Vol. 473. No 1, 372–379. Viitattu 27.4.2020 <https://doi.org/10.1007/s11999-014-3931-0>

Hautamäki L., Ramadan, F., Ranta, P., Haapala, E. & Suomela-Markkanen, T. 2018. Eläinavusteinen terapia. Katsaus tutkimuskirjallisuuteen ja toimintaan Suomessa. *Työpapereita* 140. Helsinki: Kela. Viitattu 13.8.2019 <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2018070631430>

Hediger, K. & Hund-Georgiadis, M. 2017. Animal-assisted therapy in the view of staff members before and after implementation in a rehabilitation clinic. *Human-Animal Interaction Bulletin* Vol. 5. No 2, 61-73. Viitattu 6.1.2020 [https://www.researchgate.net/publication/320416304\\_Animal-assisted\\_therapy\\_in\\_the\\_view\\_of\\_staff\\_members\\_before\\_and\\_after\\_implementation\\_in\\_a\\_rehabilitation\\_clinic](https://www.researchgate.net/publication/320416304_Animal-assisted_therapy_in_the_view_of_staff_members_before_and_after_implementation_in_a_rehabilitation_clinic).

Hediger, K., Boek, F., Sachers, J., Blankenburg, U., Antonius-Kluger, E., Rist, B., Schauderk, M., Staudt, M. & Kluger, G. 2020. Dog-assisted therapy in neurorehabilitation of children with severe neurological impairment: An explorative study. *Neuropediatrics* Vol. 51. No. 4, 267-274. Viitattu 3.8.2020 DOI: 10.1055/s-0040-1708545

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2009. Tutkimushaastattelu teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2015. Tutkimushaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus. E-kirja. Viitattu 21.5.2020 <https://www.elibslibrary.com/fi/book/9789524958868> / Ellibs.

Hydbring-Sandberg, E., Walter L.-W., Höglund, K., Svartberg, K., Swenson, L. & Forkman, B. 2004. Physiological reactions to fear provocation in dogs. *Endocrinol* Vol. 180. No 3, 439–448. Viitattu 13.4.2020 doi:10.1677/joe.0.1800439

IAHAIO 2018. The iahaio definitions for animal assisted intervention and guidelines for wellness of animals involved in AAI. Viitattu 22.3.2020 [https://iahaio.org/wp/wp-content/uploads/2019/01/iahaio\\_wp\\_updated-2018-19-final.pdf](https://iahaio.org/wp/wp-content/uploads/2019/01/iahaio_wp_updated-2018-19-final.pdf)

Ikäheimo, K. 2019. Mietteitä eläinavusteisuuden tulevaisuudesta. Teoksessa Ylilauri, M. & Yli-Viikari, A. (toim.) Kohti luonnollista hyvinvointia. Vaasa: Vaasan yliopisto, 103. Viitattu 24.6.2020 <https://osuva.uwasa.fi/bitstream/handle/10024/8172/978-952-476-861-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ikäinstituutti 2016. Kotihoidon vanhukset tarvitsevat apua ulkoiluun. Viitattu 14.6.2020 <https://www.sttinfo.fi/tiedote/kotihoidon-vanhukset-tarvitsevat-apua-ulkoiluun?publisherId=3944&releaseld=50302770>

Kahilaniemi, E. 2016. Eläinavusteinen interventio. 1. painos. Tampere: Viestipaino.

Kananen, J. 2008. Kvalitatiivisen tutkimuksen teoria ja käytänteet. Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino.

Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä. Jyväskylä: Suomen Yliopistopaino Oy

Kela 2020a. Vaativa lääkinnällinen kuntoutus 30.4.2020. Viitattu 4.5.2020 <https://www.kela.fi/documents/10192/3239622/Vaativa%20I%C3%A4%C3%A4kinn%C3%A4llinen%20kuntoutus.pdf>

Kela 2020b. Kehittämisrahoitusta saaneet hankkeet. Viitattu 23.5.2020 <https://www.kela.fi/yhteistyokumppanit-kuntoutuspalvelut-kuntoutuksen-kehittaminen-kehittamisrahoitusta-saaneet-hankkeet>

Kihlström-Lehtonen, H. & Säkkinen, K. 2019. Koira-avusteinen työskentely Suomessa osana eläinavusteisia interventioita. Teoksessa Ylilauri, M. & Yli-Viikari, A. (toim.) Kohti luonnollista hyvinvointia. Vaasa: Vaasan yliopisto, 145-156. Viitattu 24.6.2020 <https://osuva.uwasa.fi/bitstream/handle/10024/8172/978-952-476-861-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Klimova, B., Toman, J. & Kuca, K. 2019. Effectiveness of the dog therapy for patients with dementia - a systematic review. *BMC Psychiatry* Vol. 19. No 276. Viitattu 17.12.2019 <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2245-x>

Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry 2020a. Yhdistyksen toiminta. Viitattu 17.10.2020 <http://www.kasvatus-kuntoutuskoirat.fi/yhdistyksen-toiminta/>

Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry 2020b. Soveltuvuuskoe. Viitattu 17.10.2020 <http://www.kasvatus-kuntoutuskoirat.fi/yhdistyksen-toiminta/soveltuvuuskoe/>

Korttesluoma, S. & Karlsson, H. 2011. Oksitosiini, kiintymyksen ja sosiaalisuuden neuropeptidi. *Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim*. Viitattu 23.8.2020 <https://www.duodecimlehti.fi/duo99526>

Krause-Parello, C.-A., Levy, C., Holman, E. & Kolassa, J.-E. 2016. Effects of VA Facility Dog on Hospitalized Veterans Seen by a Palliative Care Psychologist: An Innovative Approach to Impacting Stress Indicators. *American Journal of Hospice & Palliative Medicine* Vol. 35. No 1, 5-14. Viitattu 27.4.2020 <https://doi.org/10.1177/1049909116675571>

Käypä hoito 2016. Liikunta. Viitattu 31.5.2020 <https://www.kaypa-hoito.fi/hoi50075?tab=suositus#T4>

Langinvainio, H. 2016. Hyvää elämää koiran kanssa. Koiran vaikutuksesta koiranomistajan hyvinvointiin ja onnellisuuteen. *Suomen Kennelliiton julkaisuja* 2/2016. Viitattu 17.4.2020 <https://www.kennelliitto.fi/files/hyvaa-elamaa-koiran-kanssa-koiran-vaikutuksesta-koiranomistajan-hyvinvointiin-ja-onnellisuuteen-2016>

Latvala-Sillman, P. 2018. Työparina koira: koira sosiaali-, terveys- ja kasvatusalan työssä. Helsinki: Sanasilta Oy.

Malin, M.-H. 2010. Viherympäristön aktivoivat vaikutukset ikäihmisten palvelutaloyksikössä. Helsingin yliopisto. Puutarhatiede. Maisterintutkielma. Viitattu 30.3.2020 [https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/17124/MInna\\_Malin\\_Gradu.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/17124/MInna_Malin_Gradu.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Mansikka, H. & Vikman, M. 2018. Koira pääsee yhä useammin mukaan kauppakeskukseen – Koda-husky suhtautuu levollisesti ihmisvilinään. *Yle* 13.3.2018. Viitattu 3.4.2020 <https://yle.fi/uutiset/3-10110676>

Marx, M.-S., Cohen-Mansfield, J., Regier, N.-G., Dakheel-Ali, M., Srihari, A. & Thein, K. 2010. The impact of different dog-related stimuli on engagement of persons with dementia. *American journal of Alzheimer's disease and other dementias*. Vol. 25 No 1, 37–45. Viitattu 19.2.2020. <https://doi.org/10.1177/1533317508326976>

Menna, L.-F., Santaniello, A., Todisco, M., Amato, A., Borrelli, L., Scandurra, C. & Fioretti, A. 2019. The Human-Animal Relationship as the Focus of Animal-Assisted Interventions: A One Health Approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health* Vol. 16. No 19, 3660. Viitattu 5.5.2020 doi: 10.3390/ijerph16193660

Mäkinen, O. 2006. Tutkimusetiikan ABC. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy.

Nimer, J. & Lundahl B. 2007. Animal-Assisted Therapy: A Meta-Analysis. *ANTHROZOÖS* Vol. 20. No, 3, 225-238. Viitattu 25.2.2020 DOI: 10.2752/089279307X224773

O'Haire, M.-E., McKenzie, S.-J., McCune, S. & Slaughter, V. 2013. Effects of Animal-Assisted Activities with Guinea Pigs in the Primary School Classroom. *Anthrozoös* Vol. 26. No 3, 445-458. Viitattu 10.4.2020 DOI: 10.2752/175303713X13697429463835

Orlandi, M., Trangeled, K., Mambrini, A., Tagliani, M., Ferrarini, A., Zanetti, L., Tartarini, R., Pacetti, P. & Cantore, M. 2007. Pet therapy effects on oncological day hospital patients undergoing chemotherapy treatment. *Anticancer Research* Vol. 27. No 6C, 4301-4304. Viitattu 13.4.2020 <http://ar.iijournals.org/content/27/6C/4301.full.pdf>

Paronen, O. 2014. Fyysinen ympäristö ohjaa liikkumista. Viitattu 7.10.2020 [https://www.ukkinstituutti.fi/tietoa\\_terveysliikunnasta/liikkumaan/arkiliikunta\\_hyotyliikunta\\_perusliikunta/ymparisto\\_ohjaa\\_liikkumista](https://www.ukkinstituutti.fi/tietoa_terveysliikunnasta/liikkumaan/arkiliikunta_hyotyliikunta_perusliikunta/ymparisto_ohjaa_liikkumista)

Peltoniemi, A. 2017. Muutoksia erityisluokan oppilaiden tarkkaavaisuuden kohdentamisessa ja ylläpitämisessä koira-avusteista pedagogiikkaa käytettäessä. Helsingin yliopisto. Kasvatustiede. Pro gradu –tutkielma. Viitattu 14.6.2020 <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/228507/Anni%20Peltoniemi%2c%20gradu.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Pentikäinen, E.-T. 2019. Vuorovaikutuksessa. Ihmisenä olemisen ehdot kohtaamisen näkökulmasta. Jyväskylän yliopisto. Humanistis-yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Maisterintutkielma. Viitattu 6.1.2020 <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/66238/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201911074763.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Pitkäranta, A. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä – Työkirja ammattikorkeakouluun. Forssa: e-Oppi Oy

Ponsi, V. & Karvinen, E. 2007. Ulkona liikkuminen iäkkään ihmisen arjen voimavarana. Teoksessa *Ikääntyneiden arki* (toim.) 63-72. Viitattu 3.5.2020 <https://www.ikainstituutti.fi/content/uploads/2019/11/Orait-2-2007-PDF.pdf>

Pruskowski, K.-A., Gurney, J.-M., & Cancio, L.-C. 2019. Impact of the implementation of a therapy dog program on burn center patients and staff. *Burns* Vol. 46. No 2, 293-297. Viitattu 22.12.2019 <https://doi.org/10.1016/j.burns.2019.11.024>.

Puusa, A. & Juuti, P. 2020 Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus Oy. E-kirja. Viitattu 22.5.2020 <https://www.elibslibrary.com/book/9789523456167>

Salminen, R. 2005. ”Täällä on kaikki, mitä tarvii”. Asuinympäristö ja sen sosiaalisuuden rakentuminen nuorten aikuisten käsityksissä. Jyväskylän yliopisto. Sosiologia. Pro gradu -tutkielma. Viitattu 10.10.2020 [https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/11708/1/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-2005445.pdf](https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/11708/1/URN_NBN_fi_jyu-2005445.pdf)

Sams, M.-J., Fortney, E.-V. & Willenbring, S. 2006. Occupational therapy incorporating animals for children with autism: A pilot investigation. *American Occupational Therapy Association* 60, 268–274. Viitattu 21.3.2020 <https://doi.org/10.5014/ajot.60.3.268>

Sarvimäki, A. 2007. Ikäihmisten elämänlaatu hyvänä arkena. Teoksessa Ikänteiden arki (toim.) 57. Viitattu 3.5.2020 <https://www.ikainstituutti.fi/content/uploads/2019/11/Oraitia-2-2007-PDF.pdf>

Shen, R.-Z.-Z., Xiong, P., Chou, U. & Hall, B.-J. 2018. "We need them as much as they need us": A systematic review of the qualitative evidence for possible mechanism of effectiveness of animal-assisted intervention (AAI). *Complementary Therapies in Medicine* 41, 203-207. Viitattu 16.12.2019 <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2018.10.001>

Siniscalchi, M., d'Ingeo, S. & Fornelli, S. 2018. Lateralized behavior and cardiac activity of dogs in response to human emotional vocalizations. *Scientific Reports* Vol. 8. No 77. Viitattu 28.5.2020 <https://doi.org/10.1038/s41598-017-18417-4>

Socada, L. 2020. Autismikirjon häiriöt. *Duodecim Terveyskirjasto*. Viitattu 4.10.2020 [https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00355](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00355)

Somppi, S., Törnqvist, H., Topál, J., Koskela, A., Hänninen, L., Krause, C.-M. & Vainio, O. 2017. Nasal Oxytocin Treatment Biases Dogs' Visual Attention and Emotional Response toward Positive Human Facial Expressions. *Frontiers in Psychology* Vol. 8. No 1854. Viitattu 6.5.2020 <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01854>

Suomen Fysioterapeutit 2020. Fysioterapia tieteenä. Viitattu 28.5.2020 <http://www.suomenfysioterapeutit.com/ydinosaminen/fysioterapia-ja-fysioterapeutti/fysioterapia-tieteenä.html>

Talvitie, U., Karppi, S.-L. & Mansikkamäki, T. 2006. *Fysioterapia*. Helsinki: Edita Prima Oy.

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2020. Mitä toimintakyky on? Viitattu 12.9.2020 <https://thl.fi/fi/web/toimintakyky/mita-toimintakyky-on#Toimintakyvyn%20ulottuvuudet>

Tietosuojavaltuutetun toimisto 2020. Henkilötietojen minimointi tieteellisessä tutkimuksessa. Viitattu 19.10.2020 <https://tietosuoja.fi/henkilotietojen-minimointi-tieteellisessa-tutkimuksessa>

Tilastokeskus 2020. Kotitalouksien kulutus 2016. Helsinki: Tilastokeskus. Viitattu 6.5.2020 [http://www.stat.fi/til/ktutk/2016/ktutk\\_2016\\_2020-04-20\\_fi.pdf](http://www.stat.fi/til/ktutk/2016/ktutk_2016_2020-04-20_fi.pdf)

Tuomi, J & Sarajärvi, A. 2018. *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Uudistettu laitos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2017. *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Kustannusosakeyhtiö Tammi. E-kirja. Viitattu 21.4.2020 <https://www.elibrary.com/reader/9789520400118>.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan

ohje 2012. Viitattu 19.5.2020 [https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)

Uvnäs Moberg, K. 2007. Rauhoittava kosketus. Helsinki: Edita.

Valkila, N. 2018. Koira yrittäjän apulaisena. Koiramme 11/2018, 17-18.

Vilka, H. 2015. Tutki ja kehitä. 4., uudistettu painos. Jyväskylä: PS-Kustannus. E-kirja. Viitattu 15.5.2020 <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789524517560>, Ellibs.

Välimaa, L. 2017. Eläinavusteista työskentelyä hyvinvointipalveluihin. Lumen : Lapin ammattikorkeakoulun verkkolehti Vol. 3. No 1. Viitattu 14.5.2020 <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201704285688>

Wijker, C., Leontjevas, R., Spek, A. & Enders-Slegers, M.-J. 2019. Process Evaluation of Animal-Assisted Therapy: Feasibility and Relevance of a Dog-Assisted Therapy Program in Adults with Autism Spectrum Disorder. *Animals* Vol. 9. No 12, 1103. Viitattu 22.12.2019 <https://doi.org/10.3390/ani9121103>

Wikman, I., Ikäheimo, K. & Mickelsson, R. 2017. Wikman, I., Ikäheimo, K. & Mickelsson, R: Koira-avusteisen toiminnan verkostotapaaminen. *Green Care Finland* 27.08.2017. Viitattu 15.8.2019 <http://www.gcf Finland.fi/ajankohtaista/uutiset/Wikman--Ikaheimo---Mickelsson--Koira-avusteisen-toiminnan-verkostotapaaminen-98.html>

**LIITTEET**

- Liite 1. Toimeksiantosopimus
- Liite 2. Esihaastattelulomake
- Liite 3. Teemahaastattelurunko

## Liite 1 Toimeksiantosopimus



## OPINNÄYTETYÖN TOIMEKSIANTOSOPIMUS

Tämä sopimus soveltuu käytettäväksi ainoastaan sellaisten opinnäytetöiden yhteydessä, joita ei toteuteta ammattikorkeakoulun ulkopuolisen rahoituksen hankkeessa.

<b>Toimeksiantaja</b>	Nimi (esim. yritys) Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry Yhteystiedot (yhteyshenkilö, puhelin, sähköposti) Paula Leppänen, [REDACTED]	
	Työn aihe Fysioterapeuttien kokemuksia koira-avusteisesta fysioterapiasta	
<b>Tekijä</b>	Nimi Anne Pulkkinen Essi Feodoroff	Opiskelijanumero
	Katuosoite Jokiväylä 11C Puhelin	Postinumero 96300 Postitoimipaikka Rovaniemi Sähköpostiosoite [REDACTED]
	Suoritettava tutkinto Fysioterapia AMK	Ryhmätunnus R75F17S
		Tehtävänimike Opinnäytetyön ohjaaja
<b>Lapin AMK</b>	Yhteyshenkilön nimi (ohjaaja) Erja Rahkola Mika Rahkola Toimipaikka ja osoite Jokiväylä 11C 96300 Rovaniemi Puhelin [REDACTED] Sähköpostiosoite [REDACTED]	
<b>Toimeksiantosopimuksen ehdot</b>		
<b>Ohjaus</b>	Ohjaava opettaja valvoo työtä ammattikorkeakoulun puolesta ja antaa työn edellyttämiä ohjeita ja neuvoja. Ammattikorkeakoulu ja opettaja eivät ole konsulttivastuusta työstä.	
<b>Dokumentointi</b>	Ammattikorkeakoulun opinnäytetyöt ovat julkisia. Työstä laaditaan ammattikorkeakoulun opinnäyteohjeen mukainen kirjallinen esitys, josta toimitetaan yksi kansitettu kappale ammattikorkeakoulun kirjastoon tai julkaistaan sähköisessä muodossa Theseus-verkkokirjastossa. Työ arkistoidaan oppilaitoksella sekä tulostettuna että sähköisessä muodossa.	
<b>Oikeudet</b>	Opinnäytetyön tekijänoikeudet kuuluvat tekijälle. Toimeksiantaja saa rinnakkaisen käyttöoikeuden opinnäytetyön tuloksiin opinnäytetyön valmistuttua. Ammattikorkeakoululla on jatkuvasti voimassa oleva oikeus käyttää tuloksia omassa opetus- ja TKI-toiminnassaan. Sopijapuolilla on mahdollisuus sopia muista opinnäytetyön tuloksia koskevista oikeuksista kuitenkin niin, että tämän sopimuskohtan nojalla ammattikorkeakoulun saamat oikeuden säilyvät voimassa.	
<b>Keksinnöt</b>	Jos tekijä on osallisena keksintöön, joka patentoidaan, mainitaan hänet yhtenä keksijöistä. Mahdollisesta keksintökorvauksesta sovitaan erikseen noudattaen ammattikorkeakoulun tai toimeksiantajan keksintöohjeen linjauksia. Opinnäytetyön tai sen osan julkaiseminen tai hyödyntäminen ei saa vaarantaa sen tai sen osan suojaamista patentilla tai hyödyllisysmallilla.	
<b>Vastuut</b>	Opinnäytetyön tulos toimitetaan sellaisena kuin se on. Tekijä tai ammattikorkeakoulu eivät anna tulokselle takuuta eivätkä vastaa sen soveltuvuudesta toimeksiantajan tarpeisiin. Sopijapuolet ovat vastuussa toisilleen sopimusrikkomuksen aiheuttamista välittömistä vahingoista. Vastuun syntyminen edellyttää tahallaan tai törkeällä huolimattomuudella aiheutettua sopimusrikkomusta.	
<b>Lisäksi sovitaan</b>	Toimeksiantaja on antanut luvan esihaastattelulinkin jakamiseen yhdistyksen facebook sivuille. Testihaastattelavana on luvannut toimia Paula Leppänen.	
<b>Salassapito</b>	Ohjaavilla opettajilla ja opinnäytetyön tekijöillä on salassapitovelvollisuus työn aikana esille tulleisiin luottamuksellisiin asioihin. Toimeksiantajan tulee tarkistaa, että julkaistava opinnäytetyö ei sisällä salassa pidettävää aineistoa. Tarvittaessa käytetään toimeksiantajan erillistä salassapitosopimusta.	
	Tätä sopimusta on laadittu kolme (3) samansisältöistä kappaletta, yksi (1) kullekin sopimuksen osapuolelle. Sopimus perustuu ammattikorkeakoulun hyväksymään opinnäytetyösuunnitelmaan ja se astuu voimaan allekirjoitushetkellä.	
	<b>Paikka ja päivämäärä</b> HELSINKI 29.1.2020	<b>Allekirjoitus</b> Paula Leppänen
<b>Toimeksiantaja</b>	KOIRAT KASVATUS- JA KUNTOUTUS TYÖSSÄ RY	
<b>Tekijä</b>	Rovaniemi 13.12.2019	Anne Pulkkinen Essi Feodoroff
<b>Lapin AMK</b>	Rovaniemi 16.12.2019	Mika Rahkola

## Liite 2 1(3) Esihaastattelulomake

**Esihaastattelulomake**

Arvoisa koira-avusteista fysioterapiaa toteuttava fysioterapeutti.

Olemme Lapin ammattikorkeakoulun fysioterapeuttiopiskelijoita. Teemme opinnäytetyötä fysioterapeuttien kokemuksista koira-avusteisesta fysioterapiasta. Esihaastattelun vastausten perusteella pyrimme keräämään tutkimukseen soveltuvan ryhmän varsinaiseen tutkimushaastatteluun. Vastauksenne on tärkeä tutkimuksen ja opinnäytetyön toteutumisen kannalta.

Vastausaikaa on 14.2.2020 saakka.

**1. Hyväksyn tietojeni tarkastelun ja tallentamisen.**

Hyväksyn

**2. Yhteystiedot**

Etunimi	<input type="text"/>
Sukunimi	<input type="text"/>
Matkapuhelin	<input type="text"/>
Sähköposti	<input type="text"/>
Maakunta	<input type="text"/>

**3. Millainen on koulutustaustanne?**


## Liite 2 2(3) Esihaastattelulomake

4. Kuinka usein toteutate koira-avusteista fysioterapiaa?


5. Kuinka pitkään olette toteuttaneet koira-avusteista fysioterapiaa?


6. Mitkä ovat koira-avusteisen fysioterapian asiakasryhmänne?


7. Millaisessa ympäristössä toteutate koira-avusteista fysioterapiaa?


Kiitos vastauksistanne!

Vastaukset käsitellään luottamuksellisesti ja ne ovat vain kyseistä opinnäytetyötä tekevien opiskelijoiden käytettävissä. Käsittelemme vastaukset palautusajan umpeuduttua. Esihaastattelulomakkeista saatujen tietojen hävittäminen tapahtuu asianmukaisesti, vastanneiden henkilöiden yksityisyydensuojaa kunnioittaen.

Ilmoitamme teille henkilökohtaisesti oletteko tulleet valituksi tutkimushaastatteluun, joka toteutetaan puhelimitse.

## Liite 2 3(3) Esihaastattelulomake

Terveisin,

Fysioterapeuttiopiskelijat  
Anne Pulkkinen ja Essi Feodoroff

Anne.Pulkkinen@edu.lapinamk.fi  
Essi.Feodoroff@edu.lapinamk.fi

### Liite 3 Teemahaastattelurunko

#### Teema 1. Koira-avusteinen fysioterapia

- Voisitko kuvailla koiran roolia fysioterapiassa?
- Mitkä tekijät kokemuksesi mukaan vaikuttavat koira-avusteisen fysioterapian toteuttamiseen asiakkaan kanssa?
- Kertoisitko, kuinka toteutat koira-avusteista fysioterapiaa asiakasryhmäsi kohdalla?
- Kuvailisitko, millaiseksi koet asiakkaiden suhtautumisen koira-avusteiseen fysioterapiaan?

#### Teema 2. Asiakastilanteet

- Millaisia fyysisiä havaintoja teet asiakkaissa koira-avusteisen fysioterapian aikana?
- Millaisia sosiaalisia havaintoja?
- Millaisia psyykkisiä havaintoja?
- Koetko koiran ja asiakkaan välisellä vuorovaikutuksella olevan vaikutusta sinun ja asiakkaan väliseen vuorovaikutukseen?
- Koetko havainneesi asiakkaassa eroavaisuuksia koira-avusteisessa fysioterapiassa verrattuna ilman koiraa toteutettavaan fysioterapiaan?
  - Millaisia havaintoja olet tehnyt?

#### Teema 3. Ympäristö

- Millä tavoin koet ympäristön vaikuttavan terapiatilanteeseen?
- Millaisia asioita ympäristöltä vaaditaan koira-avusteisen fysioterapian toteuttamiseksi?
- Millaisten ympäristötekijöiden koet edistävän koira-avusteisen fysioterapian toteuttamista?
  - Oletko kokenut rajoittavia tekijöitä, millaisia?