



**SOSIAALIPEDAGOGINEN HEVOSTOIMINTA
osana ADHD-lapsen kuntoutusta**

Opinnäytetyö

Essi Lauronen

**Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosiaalikasvatus**

Hyväksytty _____.____.____

| | |
|--|--|
| Koulutusala: Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala | |
| Koulutusohjelma: Sosiaalialan koulutusohjelma | Suuntautumisvaihtoehto: Sosiaalikasvatuksen |
| Työntekijä/tekijät: Essi Lauronen | |
| Työn nimi: Sosiaalipedagoginen hevostoiminta – osana ADHD-lapsen kuntoutusta | |
| Päiväys: 13.1.2010 | Sivumäärä/liitteet: 42/1 |
| Ohjaaja: Auli Pohjolainen | |
| Toimeksiantaja: T:mi Hannu J. Rytönen | |
| Tiivistelmä: <p>Opinnäytetyössä tutkittiin vanhempien arviointien perusteella sosiaalipedagogisen hevostoiminnan hyödyllisyyttä ADHD-lapsen päivittäisiin toimintoihin. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta oli ADHD-lapsen moniammatillisen kuntoutuksen yksi kuntoutusmuoto. Tutkimustehtävänä oli selvittää, mil-laista muutosta oli tullut lapsen päivittäisiin toimintoihin sosiaalipedagogisen hevostoiminta kuntou-tusjakson jälkeen. Muutosten arvioijina olivat vanhemmat.</p> <p>Toimeksiantajana opinnäytetyölle oli kajaanilainen yksityisyrittäjä Hannu Rytönen. Toimeksiantaja on psykoterapeutti, joka toteuttaa kuntoutusta soveltamalla sosiaalipedagogisen hevostoiminnan periaatteita.</p> <p>Opinnäytetyö oli kvalitatiivinen tutkimus. Kohderyhmänä oli seitsemän vanhempaa, joiden neljä ala-asteikäistä poikaa oli osallistunut sosiaalipedagogiseen kuntoutusjaksoon. Lapset olivat saaneet lähetteen hevostoiminnan kuntoutukseen Kainuun Keskussairaalan neuropsykiatriselta poliklinikal-ta. Kuntoutusjaksot toteutuivat vuosien 2007–2008 aikana. Aineisto kerättiin teemahaastatteluilla avulla lasten vanhemmilta.</p> <p>Tutkimustulosten mukaan sosiaalipedagogisen hevostoiminnan tuomat muutokset ovat näkyneet selkeimmin lapsen itsetunnon kohentumisena ja itsehillinnän parantumisena. Tutkimustuloksia tulee kuitenkin tarkastella kriittisesti, sillä lapsilla on ollut myös muita kuntoutus- ja tukimuotoja. Tällöin on vaikea tutkimuksen perusteella päätellä pelkästään juuri sosiaalipedagogisen toiminnan yhteyttä lapsen kuntoutumiseen.</p> <p>Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ollessa verrattain uusi kuntoutusmuoto Suomessa tarvitaan koko ajan lisää jatkotutkimuksia. Neuropsykiatriseen oireyhtymään kuuluvan ADHD:n osalta yhtenä jatkotutkimustarpeina voisi olla eri-ikäisten asiakasryhmien omien kokemusten tutkiminen.</p> | |
| Avainsanat: ADHD eli tarkkaavaisuus- ja ylivilkkaushäiriö, sosiaalinen vuorovaikutus, tunnetaidot, moniammatil-linen kuntoutus, sosiaalipedagoginen hevostoiminta | |
| Luottamuksellisuus: | |

| | |
|--|----------------------------|
| Field of study: Social Services, Health and Sports | |
| Degree Programme: Degree Programme of Social Services | Option: Social Pedagogy |
| Author(s): Essi Lauronen | |
| Title of Thesis: Social pedagogical horse activity – the rehabilitation process of an ADHD child | |
| Date: 13.1.2010 | Pages/appendices: 42/1 |
| Supervisor: Auli Pohjolainen | |
| Project/Partners: T:mi Hannu J. Rytönen | |
| Abstract: <p>The thesis studied the usefulness of social pedagogical horse activity to the daily functions of an ADHD-child. The study was made based on the parents' evaluations. Social pedagogical horse activity was one form of multi professional rehabilitation of an ADHD-child. The research assignment was to find out, what changes had happened to a child's daily functions after the social pedagogical horse activity rehabilitation period. Parents were the evaluators of the change.</p> <p>The client for this thesis was a private entrepreneur Hannu Rytönen from Kajaani. The client is a psychotherapist, who executes rehabilitation by applying the principles of social pedagogical horse activity.</p> <p>The thesis was a qualitative study. The target group was seven parents, whose four elementary school-aged sons had taken part in the social pedagogical rehabilitation period. The children were given a covering note for horse activity rehabilitation from the neuropsychiatric policlinic of Kainuu's central hospital. The rehabilitation periods took place during the years 2007-2008. The material was gathered by the means of theme interviews from the children's parents.</p> <p>The research results show that the changes by social pedagogical horse activity were most clearly seen in the improved self-esteem and self-control of a child. The research results need to be viewed critically because the children have also had other rehabilitation and support conformations. In that case it is hard to conclude only the connection of social pedagogical function to a child's rehabilitation based on the research.</p> <p>Social pedagogical horse activity being a relatively new form of rehabilitation in Finland therefore new continuous studies are needed all the time. When it comes to ADHD, which is a part of neuropsychiatric syndrome, a need for the continuous research could be studying the experiences of of customer groups of different ages.</p> | |
| Keywords: ADHD – attention deficit hyperactivity disorder, Social interaction, Emotional skills, Multiprofessional rehabilitation, Social pedagogical horse activity. | |
| Confidentiality: | |

SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ ABSTRACT

| | |
|--|----|
| 1 JOHDANTO..... | 5 |
| 2 ADHD – ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER | 7 |
| 2.1 ADHD – syyt ja oireet | 7 |
| 2.2 Sosiaalinen vuorovaikutus | 8 |
| 2.3 Tunnetaidot | 10 |
| 2.4 Moniammatillinen kuntoutus | 11 |
| 3 SOSIAALIPEDAGIGONEN HEVOSTOIMINTA ADHD-LAPSEN KUNTOUTUKSESSA..... | 14 |
| 3.1 Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan määrittelyä | 14 |
| 3.2 Sosiaalipedagoginen hevostoiminta kuntouttavana toimintana | 15 |
| 3.3 Hevonen kuntouttajana | 17 |
| 3.4 Toimeksiantajan kuvaus..... | 18 |
| 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN | 20 |
| 4.1 Tutkimustehtävä..... | 20 |
| 4.2 Kohdejoukon kuvaus | 21 |
| 4.3 Tutkimuksen lähestymistapa ja aineiston keruumenetelmä..... | 21 |
| 4.4 Aineiston käsittely ja analysointi | 23 |
| 4.5 Tutkimuksen luotettavuus ja eettiset kysymykset..... | 24 |
| 5 TUTKIMUSTULOKSET..... | 26 |
| 5.1 Muutokset vuorovaikutustaidoissa..... | 26 |
| 5.2 Muutokset tunteiden ilmaisemisessa..... | 27 |
| 5.3 Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan hyödyllisyys | 28 |
| 6 JOHTOPÄÄTÖKSET | 31 |
| 7 POHDINTA | 34 |
| 7.1 Tulosten pohdintaa..... | 34 |
| 7.2 Opinnäytetyöskentelyprosessin arviointia | 36 |
| LÄHTEET | 38 |

Liite 1 Haastattelurunko

1 JOHDANTO

Miten pystytään selvittämään ihmisen ja eläimen tunnesidosta? Yksi todennäköinen syy läheisyyden kokemukseen piilee ihmisen ja eläimen välisen tunnevuorovaikutuksen puhtaudessa. Eläin antaa mahdollisuuden kokea puhtaita ja yksinkertaisia tunteita. Näihin tunteisiin ei sisälly väärinymmärrätyksiä tai torjutuksi tulemisen pelkoa. Työskentely eläimen kanssa antaa ihmiselle tukea sosiaalisiin tilanteisiin ja vuorovaikutustaitoihin. Eläin voi opettaa ihmiselle muun muassa sosiaalista tarkkaavaisuutta ja tunneälyä. Eläinterapiasta on viime vuosikymmeninä julkaistu lukuisia tutkimuksia. Hevosavusteinen terapia on yksi yleisimmistä eläinterapeuttisista suuntauksista. (Pitkänen 2008, 12–13.)

Sosiaalipedagoginen hevostoiminta on hevosavusteinen terapia, joka on verrattain uutta Suomessa. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan juuret ulottuvat Britanniaan, Saksaan, Sveitsiin ja Yhdysvaltoihin (Peltonen 2008, Hevonen kasvattaa oikeudenmukaisesti). Suomessa on alettu kouluttamaan sosiaali-, terveys- ja kasvatusalan ammattilaisista sosiaalipedagogisen hevostoiminnan asiantuntijoita vasta tämän vuosituhannen alussa. Vuonna 2010 koulutetaan kahdeksas ryhmä yliopistotason täydennyskoulutuksena sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ammattilaisiksi. Opintojen aiheena on sosiaalipedagoginen hevostoiminta syrjäytymisen ehkäisyssä ja sosiaalisessa kuntoutuksessa. (Sosiaalipedagoginen hevostoiminta ry. 2009.)

Suomessa tarvitaan jatkuvasti uusia tutkimuksia hevosavusteisen terapian hyödyllisyydestä, sillä sosiaalipedagoginen hevostoiminta on uusi kuntoutusmuoto. Sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta julkaistut tutkimukset ovat pitkälti painottuneet lastensuojeluun, nuorten syrjäytymiseen sekä päihde- ja koulunkäyntiongelmiin ja niiden ehkäisemiseen. Hevostoiminnan vaikutusta neuropsykiatristen ongelmien kuntoutuksessa on tutkittu vähän. Näin ollen pidän neuropsykiatriseen oireyhtymään kuuluvan ADHD:n eli tarkkaavaisuus- ja ylivilkkaushäiriön ja sosiaalipedagogisen hevostoiminnan kuntoutusmuodon yhdistävän tutkimuksen hyödyllisenä ja tarpeellisenä.

Tutkimuksessa tavoitteena oli selvittää sosiaalipedagogisen hevostoiminnan tuomia muutoksia ADHD-lapsen käyttäytymiseen päivittäisissä toiminnoissa. Tutkimustehtävät keskittyivät selvittämään millaista muutosta on tapahtunut lapsen vuorovaikutustaidoissa ja tunteiden ilmaisussa. Lisäksi tehtävänä oli selvittää sosiaalipedagogisen hevostoiminnan hyötyä. Tutkimuksessa ADHD-lasten vanhemmat arvioivat sosiaalipedagogisen hevostoiminnan tuomat muutokset. Vanhempien arvioinnit kerättiin teemahaastatteluilla. Tarkoituksena oli saada tietoa siitä, millaista muutosta oli tullut lapsen päivittäisiin toimintoihin sosiaalipedagogisen hevostoiminnan kuntoutusjakson jälkeen. Tutkimustuloksia tarkasteltaessa voidaan arvioida hevostoiminnan hyötyä ja sitä, kannattaisiko käyttää hevostoimintaa ADHD:n kuntoutusmuotona. Vaikkakin ADHD:n tunnusomaisia piirteitä oli kaikilla haastateltavien vanhempien lapsilla, niin ongelmakohdat painoutuivat eri tavoin. Näin ollen tarvittiin tutkimusta, millaisiin asioihin tai ongelmiin vanhemmat arvioivat sosiaalipedagogisella hevostoiminnalla olleen muutosta. Tutkimuksessa oli mukana neljä sosiaalipedagogisen hevostoiminnan kuntoutusjakson läpi käynyttä ala-asteikäistä poikaa ja heidän vanhempansa. Kuntoutusjaksot olivat toteutuneet vuosien 2007–2008 aikana.

Toimeksiantajana tutkimuksessani on Kajaanissa yksityisyrittäjänä toimiva Hannu Rytkönen. Toimeksiantajani on psykoterapeutti, joka toteuttaa myös sosiaalipedagogista hevostoimintaa kuntoutuksen muodossa. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa asiakkaina hänellä on Kainuun Keskussairaalan neuropsykiatriselta poliklinikalta lähetteen saaneita lapsia. Suomessa on eri muotoja ratsastusterapialle ja niiden rajat ovat häilyvät. Usein puhutaan fysioterapeuttisesta ratsastusterapiasta ja psykoterapeuttisesta ratsastusterapiasta, jotka ovat Kelan tukemaa kuntouttavaa toimintaa. Uusimpana hevosavusteiseen terapiaan on tullut sosiaalipedagoginen hevostoiminta, joka ei kuulu Kelan tukemaan kuntoutuksen toimintaan. Toimeksiantajani voi kuitenkin yhdistää työssään sosiaalipedagogisen hevostoiminnan terapeutin koulutusta ja psykoterapian asiantuntijuuttaan. Näin ollen molempien alojen tietotaito käytetään hyödyksi onnistuneen kuntoutuksen saavuttamiseksi

2 ADHD – ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER

Tutkimukseni teoreettisena lähtökohtana sosiaalipedagogisen hevostoiminnan rinnalla on ADHD eli tarkkaavaisuus ja ylivilkkaushäiriö, sillä tutkimuksessa kuntoutukseen osallistuneilla lapsilla oli diagnosoituna ADHD. Tässä luvussa esittelen lapsuudessa esiintyviä ADHD:n syitä ja oireita. Lisäksi esittelen teoreettisessa viitekehyksessä sosiaalisen vuorovaikutuksen ja tunnetaidot. Juuri näiden taitojen haasteellisuus ADHD lapsilla jokapäiväisessä toiminnassa oli perusteena osallistua sosiaalipedagogisen hevostoiminnan kuntoutukseen. Viimeisenä alalukuna tässä luvussa on moniammatillinen kuntoutus, sillä sosiaalipedagoginen hevostoiminta on ollut yhtenä osana moniammatillista kuntoutusta.

2.1 ADHD – syyt ja oireet

ADHD (attention deficit hyperactivity disorder) on tarkkaavaisuus- ja ylivilkkaushäiriö, joka luokitellaan neuropsykiatriseen ja neurobiologiseen oireyhtymään. Tällä tarkoitetaan käyttäytymishäiriöiden johtuvan neurologisista ja biologisista syistä. (Michelsson, Saresma, Valkama & Virtanen 2000, 18–19.) Neurobiologiseen aivojen toiminnan häiriöön voivat vaikuttaa perinnölliset tekijät, raskauteen ja synnytykseen liittyvät tekijät, synnynnäiset rakenteelliset ominaisuudet ja erilaiset psykososiaaliset tekijät (Kouluikäisen ADHD). ADHD-ryhmään kuuluvalla lapsella voi olla vain tarkkaavaisuuden ylläpitämisen ongelmia tai vain impulsiivisuutta ja ylivilkkautta tai näitä kaikkia (Michelsson ym. 2000, 19).

Häiriöt tarkkaavaisuudessa ilmenevät lapsen keskittymiskyvyn puutoksena ja huolimattomuusvirheinä. Ohjeiden seuraaminen on vaikeaa, tehtävien loppuun vieminen epäonnistuu usein ja tavarat katoavat helposti. (Jalovaara 2006, 58.) Tarkkaavaisuushäiriöinen lapsi väsy nopeasti. Hän välttelee tehtäviä, joissa vaadittaisiin pitkäkestoisia tarkkaavaisuuksia ja ponnisteluja, sekä häiriintyy helposti ulkopuolisista ärsykkeistä. (Cleve 2003, 316.) Ylivilkkaus ja impulsiivisuus ilmenevät käsien ja jalkojen levottomana liikehdintänä, kiemurteluna tuolilla istuessa ja vaikeutena pysyä paikoillaan (Jalovaara 2006, 59). Ylivilkkaus ilmenee myös lähes jatkuvana puhumisena ja asioiden tekemisellä nopeasti ja hosumalla (Michelsson ym. 2000, 19).

Monella ADHD-henkilöllä voi esiintyä erilaisia psyykkisiä ongelmia. Sekundaarisiin psyykkisiin häiriöihin kuuluvat käytöshäiriöt, uhmakkuushäiriöt, pakkoteot ja -ajatukset, masennus, psykosomaattiset oireet ja unihäiriöt. Sosiaaliseen vuorovaikutukseen liittyviä ongelmia esiintyy usein eri ikävaiheissa. (Michelsson ym. 2000, 54–56.)

Uhmakkuushäiriöisellä lapsella on taipumus suuttua helposti, olla ilkeä ja riidellä aikuisten kanssa. Hän ärsyttää muita ihmisiä ja syyttää muita omista virheistään ja pahoista teoistaan. Uhmakkuutta haastavampi on kuitenkin käytöshäiriöinen lapsi, jolla esiintyy aggressiivisuutta, julmuutta ja väkivaltaisuutta. Koululuokassa käytöshäiriöinen lapsi vaikeuttaa koko luokan työskentelyä, kiusaa ja nöyryyttää muita lapsia ja aloittaa tappelut. Usein riehuminen ja aggressiivisen käyttäytymisen taakse kätkeytyy masennusta, jota on vaikea tunnistaa. Masentuneesta lapsesta mikään ei ole hauskaa, hän tuntee olevansa yksinäinen ja on onnettoman näköinen. Hänellä on syyllisyyden tunteita ja huono itsetunto. Huonon olon tunnetta usein lisäävät vielä krooninen väsymys ja univaikeudet. (Michelsson ym. 2000, 56.)

2.2 Sosiaalinen vuorovaikutus

ADHD-lapsella on usein ongelmia sosiaalisen vuorovaikutuksen kanssa. Perusedellytyksenä sosiaalisessa vuorovaikutuksessa on se, että ihminen havainnoi muita ihmisiä ja muodostaa sosiaalisten havaintojensa ja niihin liittyvien tulkintojensa pohjalta heistä henkilökäsityksiä. Vuorovaikutustilanteissa ihmisen täytyy osata viestittää itseään sekä vastaanottaa muilta kaiken aikaa sosiaalista tietoa. Tieto voi olla joko verbaalista eli kielellistä tai nonverbaalista eli ei-kielellistä, kuten ilmeitä, eleitä tai muuta sellaista. (Aho & Laine 2002, 11.) Tässä tutkimuksessa tarkoitan sosiaalisella vuorovaikutustaidoilla sitä, miten lapsi käyttäytyy ja toimii toisten ihmisten kanssa.

ADHD:n oireista kärsivän lapsen on usein vaikea tulkita sosiaalisia tilanteita ja käyttäytyä tilanteiden odotusten mukaisesti. Sanattoman viestinnän ymmärtäminen on usein vaikeaa. Asioiden ilmaiseminen voi tuottaa usein vaikeuksia – tilanteeseen sopivia sanoja ei löydy. (Mannström-Mäkelä & Saukkola 2008, 90.) Usein ongelmia ilmenee siinä, että ADHD-lapsella on vaikeuksia tulla hyvin toimeen ikätovereidensa kanssa. Tällöin hänellä on ongelmia vertaissuhteissaan. Vertaissuhteiden ongelmat

näkyvät kykenemättömyytenä yhteistyöhön ja jakamiseen muiden lasten kanssa sekä lupausten antamiseen ja pitämiseen keskinäisissä palveluiden vaihdoissa. Tällöin ongelmia tulee vastavuoroisuuden [tunnetaan myös sosiaalisena vaihtona] kanssa, joka on perustana ystävyyssuhteille ja ihmisten väliselle kanssakäymiselle. (Barkley 2008, 141–142 .)

Sosiaalista vuorovaikutusta tarkasteltaessa päädytään usein tarkastelemaan myös itsetuntoa. Yksilön itsetunto kertoo sen, että tiedostaako ja tunteeo hän itsensä sekä arvostaako hän itseään. (Aho & Laine 2002, 20). Tässä tutkimuksessa itsetunnolla tarkoitetaan sitä, miten lapsi arvostaa itseään. Lapsella itsensä arvostaminen näkyy luottamuksena omiin kykyihinsä.

ADHD-lapsen elämänlaadulle on itsetunnolla suuri merkitys. Hyvällä itsetunnolla on merkitystä ADHD-lapsella, jotta hän hyväksyy omat puutteensa, epäonnistumisensa ja pettymyksensä kuitenkin lannistumatta niistä (Martikainen & Savinainen 2008, 22). Itsetunto on yhteydessä vuorovaikutukseen, sillä myönteinen vuorovaikutus ylläpitää ja parantaa itsetuntoa. Hyvä itsetunto saa lapsen kokemaan itsensä hyväksytyksi, arvostetuksi ja onnistuneeksi. Hyvä itsetunto on perustana rakentavalle ja myönteiselle vuorovaikutukselle. (Ojala & Uutela 1993, 28.)

Kaikilla ADHD-lapsilla ei ole välttämättä huono itsetunto. Monilla minäkuva saattaa olla jopa epärealistisen positiivinen. Tällöin he yliarvioivat kykyjään ja tehtävissä menestymismahdollisuuksiaan. Usein ADHD-lapset haluavatkin antaa itsestään realistista positiivisemmän kuvan, jotta toiset lapset pitäisivät heistä ja arvioisivat heitä positiivisemmin. Myös pelko siitä, ettei ole yhtä hyvä kuin jonkin tehtävän suorittamisessa pitäisi olla, saa ADHD-lapsen näyttämään itsestään realistisesta positiivisemmän kuvan. Tällöin ajaututaan kuitenkin siihen, että ADHD-lapset syyttävät omista vaikeuksistaan vanhempiaan, opettajiaan tai ikätovereitaan, koska heidän itsetuntemuksensa on rajoittunutta. (Barkley 2008, 127.)

ADHD-lapsella voi olla ongelmia aggression hallinnassa. Vuorovaikutustaitojen kannalta aggressio on kaikkein merkittävin kielteinen tunne. Se on tunnetila, jota nousee esiin eniten hankalissa vuorovaikutustilanteissa. Sen jälkeen kun ihminen oppii käsit-

telemään niin omia kuin toistenkin aggressioita, löytää hän tärkeän taidon ihmisten välisissä suhteissa. (Aalto 2002, 40.)

2.3 Tunnetaidot

Lapsen tunne-elämän kehityksessä on kolme perustarvetta: lapsen tulisi (1) oppia ilmaisemaan ja tunnistamaan tunteensa, (2) pystyä arvioimaan omia tunteitaan ja (3) kokea mielekkäiksi ja perustelluiksi omat syvimmat tunteet (Puolimatka 2004, 46). Lapsen tunnetaitoja voidaan tarkastella esimerkiksi siinä, miten hän leikkii kaverin kanssa tai miten hän oppii hillitsemään mielihalujaan jonkin tavoitteellisen päämäärän hyväksi (Jalovaara 2006, 96). Tässä tutkimuksessa tunnetaidoilla tarkoitetaan ongelmien ja aggressioiden käsittelykykyä, turhautumien sietoa sekä hetken mielijohteiden eli impulssien hallintaa.

Häiriöt tunne-elämässä ja käyttäytymisessä voivat johtaa vaikeuksiin oppia. Jos lapsi joutuu kamppailemaan ihmissuhdeongelmissa tai omien sisäisten vaikeuksien kanssa, osaamisen ja oppimisen ilo katoaa. Tällöin myös koulumotivaatio heikkenee eikä lapsi kykene käymään koulua tai saavuttamaan tuloksia omien kykyjensä ja taitojensa tasolla. Koulunkäynnissä ja oppimisessa ilmenevät vaikeudet johtavat helposti siihen, että lapsesta voi tulla masentunut, haluton, ahdistunut, käytöshäiriöinen, sosiaalisesti välttämätön ja/tai syrjäytynyt. (Isokorpi 2004, 138.)

Tunneperäisillä ensireaktioilla tarkoitetaan ihmisen kykyä arvioida ympäröivää maailmaa ja tehdä päätöksiä. Päätöksen tekemiseen ja tapahtumien reagoimiseen vaikuttaa usein ensimmäinen tunne mikä tulee, kun tapahtuu jotain. Tällainen tunteenomainen ensireaktio vaatii usein itsehillintää ja harkitsemisaikaa, jotta tilanteesta tulisi sosiaalisesti hyväksyttävä ja ihminen saisi aikaan oikean päätöksen. ADHD-lapsella on monesti kuitenkin vaikeuksia hillitä itseään ja tunteenomaisia ensireaktioitaan. Silloin kun he eivät hillitse ensireaktiotaan, he eivät saa lisäaikaa erotella tunteita toisistaan. Näin ollen he usein joutuvat katumaan impulsiivisia ja tunteenomaisia reaktioitaan, koska heidän käytöksensä karkottaa muita. ADHD-lapsia pidetään usein kypsymättömänä tunnepuolella, koska he eivät kykene hillitsemään tunteitaan yhtä hyvin kuin muut lapset. Tämä voi johtaa sosiaaliseen vihamielisyyteen, rangaistuksiin ja ystävien menettämiseen. (Barkley 2008, 82.)

Tunteet motivoivat ihmistä toimimaan johonkin suuntaan. ADHD-lapset eivät aina pysty sisäistämään tunteitaan, jolloin kyky motivaation sisäistämiseen ei onnistu. Tähän ominaisuuteen pohjautuu myös kunnianhimoksi, päättäväisyydeksi ja tahdonvoimaksi kutsutut piirteet. Ihmisellä yksityiset, sisäiset tunteet tuottavat sisäisiä motivaatioita, joilla tuetaan käytöksen ohjaamista päämääriä ja tulevaisuutta kohti. Sisäinen motivaatio auttaa pysymään oikealla reitillä tavoitteiden saavuttamiseksi. ADHD-lapsella on usein vaikeuksia luoda yksityisiä, sisäisiä ja luontaisia motivaatioita. Tällöin he eivät siten pysty ylläpitämään toimintaa, suunnitelmia, päämääriä tai ohjeita yhtä hyvin kuin muut. ADHD-lapsi tarvitsee selkeitä kannustimia tai muuta motivaatiota tehtävien suorittamiseksi. Näin ollen he ovat riippuvaisia ulkoisista motivaatioista. (Barkley 2008, 84.)

2.4 Moniammatillinen kuntoutus

ADHD:ssä esiintyviä toimintahäiriöitä voidaan parantaa ja niiden haittavaikutuksia voidaan vähentää kuntoutuksella. Usein tämä onnistuu mutta ei aina. Silloin kun kuntoutuminen ei ole kokonaan mahdollista on tärkeää opettaa kompensatiokeinoja, joita lapsi voi käyttää. Kuntoutuksen tavoitteina ovat oireista, syistä ja ennusteesta tiedottaminen sekä toimintahäiriöiden parantaminen. Näin ollen lapselle tulee opettaa korvaavia toimintoja, tukeutumista omiin vahvoihin ominaisuuksiin ja realististen käsitysten omaksumista omista kyvyistä. Varsinaisen hoidon perusta on siinä, että lasta tuetaan ja vahvistetaan hänen suoriutumisisissaan eikä vain keskitytä ongelmien poistamiseen. Kannustavaa ja positiivista palautetta lapsi tarvitsee etenkin silloin, kun hän vaikeuksistaan huolimatta suoriutuu hyvin. (Michelsson ym. 2000, 57–59.)

ADHD-lapsen kohdalla toteutetaan tiiviisti moniammatillista kuntoutusta terveys-, sosiaali-, opetus- ja työviranomaisten yhteistyöllä. Kuntoutus voidaan toteuttaa lääkinnällisenä, ammatillisena, kasvatuksellisenä ja sosiaalisena kuntoutuksena. Lapselle, jolle tarvitaan kuntoutusta ADHD:n takia, tehdään henkilökohtainen kuntoutussuunnitelma. Kuntoutussuunnitelmassa sovitaan konkreettisista ja realistisista tavoitteista eri toiminta-alueilta. Lisäksi sovitaan siitä, mitkä keinot auttavat saavuttamaan päämäärät. (Michelsson ym. 2000, 57–58.)

Sosiaalista kuntoutusta pidetään yleisesti luonnehtivana kattokäsitteenä, jonka osatekijöitä on muut kuntoutuksen lajit. Sosiaalisella kuntoutuksella voidaan kuntoutuksen työnjakoa, kuntoutustoimenpiteitä ja lainsäädäntöä ryhmitellä esimerkiksi eri viranomaisten vastuualueiksi. Ihmisen ja hänen [sosiaalisen] ympäristönsä vuorovaikutusta ja yhteensopivuuden merkitystä korostetaan sosiaalisessa kuntoutuksessa. Sosiaalisella kuntoutuksella ei pyritä vaikuttamaan syihin seurausten kautta, vaan sillä pyritään katkaisemaan syrjäytymiskierre sekä etsimään uusia väyliä paremmalle elämälle. (Vilkkumaa 2004, 28–29, 36.) Sosiaalisen kuntoutuksen kuuluvat esimerkiksi sopeutumisvalmennus, vertaistuki ja harrastusryhmässä toimiminen (Martikainen & Savinainen 2008, 26, 28).

Kasvatuksellinen kuntoutus käsittää päivähoidon ja koulun tuottamat erityispalvelut (Martikainen & Savinainen 2008, 24). Yksilöllinen kuntoutusohjelma laaditaan lapselle, joka tarvitsee erityistä tukea ja kasvatusta. Koulussa lapselle järjestetään tarvittaessa joko yleisopetuksen yhteydessä koko- tai osa-aikainen erityisopetus. Lisäksi lapselle tehdään henkilökohtaisen opetuksen järjestämistä koskeva suunnitelma, HOJKS. (Michelsson ym. 2004, 64, 74).

Lääkinnällisen kuntoutuksen järjestämisessä ensisijainen velvoite on terveydenhuollolla. Tavoitteena lääkinällisessä kuntoutuksessa on suorituskyvyn parantaminen ja ylläpitäminen sekä toimintojen huonontumisen estäminen. Lääkinnällinen kuntoutus ADHD-oireyhtymässä on useimmiten yhdistelmä erilaisia hoitomuotoja, fysio-, toiminta-, puhe-, psyko- tai perheterapiaa. Neuropsykologinen kuntoutus on osoittautunut myös hyödylliseksi. Ratsastusterapialla saadaan apua muun muassa motorististen taitojen ja hahmotushäiriöiden kuntoutuksessa, mutta ennen kaikkea se ylläpitää myös itseluottamusta. (Michelsson ym. 2000, 58–60.)

ADHD-lapsella voi olla hoitovaihtoehtona myös lääkitys. Yleisimmin käytettyjä lääkkeitä ovat stimulantit. Kaikki lapset eivät kuitenkaan reagoi lääkitykseen samalla tavalla ja yleensä lääkitys yksistään ei normalisoi ADHD:n oireita. Lääkityksellä saadaan vähennettyä levottomuutta ja liiallista motorista aktiiviteettia. ADHD-lapsella voi kuitenkin olla psykologisia ongelmia ja oppimisvaikeuksia, joihin lääkityksellä ei usein ole vaikutusta. Suurimmalle osalle ADHD-lapsista voi kuitenkin olla hyötyä

useampien hoitotapojen, kuten esimerkiksi psykososiaalisten hoitojen ja lääkityksen yhdistämisestä. (Barkley 2008, 180, 339.)

3 SOSIAALIPEDAGOGINEN HEVOSTOIMINTA ADHD-LAPSEN KUNTOUTUKSESSA

Sosiaalipedagogista hevostoimintaa käytetään ADHD-lapsen kuntoutuksessa moniammatillisen kuntoutuksen yhtenä osana. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan tarkoitus kuntouttavana toimintana on parantaa ADHD:ssä esiintyviä toimintahäiriöitä – tässä tutkimuksessa sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja tunteiden ilmaisemisessa esiintyviä ongelmia.

Määrittelen tässä luvussa sosiaalipedagogisen hevostoiminnan käsitteen ja esittelen sosiaalipedagogista hevostoimintaa kuntoutusmuotona. Lisäksi käsittelen kuntouttajan eli hevosen vaikutuksen ihmiseen. Viimeisenä alalukuna tässä kappaleessa on toimeksiantajan kuvaus.

3.1 Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan määrittelyä

Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan teoria perustuu sosiaalipedagogiseen lähestymistapaan. Sosiaalipedagogiikassa on kyse tietystä ajattelutavasta suhteessa sosiaalisiin ongelmiin, ihmisyyteen sekä yksilön ja yhteiskunnan väliseen suhteeseen (Hämäläinen & Kurki 1997, 10–14). Sosiaalipedagoginen hevostoiminta on sosiaalipedagogiseen ajatteluun pohjautuvaa käytännön toimintaa. Ei ole olemassa valmiita toimintamalleja vaan ideologia, jonka periaatteiden mukaan toimitaan. Tavoitteena on kasvat-
taa lasten ja nuorten sosiaalisia taitoja ja auttaa häntä selviytymään paremmin omassa elämässään. (Hyvätti 2008.)

Keskeiset periaatteet niin sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa kuin sosiaalipedagogiikassakin ovat yhteisöllisyys, osallisuus, toiminnallisuus, elämyksellisyys/kokemuksellisuus, vuorovaikutteisuus, dialogisuus ja aikuisjohtoisuus. Toiminta on kokonaisvaltaista ja osallistavaa – lapsi/nuori on mukana monessa eri roolissa. (Hyvätti 2008.)

Sosiaalipedagoginen hevostoiminnan tarkoituksena ei ole korostaa fyysisyyttä tai ratsastusopetusta, vaan ratkaisukeskeistä itsensä kehittämistä. Ratkaisua ei etsitä mennei-

syyden ongelmiin tai käyttäytymiseen, vaan keskitytään voimavaroihin. (Hevonen kasvattaa oikeudenmukaisuutta 2008.) Sosiaalipedagoginen hevostoiminnan tavoitteena on sosiaalisen kasvun ja hyvinvoinnin tukeminen hevosen kanssa tapahtuvassa yhteisöllisessä toiminnassa (Tervetuloa Sosiaalipedagoginen hevostoiminta -koulutuksen internet-sivuille).

Taustalla sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa on jatkuvasti muuttuva yhteiskunta. Aikamme merkittävimpiä haasteita ovatkin lasten ja nuorten pahoinvointi ja syrjäytyminen. Näin ollen varhainen havaitseminen ja ongelmiin puuttuminen on välttämätöntä. Hyvien ja vaikuttavien keinojen löytäminen näihin ongelmiin on vaikeaa, joten sosiaalipedagoginen hevostoiminta on yhtenä vaihtoehtona. Sosiaalisten ja sopeutumisongelmien hoidossa on hevostoiminnalla historiallinen ja merkittävä vaikutus. (Hyvätti 2008.)

3.2 Sosiaalipedagoginen hevostoiminta kuntouttavana toimintana

Ihmisten tunteet ovat toimimisen motivoiva voima, jota ilman ei ole päämääriä ja pyrkimyksiä. Tunteet vaikuttavat hyvinvointiin ja käyttäytymiseen, ja niiden avulla selviämme ympäristön haasteista ja vuorovaikutustilanteista. Yhteistyö ja vuorovaikutus hevosen kanssa voi auttaa ihmistä tunnistamaan omia ja toisten tunteita, ratkomaan haastavia vuorovaikutustilanteita, käyttäytymään empaattisemmin sekä parantamaan omaa tunneilmaisuaan. (Pitkänen 2008, 93.) Nykypäivänä onkin kliinisesti todistettu hevosen kanssa toimimisen vaikuttavan ihmisen aivojen toimintaan. Ihminen rauhoittuu ja keskittyy toimiessaan hevosen kanssa. Ihmisen käytös muuttuu positiivisella tavalla hevosen läsnäolon vaikutuksesta. Positiiviset vaikutukset ja tarkoituksenmukainen vuorovaikutus hevosen kanssa todistavat hevosterapian hyödyn niin aikuisilla kuin lapsillakin. (Equine Faciliated Learning.)

Suomen ratsastajainliitto (SRL), Kuopion yliopisto ja Turun yliopisto ovat tehneet yhteistyötä toteuttamalla valtakunnallisen täydennyskoulutusta vuodesta 2002 lähtien. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan koulutussyrjäytymisen ehkäisyssä ja sosiaalisessa kuntoutuksessa perustuu vahvasti yliopiston sosiaalipedagogiseen teoriaopetukseen ja sen näkökulman soveltamiseen. (Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan koulutus syrjäytymisen ehkäisyssä ja sosiaalisessa kuntoutuksessa.)

Hevosen kanssa työskenneltäessä puhutaan usein ratsastusterapiasta. Ratsastusta ja hevosen kanssa toimimista voidaan käyttää kuntouttavana terapiamuotona fyysisessä, psyykkisessä, sosiaalisessa ja pedagogisessakin kuntoutuksessa. Ratsastusterapia on yksilöllisesti tavoitteellista kuntoutusta, jota tehdään tukemaan ja täydentämään sosiaalisen, kasvatuksellisen, lääkinnällisen tai psykiatrisen kuntoutuksen tavoitteita. Tavoitteet voidaan asettaa esimerkiksi asiakkaan vuorovaikutustaitojen, kehon motorikan, käyttäytymisen ja/tai tunteiden hallinnan oppimiselle ja niiden siirtämiselle asiakkaan jokapäiväiseen elämään. (Palola 2003, 78, 80.) Koulutettu terapeutti tekee yhdessä hevosen kanssa ratsastusterapiaa. Ratsastusterapeutin pohjakoulutuksesta riippuu se, millaiset asiat terapiassa painottuvat. Tavoitteet voivat olla esimerkiksi motoriset, pedagogiset tai psykologiset. (Ratsastusterapia.)

Hevostoiminta [ratsastusterapia] voidaan nähdä myös toiminnallisena terapiana. Siinä tähdätään aina siihen, että asiakas tekisi, opettelisi ja uskaltaisi tehdä jotakin. Tällaisen näkemyksen mukaan heikkoa itseluottamusta voidaan hoitaa parhaiten antamalla henkilölle tehtäviä, joiden avulla hän huomaa osaavansa ja hallitsevansa jotakin. Teoilla saadaan muutettua ajatuksia ja päinvastoin. Näin ollen terapiassa vaikuttava elementti on tekemällä oppiminen ja siitä saadut myönteiset kokemukset. (Karppinen 1998, Palolan mukaan 2003, 85.)

Ratsastusterapian ja sosiaalipedagogisen hevostoiminnan raja on näin ollen todella häilyvä. Sosiaalipedagogiikka voidaan ymmärtää ammatillisena suuntautumisena, jolloin ammattihenkilö työskentelee sosiaalipedagogiselle lähestymistavalle tyypillisiä työmenetelmiä käyttäen joko tietoisesti tai tiedostamatta (Ranne 2002 & Semi 2004, Ranteen mukaan 2005, 15). Toimeksiantajani soveltaa sosiaalipedagogista lähestymistapaa työskentelyssään. Hän voi kuitenkin käyttää myös muuta psykoterapeutin ammatistaan saamaa tietoa ja taitoa työskennellessään yhdessä hevosen ja ADHD-lasten kanssa. Tämän vuoksi tutkimuksessa viitataan muutamaa otteeseen myös ratsastusterapiaan. Ratsastusterapiassa ja sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa on kuitenkin sama kuntouttaja – hevonen, joka omalla tavallaan vaikuttaa lapseen.

3.3 Hevonen kuntouttajana

Hevonen sopii monilta ominaisuuksiltaan hyvin kuntoutuksen yhdeksi osaksi. Hevonen on perusluonteeltaan lempeä, herkkä eikä se syrji ihmistä. Hevonen vaatii huolenpitoa, joten se kasvattaa vastuuseen. Hevosen kanssa on kommunikointia, ja siksi täytyy saada aikaan vuorovaikutusta. Hevosen suuri koko herättää kunnioitusta ja sen hallinta antaa itseluottamusta. Hevonen itsessään jo pelkällä olemuksellaan tekee vahvaa työtä. Hevosen kanssa tekeminen on aina merkityksellistä, sillä ihminen kantaa vastuun sen hyvinvoinnista. (Hyvätti 2008.)

Hevonen symboloi energiaa, voimaa, viettejä ja suuruutta. Ison ja kunnioitusta herättävän eläimen mukautuminen ihmisen ohjailuun ja tahtoon sekä ihmisen yhteys hevosen energiaan ja voimaan vahvistaa itsetuntoa. Tällöin hevosen kanssa toimiessa ihminen kokee itsensä kykeneväksi ja voimakkaaksi. (Palola 2003, 86.) Hevosen kanssa toimiessa luodaan pienoistodellisuus, jossa toimintaa ja omaa ympäristöä voi tuntea hallitsevansa. Vaativan ja uuden talliympäristön hallinta palkitsee ja kehittää ihmisen itsetuntoa. (Pitkänen 2008, 22.)

Hevonen on peili ihmisen tunnemaailmalle – hevonen on suora ja rehellinen mutta lempeä ja rohkaiseva. Hevosen kautta ihminen saa tunteiden lukutaidon. Hevonen myös kommunikoi ihmisen kanssa väsymättä. Se käytöksellään ohjaa ja palkitsee aitoon vuorovaikutukseen hakeutuvaa ihmistä. Samalla kun hevonen kommunikoi ihmisen [lapsen] kanssa saa terapeutti totuudenmukaisen kuvan asiakkaan [lapsen] tunnemaailmasta ja terapiaprosessin kulusta. (Pitkänen 2008, 18.)

Hevosen kanssa tulee toimia pitkälti samalla tavalla kuin ihmisten kanssa – luottamus ja kunnioitus on ansaittava. Hevoset hakevat aina turvallisuutta ja rauhaa. Tämä johtuu siitä, että ne saaliseläiminä joutuvat jatkuvasti tarkkailemaan ympäristöään mahdollisten saalistajien varalta. Ihmisen liiallinen yritys kontrolloida hevosta syystä tai toisesta aiheuttaa siinä pelon reaktion. Hevosen huomioiminen ja kunnioittaminen vaatii sitä, että ihminen odottaa ja huomioi hevosen reaktioita keskinäisessä kommunikoinnissa. Tällöin yhteistyö ihmisen ja hevosen välillä toimii. (Equine Faciliated Learning.)

Ihmisen ja hevosen toiminta perustuu aina tunteisiin ja kokemukselliseen läsnäoloon. Hevonen odottaa ihmiseltä kykyä keskittymiseen ja johdonmukaiseen tunteiden käsittelyyn – hevonen ei ole kiinnostunut selityksistä ja järkeilystä. Ongelmat tunteidenkäsittelyssä heijastuvat helposti vuorovaikutukseen myös hevosen kanssa. (Pitkänen 2008, 41.)

3.4 Toimeksiantajan kuvaus

Psykoterapeutti Hannu Rytönen toteuttaa sosiaalipedagogista hevostoimintaa Kajaanissa Kajaanin hevosharrastekeskuksen tiloissa Kuluntalahdessa. Hevosharrastekeskus on Suomen ratsastajainliiton (SRL) hyväksymä ratsastuskoulu. Tallissa on 38 karsinaa, jotka ovat jakautuneet kahden käytävän varrelle. Toisella käytävällä asuvat opetushevokset ja toisella yksityisten ihmisten omistamat hevokset. Näin ollen talliyhteisö koostuu ratsastuksen opettajien (2) ja ohjaajien (1) lisäksi kymmenistä hevosten omistajista ja hoitajista. Hannu Rytönen käyttää sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa sekä ratsastuskoulun opetushevosia että omaa hevostaan.

Asiakkaita sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa Hannu Rytösellä on Kainuun Keskussairaalan neuropsykiatriselta poliklinikalta ja nuorten psykiatriselta osastolta. Sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan asiakkaat tulevat lääkärin läheteellä ja hevostoiminta liittyy osaksi heidän kuntoutussuunnitelmia. Lisäksi asiakkaita on lastensuojelun piiristä. Lastensuojelun asiakkaiden hevostoiminnan maksavat lapsen/nuoren sijoittajakunnan sosiaalihuolto.

Sosiaalipedagoginen hevostoiminta käsittää ratsastuksen lisäksi myös muuta hevosen kanssa toimimista, kuten hoitamista ja karsinan siivousta. Kuntoutuksen ensimmäisillä kerroilla yleensä tutustutaan hevoseen ja siihen millainen eläin se on, miten sen kanssa tulee toimia ja käyttäytyä. Jokaisen asiakkaan kohdalla edetään aina tilanteen mukaan asiakkaan toiveita kuunnellen.

Kuntoutusjakson edetessä nousee hevosen selkään ja kokeillaan ratsastusta sekä maneesissa eli ratsastushallissa että ulkona maastossa. Asiakkaan toiveita kuunnellaan tässäkin tapauksessa; jotkut haluavat nauttia luonnon rauhasta hevosen kanssa maastossa kävellen, kun taas jotkut haluavat ravailta ja laukkailla maneesissa. Sosiaalipe-

dagogisen hevostoiminnan toteuttamisessa on kuitenkin otettava huomioon asiakkaan ratsastuksen taso. Ensin täytyy olla aina perusasiat hallussa, kuten esimerkiksi miten hevosen saa liikkeelle, kääntymään ja pysähtymään ennen kuin voi siirtyä vaikeampiin ratsastuksen harjoitteisiin. Tavoitteena ei ole tehdä asiakkaista teknisesti taitavia ratsastajia, tosin osaaminen kehittyy samalla. Pääasiana on saada lapsille hyvää oloa, onnistumisen tunnetta ja tekemisen iloa.

Edellytyksenä ratsastukselle on hevosen hoitaminen ja varusteiden päälle laittaminen. Eli ennen kuin pääsee hevosen selkään, on hevonen harjattava sekä laitettava satula ja suitset. Hevosen voi myös itse hakea tarhasta ja taluttaa talliin, siivota karsinan tai tehdä hevoselle vaikka iltaruokat valmiiksi. Näin ollen lapsi oppii ottamaan vastuuta asioista ja huomaa sen, ettei kaikkea saa valmiina. Hevosen kanssa on myös toimittava rauhallisesti ja määrätietoisesti. Hevonen toimii ikään kuin peilinä omalle toiminnalle, esimerkiksi jos hermostut, voi hevonenkin hermostua. Tärkeintä on kuitenkin se, että hevosen kanssa onnistuu aina. Jokainen lapsi tekee tallilla asioita omien kykyjen ja taitojen mukaan.

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

4.1 Tutkimustehtävä

Tutkimukseni tarkoituksena oli selvittää sosiaalipedagogisen hevostoiminnan tuomia muutoksia vanhempien arvioimana ADHD-lapsensa käyttäytymiseen päivittäisissä toiminnoissa. Päivittäisillä toiminnoilla tarkoitan tutkimuksessani nukkumisen ja ruokailun lisäksi lapsen päivittäisiä vuorovaikutustaitoja muiden ihmisten kanssa sekä tunteiden ilmaisuja. Tutkimuksessa vanhemmat arvioivat, millaista muutosta sosiaalipedagoginen hevostoiminta oli saanut aikaan ADHD-lapsen jokapäiväisiin toimintoihin kuntoutuksen jälkeen.

Tutkimustehtävänä oli selvittää, millaisia muutoksia lapsen vuorovaikutustaitoihin oli tullut kotona vanhempien ja kavereiden kanssa, millaista muutosta lapsen itsetuntoon oli tullut ja miten tunne-elämä oli muuttunut sosiaalipedagogisen hevostoiminnan kuntoutusjakson jälkeen. Tutkimustehtävänä oli myös selvittää, millaista hyötyä vanhemmat arvioivat sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta olevan.

Tutkimustehtäviin haettiin vastauksia seuraavilla kysymyksillä:

1. Millaista muutosta on tapahtunut lapsen arkielämän vuorovaikutustaidoissa?
 - Vanhempien kanssa?
 - Kavereiden kanssa?
2. Millaista muutosta lapsen tunteiden ilmaisemisessa on tapahtunut?
3. Millaista hyötyä sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta on ollut?

4.2 Kohdejoukon kuvaus

Tutkimuksen kohdejoukkona oli neljä kainuulaista perhettä; neljä äitiä ja kolme isää, joiden lapsella oli diagnosoitu ADHD. Lapset olivat saaneet lähetteen sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan Kainuun Keskussairaalan neuropsykiatriselta poliklinikalta. Kuntoutusjakso maksettiin ostopalveluna määräpalvelurahoilla. Lapset olivat saaneet lähetteen nimenomaan sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan, eivät psykoterapiaan.

Tutkimus alkaa usein siitä, että tutkija selvittää toiminta-alueensa. Tutkija valitsee tutkittavasta ilmiöstä yhden luonnollisesti olemassa olevan ryhmän ja haastattelee kaikki tämän ryhmän jäsenet. Aineiston koko määräytyy sen mukaan, miten monta jäsentä tällaiseen ryhmään sattuu kuulumaan. (Hirsjärvi ym. 2006, 155, 170–171.) Tutkimuksessa kohdejoukon valinta tehtiin sen perusteella, että tarvittiin olemassa oleva ryhmä eli ryhmä, joka oli jo käynyt sosiaalipedagogisen hevostoiminnan kuntoutusjakson läpi. Tutkimukseen valittiin kaikki perheet, joiden lapsi oli osallistunut koko kuntoutusprosessin ajan.

Asiakkaat, eli tässä tutkimuksessa neljä ala-asteikäistä (7–11-v.) poikaa, olivat saaneet lähetteen 15 käyntikerraksi. Kuntoutusjaksot olivat toteutuneet vuosina 2007–2008. Toimeksiantajalleni tämä oli ollut ensimmäinen ryhmä, joka oli käynyt läpi sosiaalipedagogisen hevostoiminnan kuntoutusjakson. Ensimmäisen kuntoutuksen läpikäyneessä ryhmässä oli ollut mukana viisi perhettä, josta neljä suostui lähtemään mukaan tutkimukseen.

4.3 Tutkimuksen lähestymistapa ja aineiston keruumenetelmä

Opinnäytetyöni oli kvalitatiivinen tutkimus. Kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimuksen lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen (Hirsjärvi ym. 2006, 152). Tämä tutkimusote sopi tutkimustehtävääni, sillä tarkoituksena oli selvittää sosiaalipedagogisen hevostoiminnan vaikutusta lapsen jokapäiväiseen toimintaan.

Luonteeltaan kvalitatiivinen tutkimus on kokonaisvaltaista tiedon hankintaa, ja aineisto kootaan luonnollisissa, todellisissa tilanteissa. Ihmistä itseään suositaan tiedon ke-

ruun instrumenttina. Aineiston hankinnassa suositaan laadullisten metodien käyttöä, jolloin tutkittavien näkökulmat ja ”omat äänet” pääsevät esille. Laadullisiin metodeihin kuuluu muun muassa teemahaastattelu. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa tapauksia käsitellään aina ainutlaatuisina ja aineistoa tulkitaan sen mukaisesti. (Hirsjärvi ym. 2006, 155.)

Tutkimusaineiston keräsin teemahaastatteluilla sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa mukana olleiden lasten vanhemmilta parihaastatteluina. Teemahaastatteluun eli puolistrukturoidussa haastattelussa valitaan etukäteen teemat ja niihin liittyvät tarkentavat kysymykset, joilla viedään haastattelua eteenpäin. Kuitenkaan teemahaastattelussa ei voida kysyä ihan mitä tahansa, vaan pyrkimyksenä on löytää merkityksellisiä vastauksia tutkimuksen tarkoituksen ja ongelmanasettelun tai tutkimustehtävän mukaisesti. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 77.) Toimeksiantajani kanssa käytyjen keskustelujen pohjalta nousivat esille haastattelun teemoiksi sosiaalinen vuorovaikutus ja tunteet, koska ADHD-lapsilla kuntoutumisen tavoitteet painottuivat näillä alueilla. Teemojen valintaa ja tarkentavia apukysymyksiä täsmensin perehtymällä teoriakirjallisuuteen (liite 1).

Haastattelukysymykset ja tarkentavat apukysymykset olivat kaikille vanhemmille samat. Mielestäni teemahaastattelu sopi aineiston keruumenetelmäksi paremmin kuin kyselylomake, koska kasvotusten haastattelemalla pääsin keskustelemaan kokonaisvaltaisemmin. Keskustelin vanhempien kanssa hevostoiminnan tuomista muutoksista ja sain tarpeen tullen esittää lisäkysymyksiä. Mielestäni haastatteluissa vanhempien mielipiteet, havainnot ja omat kokemukset pääsivät paremmin esille kuin kyselylomakkeilla.

Tutkimuksen haastattelut toteutin perheiden kotona. Haastattelut kestivät puolesta tunnista tuntiin ja haastattelin molempia vanhempia yhtä aikaa. Nauhoitin haastattelut, joten aineisto säilyi paremmin analysointia varten. Yhdessä perheessä lapsi oli mukana kuuntelijana haastattelutilanteessa, mutta ei itse vastailut kysymyksiin. Muissa perheissä lapset eivät olleet läsnä haastattelutilanteessa. Haastattelutilanteet olivat itselleni uusia – en ole ennen ollut haastattelijan roolissa. Mielestäni haastattelutilanteet olivat kuitenkin luontevia ja sujuvia.

4.4 Aineiston käsittely ja analysointi

Nauhoitetut haastattelut litteroin heti seuraavana päivänä haastattelujen jälkeen. Litteroinnilla tarkoitetaan tallennetun laadullisen aineiston puhtaaksi kirjoittamista sanantarkasti. Aineiston litteroiminen on tavallisempaa kuin se, että päätelmät tehtäisiin suoraan nauhoista. (Hirsjärvi ym. 2006, 210.) Litteroitua aineistoa minulla oli 13 sivua.

Aineistoa analysoidessa löytyy usein myös muitakin kiinnostavia asioita, mutta laadullisen tutkimuksen analyysissä on osattava erottaa ne asiat, jotka tuovat vastauksen tutkimustehtävään. Eli tutkimuksen kiinnostuksen kohteen tulee näkyä tutkimuksen tarkoituksessa ja tutkimustehtävässä. Niiden pitää olla samalla linjalla raportoidun kiinnostuksen kohteen kanssa. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 94.)

Analyysimenetelmänä tutkimuksessani oli teorialähtöinen sisällönanalyysi. Teorialähtöisessä sisällönanalyysissä teoreettiset käsitteet tuodaan valmiina eli ne on ”jo tiedetty” ilmiöstä (Tuomi ja Sarajärvi 2009, 117). Minulla oli etukäteen tietoa ja teoriaa tutkittavasta aiheesta – lasten ADHD:sta johtuvia ongelmia oli jo tiedossa, mikä näkyi teemahaastattelun kysymyksissä.

Teorialähtöisessä sisällönanalyysissä muodostetaan analyysirunko (Sarajärvi & Jänhonen 2000, Tuomen & Sarajärven mukaan 2003, 116). Analyysirungossa voi olla väljyyttä. Analyysirungon sisälle muodostetaan aineistosta erilaisia kategorioita tai luokituksia ja tällöin noudatetaan induktiivisen eli aineistolähtöisen sisällönanalyysin periaatteita. Aineistosta poimitaan ne asiat, jotka kuuluvat analyysirunkoon sekä ne asiat, jotka jäävät analyysirungon ulkopuolelle. (Kyngäs & Vanhanen 1999, Tuomen & Sarajärven mukaan 2003, 116.) Sisällönanalyysia voidaan jatkaa aineiston kategorioiden jälkeen kvantifioimalla aineisto. Tällöin aineistosta lasketaan, kuinka monta kertaa sama asia esiintyy esimerkiksi haastattelijoiden kuvauksissa. (Catanzaro 1988, Burn & Grove 1997, Tuomen & Sarajärven mukaan 2003, 117.)

Luin useaan kertaan aineiston huolellisesti läpi ja poimin alleviivaamalla ne asiat aineistosta, jotka kuuluivat analyysirunkoon. Teemahaastattelurungon selkeyden vuoksi oli helppo muodostaa erilaisia kategorioita aineistosta. Esimerkkinä tekemistäni kate-

gorioista voidaan pitää kategoriana ”millaista muutosta on tullut lapsen itsetuntoon”. Itsetuntokysymys kuuluu ensimmäisen pääteeman eli vuorovaikutuksen alakysymyksiin. (liite 1.)

Kategorioissa olevat ilmaukset pelkistin aineistolähtöisen sisällönanalyysin mukaan. Pelkistetyistä ilmauksista tulee aineistolähtöisen sisällönanalyysin mukaan etsiä samankaltaisuuksia ja erilaisuuksia (Tuomi & Sarajärvi 2009, 109). Pelkistetyistä ilmauksista pystyin kvantifioimaan aineistoa eli etsimään samankaltaisia ilmauksia. Esimerkiksi itsetuntokategorian vastaukset pelkistin niin, että sain täsmällisen vastauksen haettuun kysymykseen. Haastattelijoiden vähäisen määrän takia listasin vastaukset vielä allekkain, jolloin tuloksia oli helppo verrata toisiinsa.

4.5 Tutkimuksen luotettavuus ja eettiset kysymykset

Opinnäytetyön teemahaastattelun runko oli suunniteltava tarkkaan, jotta saisin tietoa siihen tutkimustehtävään mikä oli asetettu. Hirsjärvi onkin kirjoittanut teoksessaan ”Tutki ja kirjoita” validiudesta eli pätevyydestä, jolla arvioidaan tutkimusta. Validiudella tarkoitetaan mittarin tai tutkimusmenetelmän kykyä mitata juuri sitä, mitä on ollut tarkoituskin mitata. (Hirsjärvi ym. 2006, 216–217.) Tutkimuksessani teemahaastatteluissa esitetyillä kysymyksillä on mielestäni saatu vastaus siihen, mitä on lähdetty tutkimaan. Kuitenkaan kaikki teemahaastatteluun valitut kysymykset eivät olleet hyödyllisiä tutkimuksen kannalta. Tällä tarkoitan sitä, että monia kysymyksissä ilmenneitä ADHD:n oireita ei ollut koettu ongelmalliseksi lapsen päivittäisissä toiminnoissa tai lapsella ei ole ollut kyseistä oiretta.

On tärkeää, että haastattelijalla ja haastateltavalla on samanlainen käsitys haastateltavasta asiasta. Näin ollen tutkija ei käsittele saatuja tuloksia alkuperäisen oman ajattelumallinsa mukaisesti. Yhteisellä ajattelumallilla tuloksia voidaan pitää tosina ja pätevinä. (Hirsjärvi ym. 2006, 216–217.) Haastattelujen alussa kävimme vanhempien kanssa tarkasti läpi haastattelurungon ja -kysymykset, jolloin vanhemmat pystyivät esittämään tarkentavia kysymyksiä tai kysymään, jos he eivät ymmärtäneet jotain kohtaa. Olin myös lähettänyt haastattelurungon pohjan valmiiksi vanhemmille sähköpostitse, jotta he pystyivät tutustumaan kotona etukäteen ja rauhassa kysymyksiin. Moni

vanhempi olikin miettinyt vastauksia valmiiksi. Minulla oli myös listattuna itselläni apukysymyksiä, joita esitin tarpeen vaatiessa.

Toimeksiantajani oli kysynyt puhelimitse tutkimusluvan vanhemmilta. Sain niiden perheiden yhteystiedot itselleni, ketkä suostuivat mukaan tutkimukseen. Perheiden anonymius säilyi, sillä käsittelin vastauksia niin, että nimiä ei tullut missään vaiheessa ilmi. Tutkimuksessa lasten ikä ei tule esille, vaan puhutaan ala-asteikäisistä pojista. Perheestä kokonaisuudessaan on tietoa siitä, että he asuvat Kainuussa. Näin ollen perheiden tunnistamattomuus säilyy. Yhden lapsen kohdalla vain äiti osallistui haastatteluun, sillä vanhemmat olivat eronneet. Käsittelin tuloksia kuitenkin niin, että pelkkää yhtä vanhempaa ei mainita. Tällöin tuloksista ei nouse esille tietty yksi lapsi.

Tutkimusetiikan mukaan hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu vaatimus noudattaa tieteessä hyväksytyjä ja eettisesti kestäviä tiedonhankinta- ja tutkimusmenetelmiä (Tutkimusetiikkaa ja lakipykälä 2007). Kaikilta haastateltavilta oli tutkimuslupa, joten he olivat itse suostuneet tutkimuksen kohteeksi. Toimeksiantajani oli kysynyt vanhempien suostumuksen haastatteluun ja yhteystietojen antamiseen. Nauhoitetut teemahaastattelut hävitettiin litteroinnin jälkeen. Analysoinnin ja raportoinnin jälkeen myös aineisto hävitettiin.

Tutkimuksen luotettavuutta tarkasteltaessa oli tärkeää tietää, että lapsilla oli ollut myös muita kuntoutus-, terapia- ja tukimuotoja [esimerkiksi toimintaterapia ja mukautettu opetussuunnitelma]. Nämä olivat toteutuneet joko yhtä aikaa sosiaalipedagogisen hevostoiminnan kanssa tai muuna ajanjaksona. Kahdelle lapsista oli tullut myöhemmin, sosiaalipedagogisen hevostoiminnan kuntoutusjakson jälkeen lääkitys, josta oli koettu olevan hyötyä. Lisäksi tulee muistaa, että lapsen käyttäytymisen arvioiminen tapahtui vanhempien omien kokemusten pohjalta. Kuntoutusjaksot toteutuivat vuosien 2007–2008 aikana, joten ajan kuluminen oli voinut omalta osaltaan vaikuttaa vanhempien muistamiseen ja arvioimiseen.

5 TUTKIMUSTULOKSET

5.1 Muutokset vuorovaikutustaidoissa

Tutkimukseen osallistuneiden vanhempien arviointien perusteella kaikkien lasten kohdalla ei ollut havaittavissa muutosta sosiaalisissa vuorovaikutustaidoissa. Osalla lapsista oli havaittu muutosta parempaan oman vuoron odottamisessa tai lapsen kiukkuelun ja tavaroiden heittelemisen vähentymisessä. Lisäksi tavaroita heittelevällä lapsella vuorovaikutustaitojen parantuminen oli näkynyt siitä, että lapsi oli oppinut kysymään asioita vanhemmiltaan, esimerkiksi sitä, miten jokin asia toimii. Lisäksi lapsi oli oppinut luottamaan vanhempien sanomiseen.

Vanhempien arviointien perusteella vuorovaikutustaidoissa kavereiden kesken vaihtelivat. Muutoksia ei ollut joko huomattu tai suoranaista syrjäytymisen ja kaverittomuuden pelkoa ei ole ollut, sillä kavereita on ja kaverisuhteet ovat toimineet aikaisemminkin onnistuneesti. Osalla lapsista vanhemmat arvioivat lapsilleen tulleen jonkinlaista muutosta vuorovaikutustaitoihin kavereiden kesken. Lapsen opettaja oli maininnut havainneensa orastavaa eli alkavaa taitoa vuorovaikutuksessa kavereiden kanssa, mutta melko lyhyitä aikajaksoja. Lapsi oli pyrkinyt hakemaan kontaktia mutta yhdessä oleminen ei ole ollut helppoa. Kaverit olivat olleet joko nuorempia tai vanhempia. Yhden lapsen kohdalla kaveriporukka oli nuorempaa kuin lapsi itse, mutta uusia vuorovaikutussuhteita alkoi vähitellen syntyä poikien kanssa, joita oli tallilla.

Vanhempien arviointien perusteella enemmistöllä lapsista oli tapahtunut myönteisiä muutoksia itsetunnossa sekä epäonnistumisten ja lannistumisten hyväksymisessä. Epäonnistumisten ja lannistumisten hyväksymisessä muutokset yhden lapsen kohdalla olivat näkyneet siinä, että lapsi oli oppinut lähtemään senhetkisestä tilanteesta pois. Epäonnistumisen kohdatessa lapsella oli ollut ensin huutoa ja mekastusta mutta lapsi oli oppinut lähtemään tilanteesta pois esimerkiksi menemällä toiseen huoneeseen. Näin lapsi oli oppinut oman kiukkunsa pois purkamista.

Alkoi itse puhumaan, että minä osaan ja opin. Toimintaterapeutin mielestä epäonnistuminen ja pettyminen ei enää niin paljon ravistele – –

Kun on saanut yhden kerran tehtyä asian oikein niin sitten menee omin päin ja tekee – luotetaan itseensä.

5.2 Muutokset tunteiden ilmaisemisessa

Vanhempien arvioimana tunteiden ilmaisemiseen ja tunnistamiseen oli huomattavissa jonkinasteista muutosta suurimmalla osalla lapsista. Positiiviset tunteet oli lapsilla helpompi tunnistaa kuin negatiiviset tunteet. Suurimmalla osalla lapsista hyväntuulisuus näkyi ulospäin ja he osasivat kertoa, minkä vuoksi olivat hyvällä tuulella. Negatiivisia tunteita lapset eivät niinkään osanneet nimetä, eikä suurin osa tunnistanut itse, minkä vuoksi oli esimerkiksi huonolla tuulella.

Tallilta tullessa totesi: Kumma homma kun nuo hevoset saa minut hyvälle tuulelle.

Alkoi jollain lailla huomata ja tiedostaa sen väärinkäyttäytymisen – Ratsastuksesta oli ylpeä ja iloinen.

Muutosta aggression käsittelykykyyn ja aggressiiviseen käyttäytymiseen vanhempien arviointien perusteella ei ollut havaittavissa suurimmalla osalla lapsista. Näillä lapsilla ei joko ollut esiintynyt aggressiivisuutta ollenkaan tai hevostoiminta ei ollut vaikuttanut aggressiiviseen käyttäytymiseen. Yhden lapsen kohdalla aggression käsittelykykyyn ja aggressiiviseen käyttäytymiseen hevostoiminnalla oli ollut huomattavasti vaikutusta. Lapsi oli saattanut ennen heitellä tavaroita, mutta hän oli oppinut käsittelemään aggressiotaan niin sanotusti sisäisesti purkautumalla – ei hajota tavaroita vaan ”tuhisee” itseksensä.

Nyt ymmärtää sen vihan sillä tavalla, ettei aiheuta mitään vahinkoa. Koulussa ei enää tavarat hajoa.

Enemmistöllä lapsista oli vanhempien arvioimana havaittavissa muutoksia impulsiiviseen käyttäytymiseen vähenemiseen, kärsivällisyyden kehittymiseen ja turhautumisen sietoon. Näillä lapsilla ei ole ollut ongelmia kuitenkaan kaikkien edellä mainittujen

asioiden kanssa. Esimerkiksi yhden lapsen kohdalla turhautumista ei ollut esiintynyt mutta impulsiivisen käyttäytymisen kanssa oli joskus ollut ongelmia. Hevostoiminta oli vanhempien arvioiden mukaan opettanut lapselle itsehillintää ja kärsivällisyyttä.

Ei tee enää sitä, että ottaa ja lähtee vaan asioista keskustellaan. Koulussa ei enää kirjat lennä vaan nyt opiskellaan – Nykyisin jaksaa enemmän odottaa omaa vuoroaan.

Itsehillintää on hevosen kanssa tullut, koska hevosen kanssa ei voi kovin impulsiivisesti käyttäytyä. Kärsivällisyys kehittyi.

Erään lapsen kohdalla kotona oli esiintynyt kärsimättömyyttä mutta turhautumista ei, joten sitä ei oltu koettu ongelmalliseksi. Koulussa oli kuitenkin huomattu kärsimättömyyttä ja turhautumista asioiden ja tehtävien tekemisessä. Lapsen kohdalla toimintaterapeutti oli huomannut muutosta kärsivällisyyden lisääntymisenä, mutta kotona vanhemmat eivät olleet huomanneet muutosta. Lisäksi lapsen opettajalta koulusta oli tullut palautetta, että asiat alkavat menemään vähän enemmän koulumaisemmaksi, sillä turhautumista ei ole enää yhtä paljon kuin aikaisemmin.

5.3 Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan hyödyllisyys

Vanhempien arviointien perusteella sosiaalipedagogisella hevostoiminnalla lapsen päivittäisiin toimintoihin – nukkumiseen ja ruokailuun ei ollut tullut muutosta suurimmalla osalla lapsista. Lapsilla ei ole ollut ongelmaa nukkumisessa tai syömisessä, ja jos ongelmaa on ollut, niin niihin ei ole tullut muutosta. Yhden lapsen kohdalla nukkumaan menoon oli ilmennyt muutosta – muutos oli havaittu siinä, että lapsi menee itse nukkumaan.

Kysyttäessä lapsen uudelleen viemistä sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan vastasivat kaikki vanhemmat myönteisesti. Jokainen vanhempi veisi lapsensa toimintaan uudestaan, etenkin jos lapsi itse haluaisi.

Kyllä ehdottomasti. Pitäisi olla lisäjakso vuoden parin päästä. Perustettaisiin ryhmä – huomattaisiin, että on muitakin samanlaisia.

Ennakkoluuloista kysyttäessä oli useaa vanhempaa alkuun mietityttänyt se, että toimiiko ja auttaako sosiaalipedagoginen hevostoiminta. Kuitenkaan negatiivisia ennakkoluuloja ei ollut sosiaalipedagogista hevostoimintaa kohtaan. Yhden perheen kohdalla alkuun oli hieman jännittänyt se, että miten villi poika pärjää tallilla ison hevosen kanssa – ensimmäisestä kerrasta lähtien kaikki oli kuitenkin sujunut hyvin.

Kahden lapsen vanhemmat arvioivat toteutuneen kuntoutukselle asetetut tavoitteet. Nämä tavoitteet oli asetettu Kainuun Keskussairaalan neuropsykiatrisella poliklinikalla ja ne olivat olleet perusteena saada lähete sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan. Näistä lapsista toisella oli ollut yhtä aikaa kuntouttavana toimintana toimintaterapia. Muiden lasten kohdalla vanhemmat arvioivat kuntoutusten toteutuneen joko osittain, tai ei ollenkaan. Yhden lapsen kohdalla toiminnasta ei oltu koettu olevan hyötyä.

Kyllä aika pitkälti. Tavoitteet itsehillinnän kasvaminen ja kiukun purkautumiskynnys ovat kasvaneet. Opiskelu rupesi maistumaan paljon enemmän.

Kyllä varmaan osittain – pitkäjänteisyyttä ja itsehillintää tullut jossain määrin lisää. Tämä tukenut muiden asioiden kanssa toimintaa.

Pitkäjänteinen työskentely ja loppuun asti tekeminen. Pikkuhiljaa siirtyä ryhmässä tekemään. Tehdään aloitetaan ja sitten vasta lähdetään pois. Voi sanoa, että toiminnasta on ollut hyötyä.

Vanhemmilla oli mahdollisuus antaa palautetta sosiaalipedagogisen hevostoiminnan kuntoutusjaksosta. Vanhemmat nostivat esille ajatuksen sosiaalipedagogisen hevostoiminnan kuntoutuksen ajankohdasta. Yhden lapsen kohdalla vanhempia mietitytti oliko toiminnan ajankohta osunut oikeaan aikaan – olisiko saatu enemmän hyötyä irti, jos lapsi olisi ollut vähän vanhempi. Yhden lapsen kohdalla terapiakertojen välillä oli ollut taukoja osapuolten sairauksien ja muiden syiden vuoksi. Tällöin olisi kaivattu vähän intensiivisemmin järjestettyä terapiaa niin, ettei kertojen välille olisi tullut liikaa

tauvoja. Lisäksi esille nousi kehitettävää palautteenannon suhteen. Yhden lapsen vanhemmat olisivat toivoneet jonkinlaista palautetta terapeutilta – miten terapeutin mielestä lapsella on mennyt tallilla ja onko muutosta havaittu. Myös etukäteen olisi toivottu tietoa siitä, minkälaista toimintaa sosiaalipedagoginen hevostoiminta oikein on.

Yhden lapsen vanhemmat nostivat esille ajatuksen siitä voisiko tällaista toimintaa järjestää myös ryhmässä. Muilta vanhemmilta kysyttäessä samaa asiaa olivat kaikki sillä kannalla, että ”miksi päs ei”. Talli on paikka, jossa lapsi/nuori voi rakentaa omaa identiteettiä samastumalla viiteryhmään sekä saada selkeää harjoitusta omissa tiedoissa ja taidoissa. Hevoset tarjoavat keinon löytää paikan suhteessa eläimeen ja siitä edelleen suhteessa itseensä ja muihin. (Palola 2003, 91.)

Jos tästä jollekin toiselle lapselle on hyötyä niin ilman muuta kerrotaan ettei jollakin muulla tarvitse kaikkea opetella alusta pitäen mitä me ollaan tehty. Koulunkäyntiin oli nyt nähtävillä parannusta. Meillä muuttui heti sen jälkeen pojan käyttäytyminen.

Kaiken kaikkiaan kaikki lapset olivat tykänneet käydä tallilla ja ratsastamassa. Jokainen lapsi oli tehnyt tallilla aina oman osaamisensa ja taitojensa mukaan. Asioita tehtiin laidasta laitaan, sen hetkisen kiinnostuksen, jaksamisen ja tason mukaan.

Olihan se poika vapautuneempi, rennompi ja hymyili hevosen selässä.

Hannulle kiitos!

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimustulokset antavat suuntaa siitä, että hevostoiminnalla voi olla myönteinen vaikutus lapsen vuorovaikutustaitoihin, aivan kuten Pitkänenkin (2008, 47) on todennut hevostoiminnan parantavan ihmisen vuorovaikutustaitoja. Tutkimustuloksien ja teorian perusteella päättelisin onnistuneen vuorovaikutuksen auttavan yhteistyön sujuvuutta lapsen ja hevosen välillä. Kun vuorovaikutus ja yhteistyö hevosen kanssa onnistuu, niin samat vuorovaikutustaidot helpottavat toimintaa myös ihmisten kanssa. Onnistuneen vuorovaikutuksen ja yhteistyön aikaansaamiseksi hevosen kanssa lapsi joutuu opettelemaan korvaavia toimintoja omalle käyttäytymiselleen. Hevosen kanssa opetellut vuorovaikutustaidot toimivat myös ihmisten kanssa toimiessa, aivan kuten Itäisen Pohjois-Carolinan terapeutisessa ratsastuskeskuksessa tehdyssä tutkimuksessa on osoitettu (Equine Faciliated Learning.). Kyseisen tutkimuksen mukaan saadakse aikaan kommunikointia ja yhteistyötä hevosen kanssa täytyy ihmisen käyttää tarkoituksenmukaisia ja sopivia pyyntöjä. Pakottaminen, tahaton alitajunnallinen tai kunnioittamaton käytös [kuten vääränlaiset kosketukset, liikkeet, äänet, ajatukset ja tunteet] aiheuttavat hevosessa pelkoa. Pelkoon hevonen reagoi pakenemalla saaliseläimen tavoin. Vuorovaikutuksen aikaansaamiseksi hevosen kanssa täytyy toimia kunnioittavasti ja kärsivällisesti, aivan kuten ihmistenkin kanssa.

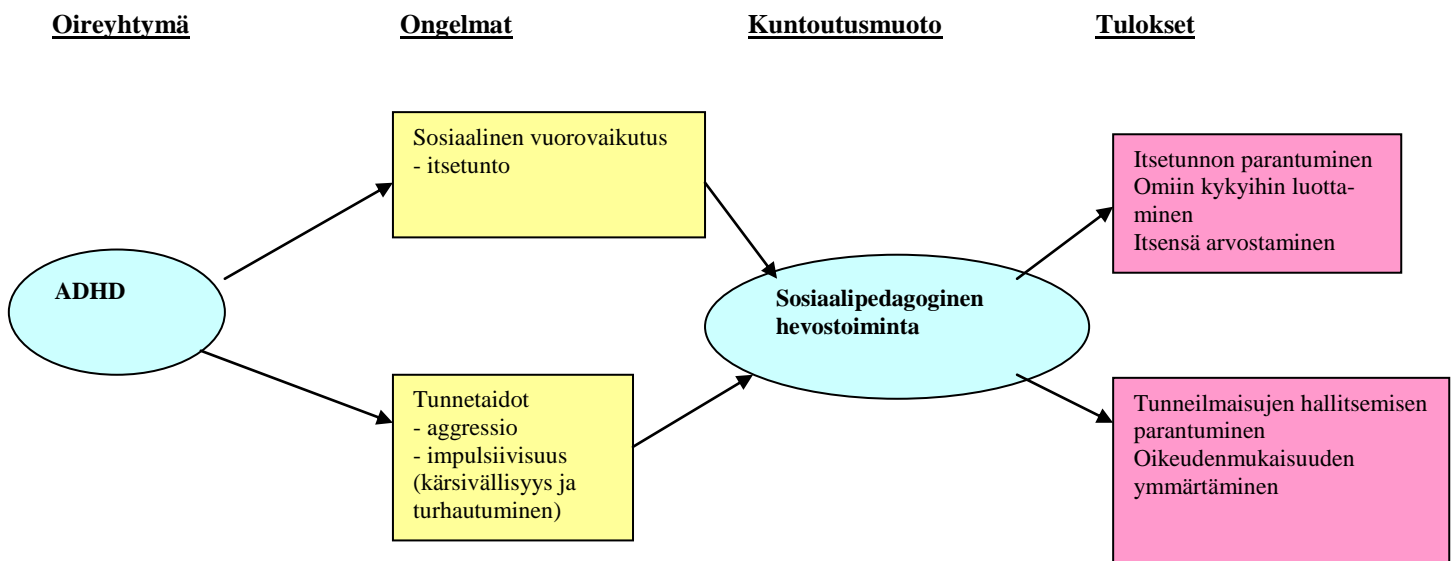
Tutkimustuloksista käy ilmi sosiaalipedagogisella hevostoiminnalla olevan myönteistä merkitystä lapsen itsetuntoon. Tallilla ja hevosten kanssa tulleiden onnistumisten myötä lapsi saa myönteistä kokemusta ja palautetta toiminnastaan. Näin ollen se kasvattaa lapsen itsetuntoa ja valaa uskoa ja rohkeutta siihen, että osaa itse tehdä asioita oikein. Myös Pitkänen (2008, 47) on todennut itsetunnon vahvistuvan siinä, kun lapsi/nuori löytää mielekästä tekemistä ja huomaa, että hevonen arvostaa häntä omana itsenään.

Tutkimustulokset osoittavat, että sosiaalipedagoginen hevostoiminta voi tuoda muutoksia lapsen tunteiden ilmaisemiseen. Tunneilmaisujen parantuminen näkyi esimerkiksi aggression ja kiukun purkamisen hallitsemisessa. Hevosen kanssa työskentely auttaa lisäämään lapsen itsehillintää ja kärsivällisyyttä, sillä hevosen kanssa toimiessa

lapsen täytyy käyttäytyä rauhallisesti ja maltilla. Johtopäätöstäni tukee Peltosen (2008) artikkeli ”Hevonen kasvattaa oikeudenmukaisesti”; Hevosen kanssa on keksittävä muita keinoja toimia kuin voima ja väkivalta. Hevosen kanssa ja ratsastaessa ei voi saada raivokohtauksia – tai oikeastaan voi, mutta siitä ei seuraa mitään hyvää. Hevonen kasvattaa oikeudenmukaisesti. Hevoselta tulee suora palaute heti, sillä se ei mielistele tai taktikoi. Lisäksi Palola (2003, 91) on todennut tallin olevan paikka, jossa käyttäytymiselle on säännöt. Lapsi joutuu löytämään itsestään riittävästi fyysistä ja psyykkistä asennetta, itsehillintää ja kykyä ylittääkseen itsensä.

Vaikkakin tutkimuksessa oli mukana vain neljä lasta, saatiin hyödyllistä tietoa siitä, millaista muutosta hevonen on saanut lapsessa aikaan. Hevosen vaikutus lapseen oli havaittavissa vanhempien arvioinneissa selkeimmin itsehillinnän parantumisessa ja itsetunnon kohentumisessa. Hevonen on eläin, joka antaa palautteen suoraan omasta toiminnasta – jos hevoselle hermostuu niin hevonenkin hermostuu. Lapsella tulee toimia tallilla ja hevosen kanssa rauhallisesti ja määrätietoisesti, jotta hevonen toimii niin kuin itse haluaisi. Samalla, kun lapsi saa hevosen toimimaan haluamallaan tavalla, hän huomaa myös onnistuneensa ison ja vahvan eläimen kanssa. Onnistumisen tunteet parantavat lapsen itsetuntoa. Lapsi saa tallilla kokemusta siitä, miltä tuntuu vastuu suuren eläimen hoitamisesta.

Mielestäni tutkimukseni pääajatuksen voi havainnollistaa seuraavalla kuviolla:



KUVIO 1. Tutkimuksen pääkohdat

Tutkimustulokset osoittavat sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta olevan hyötyä ADHD-oireiden helpottamisessa. On kuitenkin vaikea arvioida, kuinka suuri osuus on ollut juuri sosiaalipedagogisella hevostoiminnalla lapsen kokonaisvaltaisessa kuntoutuksessa. Lapsilla on ollut myös muita toimintoja, kuten koulunkäynti ja harrastukset. Lisäksi muut terapiat ja koulussa saadut tukimuodot ovat mahdollisesti vaikuttaneet osaltaan lapsen kuntoutusmahdollisuuksiin.

Sosiaalipedagoginen hevostoiminnan ei voida sanoa vaikuttaneen kaikkiin lapsiin täysin samalla tavalla. Vaikkakin yhteneväisiä ja samankaltaisia vaikutuksia hevostoiminnalla oli ollut lapsilla, niin jokaisella oli ollut kuitenkin Kainuun Keskussairaalan neuropsykiatrisella poliklinikalla tehty henkilökohtainen kuntoutussuunnitelma, jonka pohjalta oli lähdetty hevostoimintaa toteuttamaan. Kuntoutussuunnitelmissa on käynyt ilmi, mihin ADHD:n oireisiin on hevostoiminnalla lähdetty apua hakemaan. Minulla ei kuitenkaan ole ollut käytössä kyseisiä kuntoutussuunnitelmia, mutta mielestäni oli tärkeää huomata, että vanhempien arvioiden mukaan useamman lapsen kohdalla kuntoutuksen tavoitteet oli saavutettu täysin tai osittain. Miksi hevostoiminnasta ei ole ollut hyötyä kaikille lapsille ja kaikissa ongelmissa, on vaikeaa lähteä tässä tutkimuksessa arvioimaan.

7 POHDINTA

7.1 Tulosten pohdintaa

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää sosiaalipedagogisen hevostoiminnan tuomia muutoksia vanhempien arvioimana ADHD-lapsensa käyttäytymiseen arjessa. Haastattelussa vanhemmat arvioivat ja kertoivat, millaista muutosta sosiaalipedagogisella hevostoiminnalla oli ollut lapsen käyttäytymiseen kuntoutusjakson jälkeen. Näin ollen tällä tutkimuksella saatiin tietoa siitä, miten sosiaalipedagogisen hevostoiminnan vaikutus oli näkynyt vanhempien mielestä lapsen käytöksessä.

Vanhemmat arvioivat sosiaalipedagogisella hevostoiminnalla olleen hyötyä joihinkin ongelma-kohtiin. Selkeimmin esille nousivat lapsen itsetunto ja itsehillintä. Mielestäni ne ovat tärkeitä seikkoja lapsen onnellisuuden ja hyvinvoinnin kannalta. Yhdessä muiden tukimuotojen kanssa sosiaalipedagoginen hevostoiminta näyttäisi antavan hyvää tulosta ADHD-lapsen kuntoutuksessa.

Tutkimuksen tulokset antavat kuitenkin niin ajateltavaa kuin kehittämishaasteitakin. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta 15 kerran kuntoutusjaksossa auttoi helpottamaan ADHD:n oireita suurimmalla osalla lapsista. Kehittämisen haasteena on, kuinka saada kuntoutuksesta pitkäaikaisempaa ja kestävämpää. Lisäksi muiden sopivien tukimuotojen yhdistäminen sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan samanaikaisesti voi olla haastavaa.

Jatkotutkimusaiheita sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan varmasti riittää. Ala on varsin uusi Suomessa ja kuntouttavaa toimintaa voidaan käyttää monilla eri asiakasryhmillä. Kuntouttavaa hevostoimintaa ei tehdä pelkästään itse toiminnan vuoksi, vaan taustalla on aina asiakkaan kuntoutuksen tavoitteet sekä koulutettu ja osaava terapeutti. Mielestäni mielenkiintoinen jatkotutkimusaihe neuropsykiatriseen oireyhtymään kuuluvan ADHD:n osalta olisi eri-ikäisten asiakasryhmien omien kokemusten tutkiminen. Näin saataisiin asiakkaiden omat kokemukset ja oppimiset esille. Tämä vaatisi tutkimuksen tekemisen heti kuntoutusjakson jälkeen ja tarpeeksi ikää, jotta

asiakkaalla olisi kuntoutusjakso hyvin muistissa ja hän ymmärtäisi kysymykset sekä osaisi kertoa omista kokemuksistaan.

Toimeksiantajan kannalta uskon tutkimuksesta olevan hyötyä. Tämä oli ensimmäinen tutkimus, missä hän oli toimeksiantajana. Näin ollen hän saa palautetta asiakkailtaan, tutkittua tulosta työstään ja voi tarpeen mukaan kehittää omaa toimintaa. Mielestäni tutkimusta voi käyttää myös eräänlaisena esittelyversiona uusille asiakkaille ja toiminnan rahoittajille.

Sosionomin (AMK) työn ja sosiaalipedagogisen hevostoiminnan yhdistämisen näkisin hyödyllisenä ja tarpeellisenä. Sosionomin (AMK) koulutus antaa valmiudet eri asiakasryhmien parissa monipuoliseen sosiaalialan työhön. Sosiaalipedagogista hevostoimintaa voidaan käyttää useilla eri asiakasryhmillä – lapsi- ja nuorisotyössä, mielenterveys- ja päihdekuntoutujilla sekä vammais- ja vanhustyössä. Näin ollen näkisin sosionomin (AMK) työn ja sosiaalipedagogisen hevostoiminnan yhdistämisen hyvänä keinona auttaa ihmisiä.

Kuntouttajana itse hevonen on loistava apu ja hevostoiminnan soveltamismahdollisuuksia on paljon. Hevostoimintaa ei tehdä vain itse toiminnan vuoksi, vaan toiminta on aina asiakaslähtöistä. Tämän vuoksi tarvitaan koulutettuja sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ammattilaisia, joilla on itsellään jo vahva hevostuntemus- ja tietämys. Koulutuksen myötä opitaan yhdistämään ja soveltamaan hevostoimintaa yhteen sosionomin (AMK) työn kanssa. Mielestäni sosionomin (AMK) olisi hyvä tietää ja tuntea sosiaalipedagogisen hevostoiminnan hyötyjä ja mahdollisuuksia, sillä silloin voisi ohjata omia asiakkaita hevostoiminnan pariin.

Tällä hetkellä Suomessa sosiaalipedagoginen hevostoiminta ei kuulu Kelan kustantamaksi toiminnaksi. Sen sijaan fysioterapeuttinen ratsastusterapia ja psykoterapeuttinen ratsastusterapiasta kuuluvat Kelan tukemaan kuntouttavaan toimintaan. Mielestäni myös sosiaalipedagogista hevostoimintaa pitäisi harkita Kelan kustantamaksi toiminnaksi. Tällöin saataisiin enemmän asiakkaita sosiaalipedagogisen hevostoiminnan pariin ja hevostoiminnan hyöty voitaisiin nähdä paremmin. Monesti tulee sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa vastaan kustannuskysymys, sillä yksittäiselle ihmiselle hevostoiminnan kustantaminen omavaraisesti on usein liian kallista. Lastensuojelun

asiakkaiden hevostoiminnan kustantaa usein sijoittajakunnan sosiaalihuolto, mutta muuten haasteeksi nousee saada rahoittajia sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan. Rahoituksen onnistuessa näkisin sosiaalipedagogisen hevostoiminnan yhteiskunnallisella tasolla pitkällä tähtäimellä kannattavana kuntoutusmuotona, johon kannattaisi panostaa. Kuntoutustulokset ovat mielestäni usein pitkäkestoisia ja näin ollen voitaisiin ennaltaehkäistä monia ongelmia, kuten esimerkiksi syrjäytymistä.

7.2 Opinnäytetyöskentelyprosessin arviointia

Aihevalinta opinnäytetyöhän oli minulle selvä jo opintojen alussa – opinnäytetyön tulisi liittyä jollakin tavalla hevosiin. Hevoset, ratsastus ja kilpaileminen ovat kuuluneet omaan elämäni ala-asteelta lähtien ja niistä on kehittynyt minulle elämäntapa ja hieno harrastus. Mahdollisuus tehdä opinnäytetyö sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta oli haastava mutta mielenkiintoinen prosessi.

Kokonaisuudessaan koko tutkimuksen tekemiseen meni paljon aikaa. Tutkimuksen tekeminen alkoi jo keväällä 2008 ideapaperin esittämisellä. Sen jälkeen vasta keväällä 2009 sain tutkimussuunnitelman hyväksytyksi. Vanhempien haastattelut tein kesäkuussa 2009. Mielestäni teemahaastattelu oli hyvä tiedonkeruutapa. Aineiston analysoinnin ja raportoinnin aloitin syksyllä 2009. Kaiken kaikkiaan tutkimusprosessi kesti noin puolitoista vuotta. Tutkimusprosessin etenemistä hidasti niin muu koulunkäynti kuin työssä käyminenkin. Kaiken kaikkiaan tutkimusprosessin tekeminen oli itselleni uutta. Opin tutkimuksen teosta paljon ja yllättävää oli se, kuinka paljon tämä koko prosessi vei aikaa. Tutkimuksen teoreettiset lähtökohdat olivat selvillä tutkimuksen alussa – ADHD ja sosiaalipedagoginen hevostoiminta. Yllättävän vaikeaa oli kuitenkin saada teorian kulkemaan rinnakkain ja teorian soveltaminen tutkimustuloksiin oli haasteellista.

Yksin tekeminen oli melko raskasta ja usko meinasi usein loppua. Energian ollessa melkein lopussa tutkimuksen tekemiseen oli apuna se, että mietti omaa hevosharrastusta ja kävi tutkimuksen ohella myös paljon ratsastamassa ja työskentelemässä hevosten kanssa. Hevosen vaikutus oli todella voimakas ja energiaa antava, mikä oli iloista huomata myös tutkimustuloksia ja johtopäätöksiä tehdessä. Oli mielenkiintoista huo-

mata, kuinka hevosella ja ammattitaitoisella kuntouttavalla toiminnalla on ollut vaikutusta lapseen. Haastatteluissa sai huomata, kuinka kaikki tutkimuksessa mukana olleet lapset olivat tykänneet hevostoiminnasta. Kaikki olivat mielellään lähteneet tallille ja kokeneet hevosen tuomaa onnistumista ja iloa.

Opinnäytetyön tekeminen toi minulle paljon uutta ja tarkempaa tietoa ADHD:n syistä ja oireista. Lisäksi sosiaalipedagoginen hevostoiminta kuntoutusmuotona oli itselle melko uusi asia, sillä olen tutustunut hevostoimintaan lähinnä nuorten syrjäytymisen ehkäisemisen puolesta. Uskon tulevaisuudessa hyödyntäväni sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta oppimaani tietoa mahdollisessa täydennyskoulutuksessa sosiaalipedagogisen hevostoiminnan asiantuntijaksi.

LÄHTEET

Aalto, M. 2002. Vuorovaikutustaidot. Forssa: Forssan Kirjapaino Oy.

Aho, S. & Laine, K. 2002. Minä ja muut. Kasvaminen sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Barkley, R. 2008. ADHD. Kuinka hallita ADHD. Suomi: UNIPress.

Cleve, E. 2003. Kaaoksesta kohti eheyttä, ADHD-lapsen tarina. Vantaa: WSOY.

Hirsjärvi, S. Remes, P. & Sajavaara, P. 2006. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

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

Isokorpi, T. 2004. Tunneoppia parempaan vuorovaikutukseen. Juva: WS Bookwell Oy.

Jalovaara, E. 2006. Tunnetaidot tiedon rinnalle kasvatuksessa. Pilot-Kustannus Oy.

Vilkkumaa, I. 2004. Kolme tapaa nähdä sosiaalinen kuntoutuksessa. Teoksessa Karjalainen, V. & Vilkkumaa, I. (toim.) 2004. Kuntoutus kanssamme. Ihmisen toimijuuden tukeminen. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.

Mannström-Mäkelä, L. & Saukkola, K. 2008. Voimaannuttuvan ohjaamisen käsikirja. Helsinki: Yliopistopaino.

Martikainen, A. & Savinainen, A.-M. 2008. Kyllä me selviämme – tietoa AD/HD-lapsen vanhemmille. Esiteopas. ADHD-liitto Ry.

Michelsson, K., Saresma, U., Valkama, K. & Virtanen P. 2000. MBD ja ADHD. Diagnosointi, kuntoutus ja sopeutuminen. Juva: WS Bookwell Oy.

Ojala, O. & Uutela, A. 1993. Rakentava vuorovaikutus. Porvoo: WSOY.

Palola, L. 2003. Laukki projekti. Teoksessa Linnossuo, O. 2003. Sosiaalinen ja toiminnallisterapeuttinen työ nuorten kanssa. Turun ammattikorkeakoulu. Turku: Turun kaupungin painatuspalvelut.

Pitkänen, A-K. 2008. Hevosvoimia. Hyvää oloa hevosharrastuksesta. Saarijärvi: Saarijärven Offset Oy.

Puolimatka, T. 2004. Kasvatus, arvot ja tunteet. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Ranne, K. 2005. Sosiaalipedagogiikka koulutuksessa ja työelämän kehityksessä. Teoksessa Ranne, K., Sankari, A., Rouhiainen-Valo, T. & Ruusunen, T. (toim.). Sosiaalipedagoginen ammatillisuus. Madsenin kukasta toiminnan tulppaaniksi. Kokemäki: SPOY Satakunnan Painotuote Oy.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2003. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Painamattomat lähteet

Equine Facilitated Learning. The Eastern North Carolina Therapeutic Riding Center TM. [Viitattu 9.10.2009.] Saatavissa: <http://enctrc.org/EFL.aspx>

Hyvätti, N. 2008. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta. Savonia ammattikorkeakoulu, Sosiaaliala, Iisalmi. Luentomoniste. 6.11.2008.

Kouluikäisen ADHD. ADHD-liitto Ry. [Viitattu 8.1.2010.] Saatavissa:
<http://www.adhd-liitto.fi/kouluikaisennettiin.pdf>

Peltonen, H. Hevonen kasvattaa oikeudenmukaisuutta. Dialogi 6:2008. [Viitattu 5.9.2009.] Saatavissa osoitteessa:
<http://dialogi.stakes.fi/FI/arkisto/2008/6/sivu/4.htm>

Ratsastusterapia. Suomen ratsastusterapeutit ry. [Viitattu 14.9.2009.] Saatavissa:
<http://www.suomenratsastusterapeutit.net/terapia.html>

Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan koulutus syrjäytymisen ehkäisyssä ja sosiaalisessa kuntoutuksessa. Kuopion yliopisto, koulutus- ja kehittämiskeskus. [Viitattu 8.1.2010.] Saatavissa: http://www.kkk.uku.fi/kurssi.php?id_kurssi=155

Sosiaalipedagoginen hevostoiminta ry. 2009. [Viitattu 30.11.2009.] Saatavissa:
<http://www.hevostoiminta.net/11>

Tervetuloa Sosiaalipedagoginen hevostoiminta -koulutuksen internet-sivuille. Turun yliopisto, täydennyskoulutuskeskus. [Viitattu 4.9.2009.] Saatavissa:
<http://www.tkk.utu.fi/taydennyskoulutus/sote/soshepeda/index.html>

Tutkimusetiikka ja lakipykälää. Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. [Viitattu 4.9.2009.] Saatavissa: http://www.fsd.uta.fi/laki_ja_etiikka/etiikka_lait.html

HAASTATTELURUNKO

Taustatiedot:

- Ketä perheeseen kuuluu?
- Lapsen ikä ja sukupuoli?
- Aikajakso, jolloin lapsi kävi sosiaalipedagogisen hevostoiminnan kuntoutuksen läpi?

1. Millaista muutosta on tapahtunut lapsen vuorovaikutustaidoissa sosiaalipedagogisen hevostoimintajakson jälkeen:

- Millaista muutosta on tapahtunut vuorovaikutustaidoissa vanhempien kanssa?
- Millaista muutosta on tapahtunut vuorovaikutustaidoissa kavereiden kanssa? Millaista muutosta leikkeihin on tullut? Miten lapsi ymmärtää sääntöjen merkityksen ja noudattamisen?
- Millaisia muutoksia on tullut uusien ihmissuhteiden solmimisessa?
- Millaista muutosta on tullut lapsen itsetuntoon? Miten lapsen itsetunto on kehittynyt? Miten lapsi hyväksyy omat epäonnistumisensa ja pettymyksensä – lannistuuko hän niistä? Miten lapsi luottaa itseensä ja omiin tekemisiinsä?

2. Millaista muutosta on tapahtunut lapsella tunteiden ilmaisemisessa sosiaalipedagogisen hevostoimintajakson jälkeen?

- Millaista muutosta on tullut lapselle tunteiden ilmaisemiseen ja tunnistamiseen?
- Millaista muutosta on tullut aggression käsittelykykyyn?
- Millaista muutosta on tullut impulsiiviseen käyttäytymiseen (äkkikainen ja odottamaton käyttäytyminen)? Miten on kärsivällisyys kehittynyt?
- Millaista muutosta on tullut turhautumisensietokykyyn?

3. Millaista hyötyä on ollut sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta?

- Millaista hyötyä/muutosta sosiaalipedagogisella hevostoiminnalla on ollut lapsen arkeen? Nukkumiseen (myös nukkumaanmeno ja herääminen)? Ruokailuun ja syömiseen?
- Veisittekö lapsenne uudestaan sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan?
- Millaisia ennakkoluuloja oli sosiaalipedagogista hevostoimintaa kohtaan?
- Miten ovat toteutuneet ne kuntoutuksen tavoitteet, joiden vuoksi lapsi oli mukana sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa?

Vapaa sana:

Kiitos haastattelusta!