

Eläinavusteisen intervention vaikutukset lasten ja nuorten mielenterveyteen

Amanda Kyrö

Taija Nieminen

OPINNÄYTETYÖ
Lokakuu 2022

Sairaanhoitajan tutkinto-ohjelma

TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu
Sairaanhoitajan tutkinto-ohjelma
Mielenterveys- ja päihdehoitotyö, Lasten- ja nuorten hoitotyö

KYRÖ, AMANDA & NIEMINEN, TAIJA:
Eläinavusteisen intervention vaikutukset lasten ja nuorten mielenterveyteen

Opinnäytetyö 56 sivua, joista liitteitä 17 sivua
Lokakuu 2022

Tässä opinnäytetyössä tutkittiin, miten eläinavusteinen interventio vaikuttaa lasten ja nuorten mielenterveyteen. Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä tietoisuutta eläinavusteisen intervention hyödyistä ja vaikutuksista sekä edistää eläinavusteisen intervention hyödyntämistä lasten ja nuorten mielenterveyden tukemisessa ja kuntoutuksessa.

Aihetta lähdettiin tutkimaan olemassa olevan tutkimustiedon pohjalta ja kartoittamaan, minkälaista tietoa aiheesta jo löytyy. Opinnäytetyö toteutettiin kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Aineisto kerättiin neljää hoitotyön, terveystieteiden ja psykologian sähköistä tietokantaa käyttäen. Aineisto koostui 12 alkuperäistutkimuksesta, jotka analysoitiin käyttäen aineistolähtöistä sisällönanalyysiä.

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen perusteella eläinavusteinen interventio vähentää lasten ja nuorten psykofyysisiä oireita, parantaa ihmissuhdetaitoja, toimintakykyä ja minäkuvaa sekä kehittää tunnetaitoja. Lisäksi interventio koetaan myönteiseksi kokemukseksi. Opinnäytetyön tuloksista päätellen, eläinavusteinen interventio vaikuttaa positiivisesti lasten ja nuorten mielenterveyteen ja sen hyödyntäminen hoitomuotona olisi kannattavaa. Aiheen tutkimusta voisi jatkaa selvittämällä, miten eläinavusteista interventiota voisi hyödyntää somaattisten sairauksien tai fyysisten vammojen kuntoutuksen näkökulmasta sekä selvittää, kuinka paljon eläinavusteisia menetelmiä käytetään sosiaali- ja terveydenhuollossa Suomessa.

Asiasanat: eläinavusteinen interventio, mielenterveys, lapset ja nuoret

ABSTRACT

Tampereen ammattikorkeakoulu
Tampere University of Applied Sciences
Degree Programme in Nursing and Health Care
Mental Health and Substance Abuse Nursing, Pediatric Nursing

KYRÖ, AMANDA & NIEMINEN, TAIJA:
Effects of Animal-Assisted Intervention on the Mental Health of Children and Young People

Bachelor's thesis 56 pages, appendices 17 pages
October 2022

This thesis studied how animal assisted intervention affects the mental health of children and young people. The aim of the thesis is to increase awareness of the benefits and effects of animal-assisted intervention, and to promote the utilisation of animal-assisted intervention in the sustainment and rehabilitation of mental health in children and young people.

The topic was studied through existing research data in order to see what kind of information is already available on the topic. The thesis was implemented as a descriptive literature review. The data was collected using four electronic databases of nursing, health sciences and psychology. The data consisted of 12 original studies, which were analysed using data-driven content analysis.

Based on a descriptive literature review, animal assisted intervention reduces children's and youth's psychophysical symptoms, improves interpersonal skills, functional ability, and self-image, and develops emotional skills. In addition, the intervention is perceived as a positive experience. Judging from the results of the thesis, animal-assisted intervention has a positive effect on the mental health of children and young people, and its use as a form of treatment would be recommended. Research on the subject could be continued by finding out how animal-assisted intervention could be utilised from the point of view of rehabilitation of somatic diseases or physical injuries, and to find out how much animal-assisted methods are used in social and health care in Finland.

Key words: animal-assisted intervention, mental health, children and young people

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	5
2	TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT	6
	2.1 Eläinavusteinen interventio	6
	2.2 Lasten ja nuorten mielenterveys	8
3	OPINNÄYTETÖN TARKOITUS, TEHTÄVÄ JA TAVOITE	12
4	MENETELMÄLLISET LÄHTÖKOHDAT	13
	4.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus.....	13
	4.2 Aineistonkeruu	14
	4.3 Aineistolähtöinen sisällönanalyysi	18
5	TULOKSET	21
	5.1 Oireet vähentyvät	21
	5.2 Ihmissuhdetaidot parantuvat	23
	5.3 Toimintakyky parantuu	24
	5.4 Tunnetaidot kehittyvät	25
	5.5 Hoito koetaan myönteisenä.....	26
	5.6 Minäkuva parantuu.....	27
6	POHDINTA	29
	6.1 Eettisyys ja luotettavuus.....	29
	6.2 Tulosten tarkastelu	32
	6.3 Johtopäätökset ja lisätutkimusehdotukset.....	34
	LÄHTEET	36
	LIITTEET	40
	Liite 1. Kirjallisuuskatsaukseen valitut tutkimukset.....	40
	Liite 2. Sisällönanalyysi	45

1 JOHDANTO

Eläimien ottaminen osaksi sosiaali- tai terveydenhuollossa tapahtuvaa työskentelyä, tuo kuntoutumiseen uuden ulottuvuuden. Eläinavusteinen työskentely lievittää asiakkaan tilanteessa kokemaa stressiä sekä vähentää levottomuutta ja aggressiota, sillä eläimen läsnäololla ja kosketuksella on rauhoittava vaikutus ihmiseen. Eläin ei arvioi, tuomitse tai kadehdi ihmistä hänen sosiaalisen asemansa tai ulkonäön perusteella. Eläintä pidetäänkin yleensä ihmistä luotettavampana, minkä takia eläimeen on helpompi tukeutua. Eläinavusteinen interventio voi olla tapa saada lapsi tai nuori avautumaan omasta tilanteestaan, sanoittamaan tunteitaan, luottamaan ihmisiin ja ilmaisemaan itseään. Joillekin lapsille ja nuorille eläinavusteiset menetelmät edistävät tehokkaasti kuntoutumisprosessia, koska eläin lisää motivaatiota sitoutua hoitoon. (Hautamäki ym. 2018, 38; Hautamäki, Ramadan & Vilhunen 2021, 9; Green Care Finland ry n.d.)

Lapsen mielenterveyteen vaikuttavat yksilön omat piirteet sekä ympärillä olevat tekijät. Etenkin erilaiset vuorovaikutussuhteet kotona, varhaiskasvatuksessa ja koulussa muokkaavat lapsen minäkuvaa sekä ohjaavat tunteiden ilmaisua ja hallintaa. Niillä on taas suora vaikutus lapsen mielenterveyden kehittymiselle. (THL 2020b.) Nuoruudessa kehittymistä ja kasvua tapahtuu omassa seksuaalisuudessa, persoonassa sekä vanhempien ja kavereiden kanssa. Nopeat muutokset voivat hämmentää nuoren elämää ja silloin erilaiset tunne-elämän oireet kumpuavat esille. (THL 2021c.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tehdä kuvaileva kirjallisuuskatsaus, jossa kuvataan eläinavusteisen intervention vaikutuksia lasten ja nuorten mielenterveyteen. Opinnäytetyön tehtävänä on vastata tutkimuskysymykseen: Miten eläinavusteinen interventio vaikuttaa lasten ja nuorten mielenterveyteen? Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä tietoisuutta eläinavusteisen intervention hyödyistä ja vaikutuksista sekä edistää eläinavusteisen intervention hyödyntämistä lasten ja nuorten mielenterveyden tukemisessa ja kuntoutuksessa. Opinnäytetyön työelämäyhteys on Tampereen ammattikorkeakoulu.

2 TOOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

2.1 Eläinavusteinen interventio

Eläinavusteinen interventio (Animal-Assisted Intervention, AAI) on käsitteenä yleisesti eläimen kanssa tapahtuvaa toimintaa, jota harjoittaa sosiaali- ja terveystieteiden tai kasvatustieteiden alan ammattilainen, jolla on oman alansa erityinen asiantuntijuus ja eläinavusteisen alan täydennyskoulutus. Interventioissa on tavoitteena lisätä asiakkaan hyvinvointia, psyykkistä ja fyysistä terveyttä, sosiaalista ja kognitiivista toimintakykyä, vuorovaikutustaitoja, yksilöllistä kasvua sekä ryhmässä toimimista. (Hautamäki ym. 2021, 8, 13.)

Eläimen hyödyntämistä asiakastyössä voidaan tarkastella eri käsittein intervention toteuttajan ammatillisen pätevyyden, intervention suunnitelmallisuuden ja tavoitteellisuuden mukaisesti. Eläinavusteinen interventio termin alle jaotellaan nämä kolme käsitettä: eläinavusteinen toiminta (Animal-Assisted Activity, AAA), eläinavusteinen opetus tai pedagogiikka (Animal-Assisted Pedagogy, AAP tai Animal-Assisted Education, AAE) ja eläinavusteinen terapia (Animal-Assisted Therapy, AAT). (Hautamäki ym. 2018, 55; Hautamäki ym. 2021, 10–11.)

Eläinavusteisella toiminnalla (Animal-Assisted Activity, AAA) tarkoitetaan vapaamuotoisempaa toimimista eläimen kanssa. Eläinavusteisessa toiminnassa vuorovaikutus voi olla vähemmän strukturoitua kuin ammatillisissa interventioidissa. Eläinavusteista toimintaa toteutetaan muun muassa vapaaehtoistyönä, hyvinvointipalveluina, virkistystoimintana ja vierailuina terveydenhuollon laitoksissa, osastoilla ja poliklinikoilla. Hoivatyössä ja kuntoutuksessa eläin voi olla lääkärin tai sairaanhoitajan työparina terveyskeskuksissa tai kotikäynneillä sekä osana potilaan lääkinällistä kuntoutusta. Eläin on tehtävänsä koulutettu ja soveltuva sekä tietynlaisesta työstä peritään palkka tai palkkio. Pelkkä eläimen läsnäolo saa aikaan rauhoittavia vaikutuksia ihmisessä. Eläimen kosketus välittää lohtua ja tukea. Lasten sairaalassaolokokemuksiakin on voitu helpottaa näiden vaikuttavien tekijöiden ansiosta eläinten avulla. (Hautamäki ym. 2021, 13–15; Green Care Finland ry n.d.)

Eläinavusteinen opetus tai pedagogiikka (Animal-Assisted Pedagogy, AAP tai Animal-Assisted Education, AAE) on ammattipedagogin tuottamaa tavoitteellista toimintaa, jossa pyritään edistämään oppimista tai tiedollisia valmiuksia eläinavusteisesti. Eläin on tehtävänsä koulutettu ja soveltuva sekä työstä peritään palkka tai palkkio. Kasvatustyössä tai opetusympäristössä eläin voi olla mukana esimerkiksi kouluissa, varhaiskasvatuksessa ja muissa oppilaitoksissa, muun muassa koirat voivat toimia erityisluokanopettajien työparina sekä hevosavusteista toimintaa voidaan järjestää koulujen opetussuunnitelmien tueksi. Sosiaalipedagogisia eläinavusteisia interventioita tehdään hyvinvointia edistävissä palveluissa etenkin maataloilla sekä virkistys- ja harrastustoiminnassa. Eläinavusteiset menetelmät lisäävät oppimista, motivaatiota, sosiaalisia- ja ryhmätyöskentelytaitoja sekä opettajien ja oppilaiden välisiä suhteita. (Hautamäki ym. 2018, 6, 39; Lipponen & Vehmasto 2019, 61–62; Hautamäki ym. 2021, 13, 26.)

Eläinavusteisella terapialla (Animal-Assisted Therapy, AAT) tarkoitetaan hoidollisesti tavoitteellista työskentelymenetelmää, jota harjoittaa terveydenhuollon ammattihenkilö yhdessä terapiaeläimen kanssa. Eläin on tehtävänsä koulutettu ja soveltuva sekä työstä peritään palkka tai palkkio. Terapia on selkeästi suunnitelmallista ja yksilöllisesti strukturoitua. Hoidossa asetetaan tarkat tavoitteet, jotka dokumentoidaan ja niitä seurataan järjestelmällisesti. Eläinavusteisessa terapiassa tarkoituksena on ihmisen fyysisen, psyykkisen, sosiaalisen, emotionaalisen tai kognitiivisen hyvinvoinnin edistäminen. Eläimen tuottava fysiologinen vaste rauhoittaa, tuottaa mielihyvää, vähentää stressiä ja tasapainottaa tunne-elämää. Eläimen kanssa työskentely vahvistaa vuorovaikutustaitoja ja motivoi terapiaan sitoutumiseen. (Hautamäki ym. 2018, 29–30, 32, 36; Hautamäki ym. 2021, 12–13; Green Care Finland ry n.d.)

Tämän opinnäytetyön näkökulma on rajattu aineistosta nousseen enemmistön vuoksi pääasiassa koirien ja hevosten hyödyntämiseen eläinavusteisessa interventiossa. Joitakin interventioita toteutettiin myös maatilaympäristössä, jossa useat eri eläimet osallistuivat asiakkaiden kanssa työskentelyyn. Yleisimpiä terapiaeläimiä ovatkin koirat ja hevoset, mutta muitakin eläimiä kuten kaneja, kissoja, kanoja, ankoja, vuohia, lampaita, alpakoita ja aaseja, voidaan käyttää yhtä lailla eläinavusteisissa interventioissa (Hautamäki ym. 2018, 29).

2.2 Lasten ja nuorten mielenterveys

Mielenterveys määritetään olennaiseksi osaksi ihmisen hyvinvointia. Sen avulla ihminen jaksaa olla tehokas ja tuottelias jokapäiväisen elämän eri ympäristöissä, nähdä oma kyvykkyytensä, muodostaa merkityksellisiä ihmissuhteita sekä osallistua ja vaikuttaa oman yhteisön toimintaan. Hyvän mielenterveyden avulla ihmisellä on myös enemmän kapasiteettia kohdata elämän vastoinkäymisiä. Mielenterveyden muodostumiseen vaikuttaa laajasti ja yksilöllisesti erilaiset tekijät, kuten ihmisen fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset ominaisuudet sekä kulttuuriset ja henkiset tekijät. Mielenterveyden edistäminen ja suojeleminen on hyvin toimivan yhteiskunnan perusta. (WHO n.d.)

Mielenterveys on tärkeä voimavara kaikille, myös lapsille. Lapsen mielenterveyden kehittymiselle herkkiä kausia ovat raskausaika sekä ensimmäiset elinvuodet. Lapsuudenaikainen hyvinvointi määrittää pitkälle yksilön kehittymistä ja iänmuokautumisen haasteiden selvittämistä. Lapsen mielenterveyteen vaikuttaa yksilön omat piirteet sekä ympärillä olevat tekijät. Etenkin erilaiset vuorovaikutussuhteet kotona, varhaiskasvatuksessa ja koulussa muokkaavat lapsen minäkuva ja ohjaavat tunteiden ilmaisua ja hallintaa. Niillä on taas suora vaikutus lapsen mielenterveyden kehittymiselle. (THL 2020b.)

Nuoruudessa kehittymistä ja kasvua tapahtuu monella ikävaihealueella. Muutoksia tapahtuu omassa seksuaalisuudessa, persoonassa sekä ihmissuhteissa vanhempien ja kavereiden kanssa. Nopeat muutokset voivat hämmentää nuoren elämää ja silloin erilaiset tunne-elämän oireet kumpuavat esille. Nuoruus voidaan jakaa kolmeen kehitysvaiheeseen: varhaisnuoruus (noin 12–14 v), keskinuoruus (noin 15–17 v) sekä myöhäisnuoruus (noin 18–22 v). Varhaisnuoruudessa suurinta on käytöksen, mielialojen ja ihmissuhteiden ailahtelu. Näkyvää muutosta tapahtuu myös kehossa, joka voi luoda nuorelle epävarmuutta omasta ulkonäöstä. Varhaisnuoruuden jälkeen tulee keskinuoruus, jossa tunnekuohut usein laantuvat ja nuori kykenee hallitsemaan impulsiivista käytöstään paremmin. Viimeinen vaihe on myöhäisnuoruus, jolloin nuoren käyttäytyminen tasaantuu sekä kiinnostus ympäröivästä yhteiskunnasta on aikaisempaa aktiivisempaa. Nuoruusiän kehitys on kuitenkin yksilöllistä ja joidenkin kohdalla tunteet voivat olla voimakkaampia kuin toisella. (THL 2021c.)

Tässä opinnäytetyössä käsitteet lapset ja nuoret, kattavat kaikki 0–21-vuotiaat. Suomen lastensuojelulaissa (2019/1489 §6) lapsi ja nuori jaetaan iän puolesta kahteen eri ryhmään. Laki määrittelee lapseksi alle 18-vuotiaat ja nuoreksi 18–24-vuotiaat (Lastensuojelulaki 2019/1489 § 6).

Mielenterveystyö

Mielenterveyslaissa (1990/1116 §1) mielenterveystyöllä tarkoitetaan yksilön ja yhteisön mielenterveyttä suojaavien tekijöiden vahvistamista sekä mielenterveyttä vaarantavien tekijöiden vähentämistä ja poistamista. Mielenterveystyöllä edistetään psyykkistä hyvinvointia, toimintakykyä ja persoonallisuuden kasvua sekä ehkäistään, lievitetään ja parannetaan mielisairauksia ja muita mielenterveyshäiriöitä. Mielenterveystyö jaetaan mielenterveyttä edistävään, ehkäisevään ja korjaavaan toimintaan. (PSHP 2013, 5; THL 2020a.)

Mielenterveyden edistäminen

Mielenterveyden edistäminen kuuluu kaikille yhteiskunta-, yhteisö- ja yksilötasolla. Lasten ja nuorten mielenterveyttä edistää laajemmin varhaiskasvatus-, koulu- ja oppilaitosyhteisöt, koska niissä pystytään tavoittamaan kaikki lapset ja nuoret. Varhaiskasvatus- ja opetussuunnitelmissa myös korostetaan mielenterveyden eri ulottuvuuksia, kuten tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittämistä sekä kiusaamisen ennaltaehkäisyä ja siihen puuttumista. Lisäksi opiskelijahuolto tukee yksilöllisemmin lapsia ja nuoria mielenterveysasioissa ja -haasteissa. Opiskelijahuolto sisältää psykologi- ja kuraattoripalvelut sekä koulu- ja opiskeluterveydenhuollon. (THL 2021a.)

Lasten mielenterveyden edistämiseksi merkittävänä tekijöinä ovat tasa-arvon sekä myöhempien mielenterveysongelmien ehkäisyn näkökulma. Terveystuolain (2010/1326) mukaan kunnat ovat vastuussa väestön turvallisuudesta sekä ympäristöstä, joka tukee ja ylläpitää mielenterveyttä. Erilaisten harrastusmahdollisuuksien luominen lapselle on hyvin tärkeässä roolissa lasten mielenterveyden tukemisessa. (Savolainen 2021.) Myös lasten vanhempien, varhaiskasvatuksen sekä koulun välinen tiivis yhteistyö edistää lapsen hyvinvointia. Hyvällä yhteistyöllä lasten ja nuorten mielenterveysongelmien kehittyminen voidaan havaita nopeammin ja eteneminen voidaan estää. (THL 2021a.)

Mielenterveyttä voidaan edistää samalla, kun huolehditaan kehon fyysisestä terveydestä. Säännöllinen liikunta, ruokarytmi sekä riittävät yöunet ovat niin mielen-terveyden, kuin fyysisen hyvinvoinnin perusta. Näiden perustarpeiden täyttymisen lisäksi, koulussa käyminen ja harrastukset rytmittävät kehittyvän nuoren arkea. Nuoruudessa myös ystävien ja mahdollisen seurustelukumppanin merkitys korostuu, jolloin erilaiset myönteiset vuorovaikutussuhteet ja niiden solmiminen edistävät mielen-terveyden rakentumista. Positiivinen vuorovaikutus on tunne-elämän ilmentämisen tukipilari. (Nuortenmielenterveystalo n.d.)

Ehkäisevä mielen-terveystyö

Ehkäisevällä mielen-terveystyöllä pyritään ehkäisemään yksilön ja yhteisöjen mielen-terveysongelmia poistamalla tai vähentämällä vaarantavia rakenteita tai tekijöitä elinympäristöstä. Elinolosuhteita tulee kehittää siten, että ne ehkäisevät ennalta mielen-terveyshäiriöiden syntyä, edistävät mielen-terveystyötä ja tukevat mielen-terveyspalveluiden järjestämistä. Mielen-terveysongelmien syntymistä voidaan ehkäistä esimerkiksi lisäämällä tietoisuutta itsemurhien ehkäisystä sekä palveluiden kehittäminen siten, että ne palvelevat asiakasta paremmin. Ylisukupolvisien ongelmien ehkäisy on keskiössä, apua voidaan tarjota myös perhe- ja päihdeongelmiin sekä oppimisvaikeuksiin. Lisäksi varhainen kiusaamiseen puuttuminen ehkäisee syrjäytymistä. (PSHP 2013, 5; THL 2021b; THL n.d.)

Korjaava mielen-terveystyö

Korjaavan mielen-terveystyön tarkoituksena on parantaa ja lieventää yksilöiden mielen-terveyshäiriöitä ja mielisairauksia tutkimuksilla, hoidoilla sekä kuntoutuksella (Tähkä 2017, 3; THL 2020a). Korjaavaan mielen-terveystyöhön sisältyy mielisairauksista ja muista mielen-terveydenhäiriöistä kärsiville henkilöille, heidän sairautensa tai häiriönsä vuoksi annettavat mielen-terveyspalvelut. Korjaavien mielen-terveyspalveluiden päätehtävänä on siis tutkia, hoitaa ja kuntouttaa sairaudesta tai häiriöstä kärsiviä. (PSHP 2013, 5; Wahlbeck ym. 2018, 55.)

Lasten ja nuorten yleisimpiä diagnosoituja mielen-terveyshäiriöitä ovat aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriö (ADHD), käytöshäiriöt, ahdistuneisuushäiriöt, autismikirjon häiriöt, sosiaalisen vuorovaikutuksen häiriöt, masennus, traumaperäinen stressihäiriö (PTSD), pakko-oireinen häiriö (OCD) sekä syömishäiriöt (THL

2020b). Eläinavusteisia menetelmiä on pidetty toimivina lasten ja nuorten hoidossa. Eläinavusteista interventiota on hyödynnetty kuntoutuksessa ja hoivassa esimerkiksi autismi kirjon häiriössä, ADHD:ssä, traumaperäisissä häiriössä, psykiatrisissa häiriössä sekä muistihäiriöissä ja muissa kognitiivisissa häiriöissä. (Hautamäki ym. 2021, 9.)

3 OPINNÄYTETÖN TARKOITUS, TEHTÄVÄ JA TAVOITE

Opinnäytetyön tarkoituksena on tehdä kuvaileva kirjallisuuskatsaus, jossa kuvataan eläinavusteisen intervention vaikutuksia lasten ja nuorten mielenterveyteen.

Opinnäytetyön tehtävänä on vastata tutkimuskysymykseen: Miten eläinavusteinen interventio vaikuttaa lasten ja nuorten mielenterveyteen?

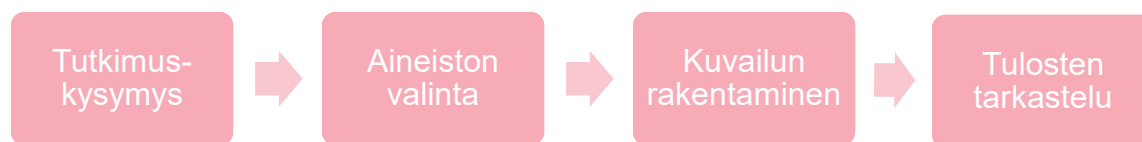
Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä tietoisuutta eläinavusteisen intervention hyödyistä ja vaikutuksista sekä edistää eläinavusteisen intervention hyödyntämistä lasten ja nuorten mielenterveyden tukemisessa ja kuntoutuksessa.

4 MENETELMÄLLISET LÄHTÖKOHDAT

4.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Tämä opinnäytetyö toteutettiin kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Työ sai enemmän painoarvoa kirjallisuuskatsauksen kontekstissa, koska valtava määrä tutkimustietoa koottiin yhdeksi tiiviiksi koosteeksi. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on yksi yleisimmin käytetty katsaustyyppi ja siitä käytetään myös nimitystä traditionaalinen kirjallisuuskatsaus. Kuvaileva katsaus voidaan jakaa kahteen toisistaan eroavaan katsaukseen, narratiiviseen ja integroivaan katsaukseen. Narratiivinen katsaus on kevyin katsausmuoto, millä pyritään antamaan lukijalle laaja kuva käsitellystä aiheesta sekä aihetta kuvaillaan historian ja kehityskulun mukaan. Narratiivinen katsaus pyrkii lopputulokseen, joka on helppolukuista. Integroivaa katsausta käytetään silloin, jos halutaan kuvata tutkittua tietoa mahdollisimman monipuolisesti tai tuottaa lisää tietoa jo tutkitusta aiheesta. (Salminen 2011, 6–8.) Tässä opinnäytetyössä kirjallisuuskatsaus toteutettiin narratiivisena katsauksena.

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus voidaan jakaa neljään vaiheeseen (kuvio 1). Kirjallisuuskatsaus aloitetaan muodostamalla tutkimuskysymys, joka ohjaa prosessin alkuun. Tutkimuskysymyksen ohjaamana valitaan aineisto, joka voi olla joko implisiittinen tai eksplisiittinen. Tässä katsauksessa aineisto valittiin implisiittisesti. Implisiittinen aineisto haetaan tieteellisesti merkityksellisistä lähteistä. Aineistoon valittujen tutkimusten luotettavuutta ja osuvuutta raportoidaan tekstissä eli lähteiden valinta sekä lähdekritiikki sisällytetään aineiston käsittelyyn ja kuvaukseen esimerkiksi esittelemällä työhön valittua kirjallisuutta ja perusteltuja valintoja suhteessa tutkimuskysymykseen. Aineistoa valittaessa, käynnistyy samalla kuvailun rakentaminen, jossa esitettyyn tutkimuskysymykseen haetaan vastauksia. Aineistoa vertaillaan, syntetisoidaan sekä yhdistetään. Lopuksi tarkastellaan saatuja tuloksia kiinnittämällä huomiota tekstin laajempaan yhteyteen sekä eettisiin ja luotettavuuskysymyksiin. (Kangasniemi ym. 2013, 294–295.)



KUVIO 1. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen vaiheet.

4.2 Aineistonkeruu

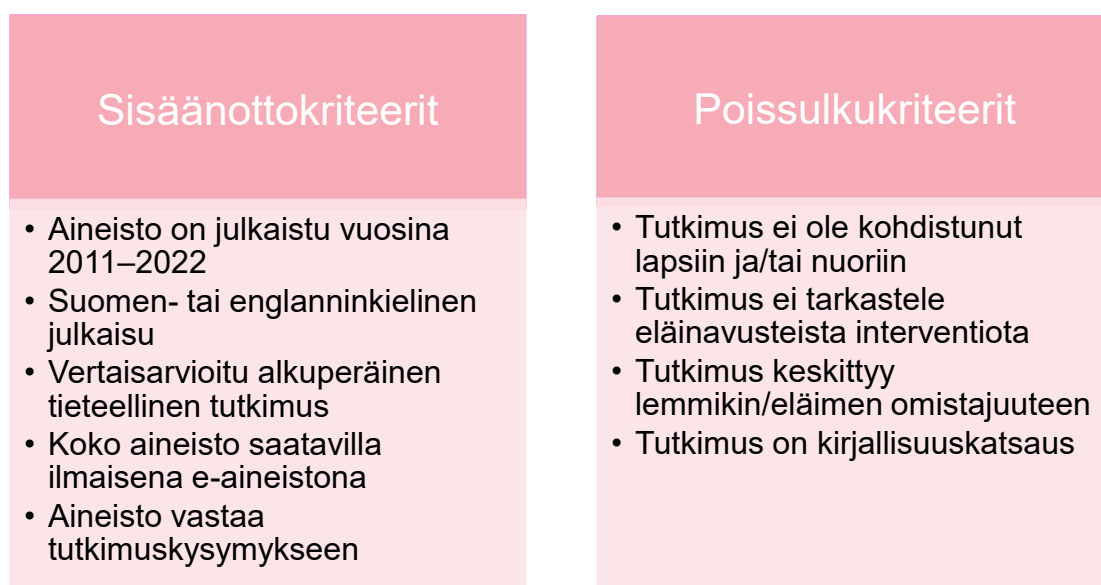
Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa tarkoituksena on valita mahdollisimman ajankohtainen aineisto, joka vastaa tutkimuskysymyksen. Aineisto muodostuu aiemmista julkaisuista, jotka ovat merkityksellisiä tutkimusaiheen kannalta. Kirjallisuuskatsaukseen tehdään myös kuvaus aineiston valinnasta ja prosessin kuluista. Valitut aineistot voivat olla hyvin erilaisia esimerkiksi tieteenalat, julkaisujen ajankohdat, foorumit sekä lähestymistavat saattavat vaihdella. Katsauksessa voidaan käyttää apuna myös taulukoita. Taulukoinnin tavoitteena on selkeyttää valittua aineistoa sekä tarkastella luotettavuutta. Aineistoa kerätään elektronisista tietokannoista ja manuaalista hakua käyttäen. (Kangasniemi ym. 2013, 295–296.)

Tämän opinnäytetyön aineistonkeruu tehtiin neljää hoitotyön, terveystieteiden ja psykologian sähköistä tietokantaa käyttäen, mitkä ovat Cinahl, Medline, Psychology Database sekä Web of Science. Teimme haut jokaiseen tietokantaan käyttäen samoja hakusanoja, jotka on esitetty tietokantojen ja hakutulosten lukumäärien kanssa taulukossa 1. Hakua rajattiin kahdesti erilaisia rajoituksia käyttäen, jotta hakutuloksia oli hallittavampi määrä jäljellä (kuvio 3). Aineistoksi valikoitui ulkomaalaisia vertaisarvioituja alkuperäistutkimuksia, mitkä käsittelivät lapsille ja nuorille suunnattuja erilaisia eläinavusteisia interventioita ja niistä aiheutuvia vaikutuksia lasten ja nuorten mielenterveyteen.

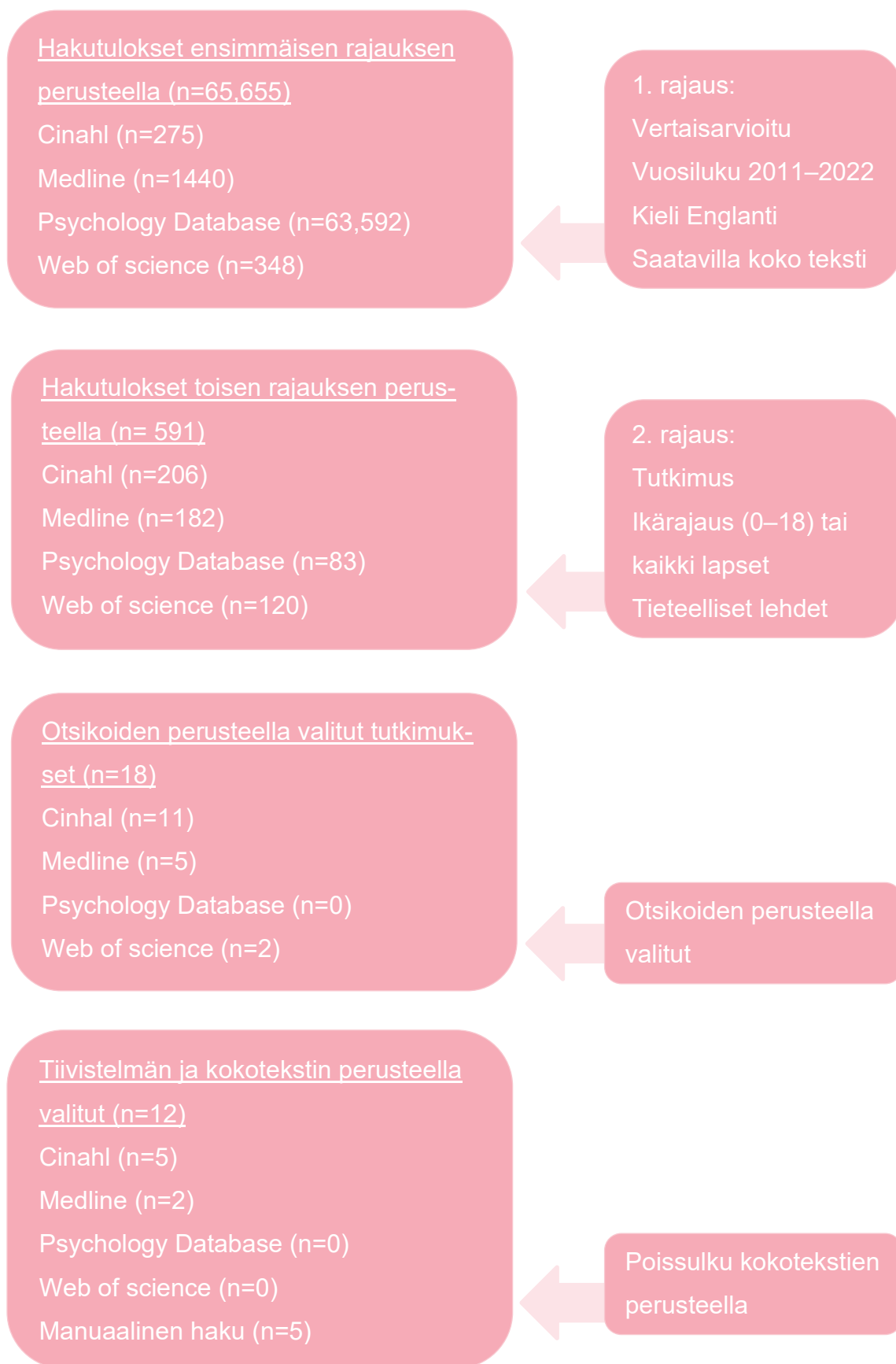
TAULUKKO 1. Tietokantahakujen hakusanat

<i>Tieto- kanta</i>	Hakusanat	Hakutulokset 1.rajauksen jälkeen
<i>Cinahl</i>	(adolescen* or minor* or child* or teen* or young) AND (“mental health” or “mental disorder” or “mental illness” or psychiatric) AND (“animal assisted therapy” or “animal assisted” or “animal assisted intervention” or “animal therapy” or animal* or pet*) AND (effect* or benefit* or impact* or influence* or efficacy)	275
<i>Medline</i>	(adolescen* or minor* or child* or teen* or young) AND (“mental health” or “mental disorder” or “mental illness” or psychiatric) AND (“animal assisted therapy” or “animal assisted” or “animal assisted intervention” or “animal therapy” or animal* or pet*) AND (effect* or benefit* or impact* or influence* or efficacy)	1440
<i>Psychology Database</i>	(adolescen* or minor* or child* or teen* or young) AND (“mental health” or “mental disorder” or “mental illness” or psychiatric) AND (“animal assisted therapy” or “animal assisted” or “animal assisted intervention” or “animal therapy” or animal* or pet*) AND (effect* or benefit* or impact* or influence* or efficacy)	63,592
<i>Web of Science</i>	(adolescen* or minor* or child* or teen* or young) AND (“mental health” or “mental disorder” or “mental illness” or psychiatric) AND (“animal assisted therapy” or “animal assisted” or “animal assisted intervention” or “animal therapy” or animal* or pet*) AND (effect* or benefit* or impact* or influence* or efficacy)	348

Tietokantojen rajausominaisuuksia hyödyntämällä, käytimme sisäänotto- ja poissulkukriteerejä aineistoon sopivien tutkimusten löytämiseksi (kuvio 2). Valitsemamme hakusanat ja rajaukset tuottivat kattavan määrän julkaisuja, joista karstiui kriteereiden avulla osa pois. Hakusanan ”nuoret” ja rajauksen ”0–18-vuotiaat” tai ”kaikki lapset” käyttäminen, sisällytti hakutuloksiin silti ikäryhmiä ”nuoret aikuiset” tai ”21-vuotiaat”, koska ulkomaisissa tutkimuksissa termi ”nuoret” tarkoittaa useinkin vielä 21-vuotiasta (kuvio 3). Tästä syystä laajensimme aineistomme ikäryhmän lapset ja nuoret 0–21-vuotiaihin. Jäljelle jäivät tutkimukset valikoimme otsikoiden perusteella luettavaksi ja läpikäytäväksi (kuvio 3). Löysimme seitsemän laadukasta tutkimusta tietokannoista, mutta tietokantahakujen lisäksi jouduimme tekemään aineistonkeruuta myös manuaalisesti. Aihepiiriin liittyvien julkaisujen lähdeluetteloita tutkimalla, löysimme lisäksi viisi sisäänotto- ja poissulkukriteerien mukaista tutkimusta aineistoomme. Aineistoksi valikoitui yhteensä 12 vertaisarvioitua alkuperäistutkimusta, joiden perustiedoista kokosimme taulukon ja arvioimme samalla niiden laatua (liite 1).



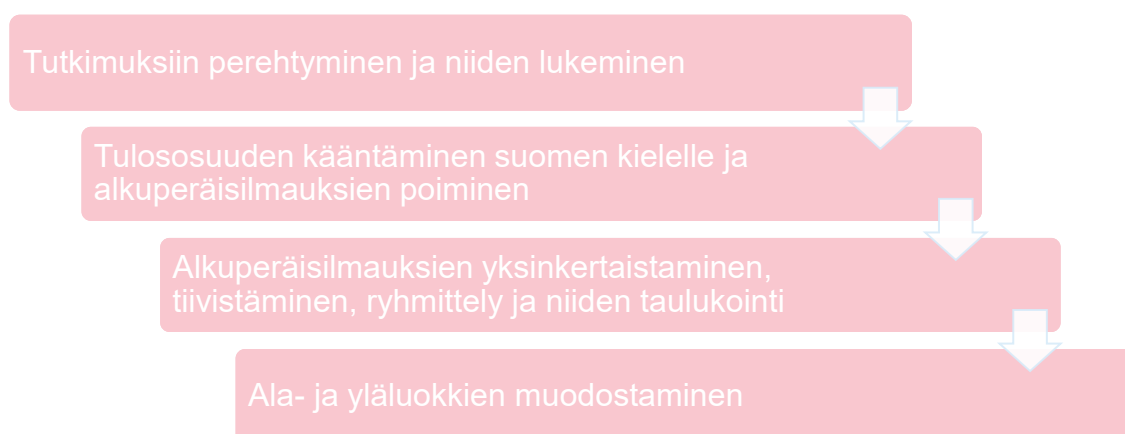
KUVIO 2. Sisäänotto- ja poissulkukriteerit



KUVIO 3. Kirjallisuuskatsauksen alkuperäistutkimusten valinta

4.3 Aineistolähtöinen sisällönanalyysi

Tämän kirjallisuuskatsauksen aineisto analysoitiin laadullisella aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä lähdetään etsimään avoimesti aineistosta kohtia, jotka kertovat tutkittavasta asiasta, vastaavat asetettuun tutkimuskysymykseen ja kiinnostavat tutkijaa. Tekstit voivat olla laajuudeltaan hyvin erilaisia, lyhyistä ja yksittäisistä ilmauksista aina pitkiin teksteihin. Aineistoa kerätessä on tarkoituksena jakaa löydetty tieto useampaan analyysiyksikköön ja verrata saatuja tietoja. (Vuori n.d.) Sisällönanalyysin tavoitteena on luoda tutkittu aineisto, joka on sisällöltään selkeä ja sanallinen kuvaus tutkittavasta ilmiöstä. Löydetty aineisto järjestetään tiiviiseen ja selkeään muotoon, josta lukija saa informaation helposti. (Tuomi & Sarajärvi 2018, luku 4.) Kuviossa 4 on kuvattu opinnäytetyömme aineistolähtöisen sisällönanalyysin kulkua ja etenemistä.



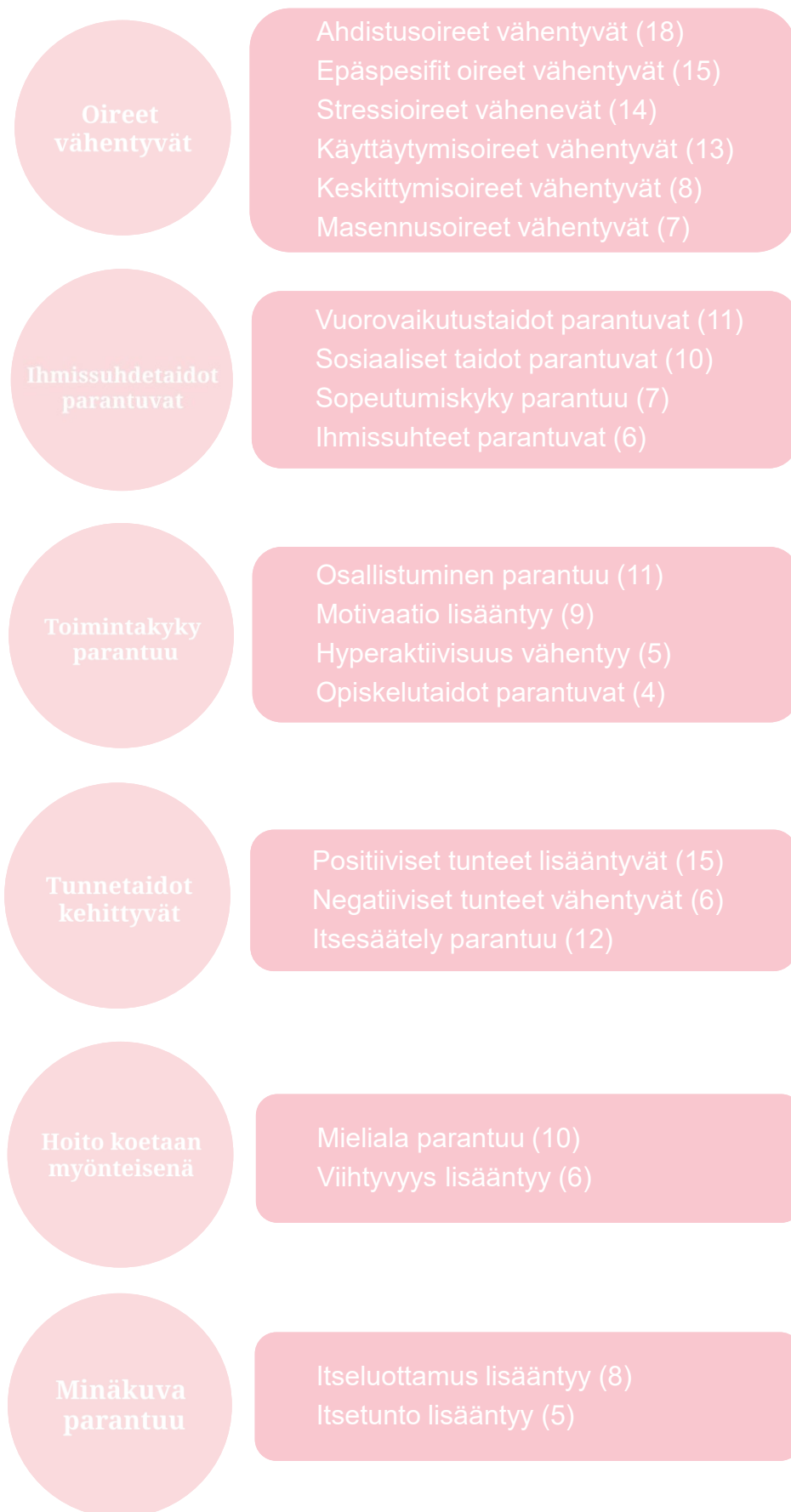
KUVIO 4. Aineistolähtöisen sisällönanalyysin eteneminen (Tuomi & Sarajärvi 2018, 91–92)

Löydettyämme tutkimukset, aloitimme käymään tutkimusten tulososuuksia läpi. Kaikki tutkimuksemme olivat englanniksi, joten seuraavana työvaiheena oli kääntää tekstit suomen kielelle ja muodostaa alkuperäisilmaukset. Kävimme läpi jokaisen alkuperäisilmauksen ja tarkistimme, että ne vastaavat tutkimuskysymykseemme ”Miten eläinavusteinen interventio vaikuttaa lasten ja nuorten mielenterveyteen?” Tämän jälkeen kaikki alkuperäisilmaukset pelkistettiin yksinkertaisempaan muotoon, niin kuin esimerkki taulukossa 3 esitetään. Tiivistettyjä ilmauksia

muodostui yhteensä 200 kappaletta. Tiivistettyjen ilmausten jälkeen ryhmitelimme sisällöltään samankaltaiset ilmaukset yhteen ja muodostimme niiden perusteella alaluokat (liite 2). Alaluokkia muodostui yhteensä 21 kappaletta. Alaluokkien perustella saimme muodostettua 6 yläluokkaa, jotka järjestettiin tutkimustuloksista eniten saatujen tulosten mukaan (kuvio 5).

TAULUKKO 3. Esimerkki analyysin etenemisestä alkuperäisilmauksesta alaluokituksen.

<i>Alkuperäisilmaus</i>	<i>Tiivistetty ilmaus</i>	<i>Alaluokka</i>	<i>Yläluokka</i>
<i>(T1) Vanhemmat havaitsivat positiivisen muutoksen keskittymisongelmissa.</i>	(T1) Keskittymisongelmat vähentyvät.	Keskittymis- oireet vähentyvät	Oireet vähentyvät
<i>(T1) Sekä vanhemmat että opettajat havaitsivat merkittävää muutosta keskittymisongelmissa.</i>	(T1) Keskittymisongelmat helpottuvat merkittävästi.	(8)	
<i>(T6) Opettajien arvioinnin mukaan keskittymisvaikeudet parantuivat kohtalaisesti.</i>	(T6) Keskittymisvaikeudet helpottuvat kohtalaisesti.		
<i>(T6) Hoitoryhmällä oli vähemmän keskittymisongelmia kuin kontrolliryhmällä.</i>	(T6) Hoitoryhmän keskittymisongelmat vähentyvät.		
<i>(T6) Opettajat katsoivat nuorten edistyneen kouluun sopeutumisessa, koska heillä oli enemmän keskittymiskykyä luokassa opiskeluun.</i>	(T6) Keskittymiskyky paranee luokassa.		
<i>(T6) Opettajien arvioiden mukaan vaikutukset ennen interventiota ja sen jälkeen keskittymisvaikeuksissa olivat kohtalaisia.</i>	(T6) Keskittymisvaikeudet helpottivat kohtalaisesti.		
<i>(T6) Hoitohenkilökunnan arvioiden mukaan keskittymisvaikeudet vähenevät intervention jälkeen.</i>	(T6) Keskittymisvaikeudet vähenevät intervention jälkeen.		
<i>(T10) Monille opiskelijoille kyky olla fyysisesti aktiivinen maatilalla, tuntui olevan merkittävä komponentti heidän keskittymiskykynsä.</i>	(T10) Maatilalla toimiminen parantaa keskittymiskykyä merkittävästi.		



KUVIO 5. Ylä- ja alaluokat sekä tiivistettyjen ilmausten lukumäärät alaluokittain

5 TULOKSET

5.1 Oireet vähentyvät

Tuloksista suurimmaksi yläluokaksi muodostui oireiden vähentyminen. Eläinavusteisten interventioiden avulla ahdistusoireet (Muela ym. 2017; Crossman ym. 2020; Flynn, Gandenberger, Harvey, Jedlicka & Martinez 2020; Mueller & Morris 2020; Jody, Lincoln & Matia 2021; Kivlen, Quevillon & Pasquarelli 2022), epäspesifit oireet (Burgon 2011; Balluerka, Muela, Ami-ano & Caldentey 2015; Stefanini ym. 2015; Muela ym. 2017; Mueller & McCullough 2017; Crossman ym. 2020; Jody ym. 2021), stressioireet (Mueller & McCullough 2017; Crossman ym. 2020; London ym. 2020; Kivlen ym. 2022), käyttäytymisoireet (Balluerka ym. 2015; Stefanini ym. 2015; Flynn ym. 2020; Harvey ym. 2020; London ym. 2020), keskittymisoireet (Balluerka ym. 2015; Flynn ym. 2020; Harvey ym. 2020) ja masennusoireet (Balluerka ym. 2015; Frederick, Ivey Hatz & Lanning 2015; Muela ym. 2017; Harvey ym. 2020) vähenivät lapsilla ja nuorilla.

Eläinavusteinen interventio helpotti ahdistusoireita tai vähensi ahdistusoireita merkittävästi (Muela ym. 2017; Flynn ym. 2020; Harvey ym. 2020; Jody ym. 2021; Kivlen ym. 2022). Vanhemmat, opettajat, psykiatrit ja potilaat itse havaitsivat ahdistusoireiden vähentyneen intervention aikana ja sen päätyttyä (Harvey ym. 2020; Jody ym. 2021). Vuorovaikutus eläimen kanssa koettiin vähentävän ahdistusta (Crossman ym. 2020; Kivlen ym. 2022) ja pelkkä eläimen läsnäolo auttoi vähentämään ahdistusoireita (Kivlen ym. 2022). Myös negatiiviset ajatukset ahdistuksesta vähenivät (Crossman ym. 2020). Terapiakoiran läsnäolo rauhoitti opiskelijoita luokkaympäristössä ja siten vähensi myös opiskelijoiden kokemaa ahdistusta (Flynn ym. 2020; Kivlen ym. 2022).

Epäspesifit oireet helpottuivat tai vähentyivät merkittävästi eläinavusteisella interventiolla (Balluerka ym. 2015; Jody ym. 2021). Koiran kanssa toiminen lisäsi positiivisia vaikutuksia (Crossman ym. 2020) ja vähensi somaattisia vaivoja (Muela ym. 2017). Tunneside hevoseen auttoi nuoria saamaan psykososiaalisia etuja (Burgon 2011) sekä koiran ominaisuudet paransivat lasten terapeuttisia hyötyjä (Stefanini ym. 2015). Eläinavusteinen interventio sekä tavanomainen

hoito vähensivät merkittävästi PTSD-oireita (Mueller & McCullough 2017). Lisäksi kokonaisvaltaiset oireet, kliiniset oireet sekä globaali toimintakyky parantui eläinavusteisen intervention avulla (Stefanini ym. 2015).

Koirat poistivat terapiaistunnoilta suoriutumiseen liittyviä odotuksia, stressiä ja paineita (London ym. 2020). Eläinavusteisen intervention koettiin lieventävän stressin negatiivisia oireita (Crossman ym. 2020) ja lisäävän positiivisia vaikutuksia (Kivlen ym. 2022). Vuorovaikutus koiran kanssa tai koiran läsnäolo vähensivät stressitekijöitä (Crossman ym. 2020; Kivlen ym. 2022). Opetusympäristössä terapiakoiran läsnäolo vaikutti myönteisesti opiskelijoiden kokemaan stressiin vähentämällä oireita (Kivlen ym. 2022). Myös posttraumaattinen stressi vähentyi sekä eläinavusteisessa että standardi hoitoryhmässä (Mueller & McCullough 2017).

Eläinavusteinen interventio vähensi lasten ja nuorten käyttäytymisoireita (Balluerka ym. 2015; London ym. 2020) ja paransi heidän käyttäytymistään yhteisössä (Stefanini ym. 2015). Lasten ja nuorten käyttäytymisoireista suuttumus (Harvey ym. 2020), kiusaaminen (Harvey ym. 2020) ja aggressiivisuus (Balluerka ym. 2015; Harvey ym. 2020) sekä epätyypillinen (Balluerka ym. 2015; Harvey ym. 2020) ja sopeutumaton (London ym. 2020) käyttäytyminen vähentyivät. Myös sosiaalinen vetäytymiskäyttäytyminen vähentyi merkittävästi (Stefanini ym. 2015; London ym. 2020). Opetusympäristössä eläimen läsnäolo rauhoitti opiskelijoita (Flynn ym. 2020). Opettajat, vanhemmat ja hoitohenkilökunta arvioivat lasten ja nuorten keskittymisongelmien ja -vaikeuksien vähentyvän eläinavusteisen intervention jälkeen (Balluerka ym. 2015; Harvey ym. 2020). Nuorten kouluun sopeutuminen lisäsi keskittymiskykyä luokassa opiskeluun (Balluerka ym. 2015). Myös maatilaympäristössä mahdollisuus olla fyysisesti aktiivinen auttoi parantamaan keskittymiskykyä merkittävästi (Flynn ym. 2020).

Eläimen havaittiin vaikuttavan positiivisesti masennuksen kokemiseen (Frederick ym. 2015; Harvey ym. 2020) ja myös masennukseen liittyvät oireet vähentyivät intervention jälkeen (Balluerka ym. 2015; Muela ym. 2017). Jopa lyhyellä hevosavusteisella interventiolla oli saatu tehokkaasti vähennettyä nuorten masennusta.

Intervention päättymisestä kuuden kuukauden kuluttua tutkittaessa masennusoireilua, masennus jatkoi vähentymistä tai pysyi samalla tasolla, kuin intervention lopussa. (Frederick ym. 2015.)

5.2 Ihmissuhdetaidot parantuvat

Tuloksista toiseksi suurimmaksi yläluokaksi muodostui ihmissuhdetaitojen parantuminen. Eläinavusteisen intervention myötä, lasten ja nuorten vuorovaikutustaidot (Balluerka ym. 2015; Stefanini ym. 2015; Mueller & McCullough 2017; Flynn ym. 2020; London ym. 2020), sosiaaliset taidot (Balluerka ym. 2015; Stefanini ym. 2015; Muela ym. 2017; Harvey ym. 2020; London ym. 2020), sopeutumiskyky (Balluerka ym. 2015; Muela ym. 2017; Harvey ym. 2020) ja ihmissuhteet (Balluerka ym. 2015; Muela ym. 2017; Flynn ym. 2020) parantuivat.

Koirien kanssa toimiminen paransi lasten ja nuorten vuorovaikutustaitoja (Balluerka ym. 2015; Muela ym. 2017; London ym. 2020) sekä eläinavusteisen intervention myötä ryhmässä työskenteleminen (Balluerka ym. 2015) ja yhteistyö muiden ihmisten kanssa parantui (Flynn ym. 2020). Eläimen kanssa toimiminen lisäsi aktiivisuutta ja vuorovaikutusta (Stefanini ym. 2015), jonka myötä motivaatio luoda suhteita eläimien kanssa lisääntyi (Flynn ym. 2020). Yhteyden kehittyminen esimerkiksi hevosen kanssa paransi työskentelyä (Mueller & McCullough 2017), jolloin lapset ja nuoret saivat terapiasta tarvitsevansa avun. Maatilaympäristössä lampaiden ja muiden eläinten kanssa harjoittelu auttoi olemaan vuorovaikutteempi sekä muutti vastustusajattelua yhteistyökykyisemmäksi (Flynn ym. 2020).

Eläinavusteinen interventio sekä eläinavusteinen psykoterapia paransivat lasten ja nuorten sosiaalisia taitoja merkittävästi (Balluerka ym. 2015; Muela ym. 2017; Harvey ym. 2020). Koirien havaittiin helpottavan lapsia voittamaan ulkopuolisuuden tunteen muiden seurassa (London ym. 2020). Myös nuorilla sosiaalisessa kommunikoinnissa aikuisten ja ikätovereiden kanssa osoitettiin merkittävää parannusta (Stefanini ym. 2015). Eläinavusteisella interventiolla sopeutumiskyky (Balluerka ym. 2015; Harvey ym. 2020) sekä sosiaalinen sopeutuminen myös parantuivat (Balluerka ym. 2015). Lisäksi eläinavusteisella psykoterapialla oli parantava vaikutus nuorten koulu-sopeutumiseen, sopeutumiskykyyn (Balluerka ym.

2015) sekä sopeutumistaitoihin (Muela ym. 2017). Nuoret arvioivat itse heidän sopeutumattomuutensa vähentyneen hoidon jälkeen (Balluerka ym. 2015).

Tuloksien mukaan eläinavusteinen psykoterapia paransi nuorten henkilökohtaisia suhteita (Muela ym. 2017). Nuorten itsearviointien perusteella heidän ihmisuhteensa kohentuivat intervention myötä (Balluerka ym. 2015). Monilla opiskelijoilla oli luottamusongelmia muita ihmisiä kohtaan. Eläimen kanssa työskentely sai nuoret tuntemaan olonsa turvallisemmaksi, mikä puolestaan kasvatti halua luottaa ihmisiin. (Flynn ym. 2020.) Lisäksi kyky säädellä itseään paremmin maatilaympäristössä sekä osallistuminen aktiviteetteihin eläinten kanssa, paransi ja auttoi rakentamaan ihmissuhteita (Flynn ym. 2020).

5.3 Toimintakyky parantuu

Kolmanneksi suurin yläluokka muodostui lasten ja nuorten toimintakyvyn paranemisesta. Eläinavusteiset interventiot paransivat lasten ja nuorten osallistumista (Stefanini ym. 2015; Flynn ym. 2020; London ym. 2020; Kivlen ym. 2022;) ja opiskelutaitoja (Balluerka ym. 2015; Stefanini ym. 2015; Harvey ym. 2020). Heidän motivaationsa myös lisääntyi (Burgon 2011; Flynn ym. 2020; London ym. 2020) sekä hyperaktiivisuus vähentyi (Balluerka ym. 2015; Harvey ym. 2020; Flynn ym. 2020) eläinavusteisen intervention avulla. Mahdollisuus osallistumiseen sekä turvallisuuden tunteen ja itsesäätelyn parantuminen maatilaympäristössä vahvisti lasten ja nuorten motivoitumista ja sitoutumista (Flynn ym. 2020), mikä paransi ja kohensi yleistä toimintakykyä.

Fyysinen aktiivisuus maatilalla vahvisti nuorten osallistumiskykyä (Flynn ym. 2020) sekä koiran läsnäolo edesauttoi lapsen osallistumista yhteisöön (London ym. 2020). Kuukausia myöhemmin eläinavusteiseen interventioon osallistumisesta, nuorten sosiaalinen osallistuminen jatkoi parantumistaan merkittävästi (Stefanini ym. 2015). Interventioiden ansiosta lapset ja nuoret osoittivat enemmän aktiivisuutta osallistua omaan elämäänsä ja tulevaisuutensa suunnitteluun (Flynn ym. 2020). He halusivat myös kokeilla uusia asioita ja aktiviteetteja sekä suorittaa erilaisia toimintoja epä mukavuusalueellaan (London ym. 2020). Myös

luokkaympäristössä koira vaikutti positiivisesti opiskelijoiden luokkatoimintoihin osallistumiseen (Kivlen ym. 2022).

Eläinavusteiset interventiot opetusympäristöissä antoivat hyviä tuloksia. Oppilaiden opiskelutaidot parantuivat merkittävästi (Harvey ym. 2020) sekä opiskelumotivaatio luokassa lisääntyi (Balluerka ym. 2015). Lasten ja nuorten oppimisvaikeudet parantuivat ja kouluun sopeutuminen myös edistyi eläinavusteisuuden johdosta (Balluerka ym. 2015). Lisäksi interventioiden avulla koulussa käymistä voitiin merkittävästi parantaa (Stefanini ym. 2015) ja näin ollen poissaoloja voitiin vähentää.

Koira motivoi lapsia ja nuoria jäämään terapiaan ja suorittamaan tavoitteellisia tehtäviä sekä sitoutumaan terapiaan paremmin (London ym. 2020). Eläinten kanssa työskentely lisäsi sisäistä motivaatiota ja muutti nuorten vastustusajattelua motivoituneemmaksi. Eläimen läsnäolo oli yksi merkittävimmistä tekijöistä interventioiden sitoutumisessa. (Flynn ym. 2020; London ym. 2020.) Lisäksi hevoset motivoivat lapsia ja nuoria rakentamaan ja syventämään suhdettaan hevosiin (Burgon 2011).

Lasten ja nuorten hyperaktiivisuus väheni merkittävästi opettajien ja vanhempien arvioimana (Balluerka ym. 2015; Harvey ym. 2020). Eläimet auttoivat oppilaita rauhoittumaan, mikä vähensi yliaktiivisuutta (Flynn ym. 2020) ja siten toimintakyky parani luokka- ja kotiympäristössä. Hyperaktiivisuuden oireita esiintyi vähemmän niillä, jotka saivat eläinavusteista hoitoa, verrattuna niihin, jotka saivat tavanomaista hoitoa (Balluerka ym. 2015).

5.4 Tunnetaidot kehittyvät

Eläinavusteiset interventiot auttoivat lapsia ja nuoria kehittämään heidän tunnetaitojaan. Tunnetaitojen kehittymistä tapahtui sekä positiivisten (Burgon 2011; Balluerka ym. 2015; Stefanini ym. 2015; Muela ym. 2017; Crossman ym. 2020; Flynn ym. 2020) että negatiivisten tunteiden (Burgon 2011; Balluerka ym. 2015; Harvey ym. 2020; London ym. 2020) kautta sekä lasten ja nuorten itsesäätely parantui (Burgon 2011; Balluerka ym. 2015; Flynn ym. 2020; Harvey ym. 2020;

London ym. 2020) eläinavusteisen intervention avulla. Vuorovaikutus koirien kanssa auttoi parantamaan tunnetaitoja (Crossman ym. 2020) sekä eläimen läsnäolo paransi lasten ja nuorten emotionaalista itsehillintää (Harvey ym. 2020).

Hevosen kanssa toimiminen vaikutti positiivisesti lasten ja nuorten empatiakykyyn. Kiintymyssuhde hevoseen lisäsi kiintymystä ja hoivaamisen tunnetta nuorilla. (Burgon 2011.) Eläin lisäsi turvallisuuden tunteen myötä affektiivisempaa käyttäytymistä (Stefanini ym. 2015; Flynn ym. 2020;) sekä uteliaisuus myös lisääntyi (Flynn ym. 2020). Eläin lisäsi lasten ja nuorten tasa-arvon tunnetta terapeuttia ja muita ihmisiä kohtaan (Flynn ym. 2020). Monissa tapauksissa eläinten kanssa vuorovaikutuksessa saadut kokemukset lisäsivät positiivisia ajatuksia tulevaisuuden suhteen (Flynn ym. 2020). Eläinavusteiset interventiot vähensivät lasten ja nuorten negatiivisia tunteita esimerkiksi pelkoa (Burgon 2011; London ym. 2020), vihaa (Harvey ym. 2020) sekä riittämättömyyden tunnetta (Muela ym. 2017). Myös opiskelijoiden negatiiviset käsitykset opettajia kohtaan vähentyivät (Balluerka ym. 2015), positiivisten käsitysten ja suhtautumisen lisääntyessä opettajia kohtaan (Balluerka ym. 2015; Muela ym. 2017).

Eläimiin keskittyminen paransi lasten ja nuorten itsetietoisuutta sisäisistä tunne-tiloista (Flynn ym. 2020) sekä hevosen lähellä oleminen lisäsi sisäistä kyvykkyyttä (Burgon 2011). Näiden lisäksi turvallisuuden tunteella eläinten lähellä (Flynn ym. 2020) sekä itseohjautuvuuden, itsensä johtajuuden ja itsetehokkuuden parantumisella (Burgon 2011; Balluerka ym. 2015; London ym. 2020), oli taas suora yhteys itsesäätelyn parantumiseen. Eläimen tuomitsemattomuus poisti paineita asettua tiettyyn muottiin ja antoi vapauden lapsille ja nuorille olla oma itsensä. Tällainen vapaus kehitti kognitiivista ajattelua ja paransi itsesäätelytaitoja ja sitä kautta lisäsi itseluottamusta. (London ym. 2020.)

5.5 Hoito koetaan myönteisenä

Lapset ja nuoret kokivat eläinavusteisen hoidon myönteisenä ja viihtyisänä, verraten tavanomaiseen hoitomuotoon (Frederick ym. 2015; Crossman ym. 2020; Jody ym. 2021). Eläinavusteinen interventio kohensi tehokkaasti lasten ja nuorten mielialaa (Crossman ym. 2020; Jody ym. 2021), lisäsi toiveikasta ajattelua

(Frederick ym. 2015; Flynn ym. 2020) sekä paransi interventiossa viihtymistä (Flynn ym. 2020; London ym. 2020; Jody ym. 2021). Kuitenkin standardihoidolla oli yhtä tehokas vaikutus mielialan kohentumisessa kuin eläinavusteisella hoidolla yhden tutkimuksen mukaan (Jody ym. 2021).

Jopa lyhyellä hevosavusteisella interventiolla oli suuri vaikutus nuorten toiveikkaan ajattelun lisäämisessä. Intervention päättymisestä kuuden kuukauden kuluessa, toiveikkautta mitattaessa huomattiin jopa suurempaa nousua, kuin intervention lopussa. (Frederick ym. 2015.) Eläimet olivat voimakas tekijä saamaan oppilaat toiveikkaiksi ja ajattelemaan omaa tulevaisuuttaan syvemmin (Flynn ym. 2020).

Lapset ja nuoret myös pitävät eläinavusteisista interventioista ja he viihtyvät siellä (Flynn ym. 2020; London ym. 2020; Jody ym. 2021). Lapsen mukavuustaso kasvoi terapiassa sekä olosuhteet koettiin paremmaksi kuin tavallisessa hoidossa (Jody ym. 2021). Eläimet tarjosivat myös fyysistä mukavuutta sellaisille lapsille ja nuorille, jotka eivät voineet vastaanottaa kosketusta muilta ihmisiltä. Eläimen kanssa vuorovaikuttaminen antoi positiivisia kokemuksia, mitkä rohkaisivat rentoutumaan enemmän erilaisissa tilanteissa. (Flynn ym. 2020.)

5.6 Minäkuva parantuu

Viimeinen yläluokka muodostui lasten ja nuorten minäkuvan parantumisesta. Tutkimustuloksista nousi esille, että eläinavusteiset interventiot paransivat lasten ja nuorten itseluottamusta (Burgon 2011; Balluerka ym. 2015; London ym. 2020) ja itsetuntoa (Burgon 2011; Balluerka ym. 2015; Muela ym. 2017; Flynn ym. 2020). Lasten ja nuorten yleinen itseluottamus ja itsevarmuus lisääntyivät (Burgon 2011; Balluerka ym. 2015; London ym. 2020) eläinavusteisessa interventiossa.

Hevosten kanssa toimiminen vahvisti lasten ja nuorten sisäistä luottamusta ja loi uskoa omiin kykyihin, mitkä auttoivat toimimaan elämän eri osa-alueilla. Myös eläinavusteinen psykoterapia lisäsi lasten ja nuorten itseluottamusta ja paransi heidän itsetuntoansa. Psykoterapiassa lapset ja nuoret saivat pitää huolta eläi-

mestä ja samalla kehittivät omia taitojaan. (Burgon 2011.) Interventiossa toimiminen vahvisti lasten ja nuorten itsearvon tunnetta, mikä taas puolestaan kohotti itsetuntoa (Flynn ym. 2020).

6 POHDINTA

6.1 Eettisyys ja luotettavuus

Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa eettisyyttä tarkastellaan kaikissa katsauksen vaiheissa. Kirjallisuuskatsauksen menetelmä on väljä, minkä vuoksi eettisyys korostuu tutkijan tekemissä valinnoissa ja raportoinnissa. (Kangasniemi ym. 2013, 292–297.) Eettisyyteen liittyy hyvä tieteellinen käytäntö, mikä tarkoittaa työn rehellisyyttä, huolellisuutta ja tarkkuutta kaikissa tutkimuksen vaiheissa (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2021).

Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry (2019) on kehittänyt suositukset opinnäytetyön eettisyyden rakentumisesta. Opinnäytetyön tekijöillä ei saa olla esteellisyyttä työn aiheelle eli aiheeseen on suhtauduttava puolueettomasti. Opinnäytetyön aiheeseen on täytynyt perehtyä riittävästi sekä työn resursseista ja tutkimusluvista on keskusteltu yhdessä ohjaajan kanssa. Lisäksi tekijät ovat tutustuneet tutkimuseettisiin ohjeistuksiin sekä lähteet- ja tekstiviitteet ovat kirjoitettu asianmukaisesti, tietäen, että opinnäytetyö tarkistetaan käyttäen plagiaatintunnistusjärjestelmää. Tekijöillä on oltava myös ymmärrys siitä, että opinnäytetyö on julkinen asiakirja ja se julkaistaan Theseuksessa. (Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry 2019, 14.)

Opinnäytetyötä helpottamaan oli laadittu aikataulu, jota noudattamalla työ eteni kohta kohdalta eteenpäin. Valitsimme työn aiheen itse. Opinnäytetyöprosessiin kuului seminaareja, itsenäisesti käytäviä kursseja, ohjaavan opettajan sekä muiden opinnäytetyötä tekevien kanssa käytyjä keskusteluja. Neuvot ja palautteet ohjasivat opinnäytetyön etenemistä sekä auttoivat sen muokkaamisessa ja rakentumisessa. Opinnäytetyön prosessin jokaisessa vaiheessa noudatimme eettisyyteen liittyviä periaatteita. Emme käsittele henkilötietoja opinnäytetyösämme, joten väärinkäyttöä ei ole ollut mahdollista tapahtua. Työn edetessä tietotaitoamme syventyi lasten ja nuorten mielenterveyshoitotyössä käytetyistä eläinavusteisista menetelmistä.

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tekeminen edellyttää syvällistä perehtymistä aiheeseen, jotta voidaan tuottaa eettisesti luotettavaa tietoa. Luotettavista lähteistä saatavan tiedon avulla tutkimuskysymystä tarkastellaan kriittisesti luotettavuuden ja eettisyyden näkökulmista. Aineistoa valittaessa ja käsiteltäessä korostuvat tutkimusetiikan noudattamisessa raportoinnin oikeudenmukaisuus, tasaver-taisuus ja rehellisyys. Eettisyyttä ja luotettavuutta voidaan kehittää koko proses-sin ajan tutkimuskysymyksen luomisesta johtopäätöksiin. (Kangasniemi ym. 2013, 297–299.)

Luotettavuutta kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa lisää hyvät lähteet. Kirjalli-suuskatsauksessa panostimme lähdekritiikkiin. Aineistoa kerätessä, kiinnitimme huomiota aineistoon valittujen tutkimusten laatuun sekä aineiston tarkasti määri-tettyjen sisäänottokriteereiden toteutuvuuteen. Olemme hyväksyneet mukaan vain vertaisarvioituja tieteellisiä tutkimuksia. Aineiston analysoinnissa tuli esille aineiston saturoituminen eli kylläntyminen, joka vahvasti arviotamme aineiston luotettavuudesta ilmiön tarkastelussa. Työmme luotettavuutta lisää myös selke-ästi kuvatut teoreettiset lähtökohdat, helposti ymmärrettävä taulukointi sekä huo-rellisuus työn ulkoasussa ja sisällössä.

Kielitaitomme vuoksi, rajasimme yhdeksi sisäänottokriteeriksi aineistonkeruussa, että tutkimuksien on oltava suomen- tai englanninkielisiä. Tutkimusaineistomme koostui kokonaisuudessaan englanninkielisistä tutkimuksista, koska eläinavus-teisuudesta ei löydy suomenkielisiä tutkimuksia. Tärkeä huomio täytyy tehdä siitä, että merkittäviä tuloksia on saattanut karsiutua pois kirjallisuuskatsauksesta sen vuoksi, että poissuljimme muut kielet kuin suomen ja englannin kielen aineis-toa kerätessä. Kirjallisuuskatsauksen tekeminen englanninkielistä aineistoa käyt-täen heikentää myös jonkun verran luotettavuutta. Tutkimuksia suomentaessa on otettava huomioon mahdolliset käänkövirheet äidinkielemme takia. Kuitenkin, kun käänköstyötä teki kaksi eri ihmistä, epäselviä kohtia voitiin pohtia yhdessä ja päätyä yhteisymmärrykseen suomennoksesta sanakirjoja hyödyntäen.

Luotettavuuden kannalta keskeisintä on tutkimuskysymyksen selkeys sekä teo-reettisen aineiston perustelu. Menetelmäosuudessa selkeä ja läpinäkyvä kuvaus kirjallisuuskatsauksesta lisää luotettavuutta arvioinnissa. Aineistoa kerättäessä,

luotettavuutta lisää perusteiden kuvaaminen. Implisiittisen aineiston valinta on sisällöltään luotettavaa, sillä aineiston tarkastelu sisältyy usein jo aineiston käsitteelyyn. Aineistoa ja sen perusteita tarkastellaan luotettavuuden näkökulmasta aineiston käsittelyn ja kuvauksen lomassa. (Kangasniemi ym. 2013, 297–298.) Olemme pyrkineet raportoimaan alkuperäistutkimusten tuloksia rehellisesti ja valikoimatta tuloksista vain tietyntylaisia tuloksia.

Tietokantahauissa käytetyistä hakusanoista, tutkimusten perustiedoista ja tuloksista muodostettiin myös tarkat, kattavat ja selkeät taulukot, jotta lukija näkee, mistä aineisto on peräisin sekä miten se on koottu ja analysoitu. Tutkimustulosten taulukoinnissa jätimme alkuperäisilmaukset näkyville luotettavuutta vahvistaaksemme. Useimmista alkuperäisilmauksista tulee esille, kenelle spesifisti hyöty kohdistuu, esimerkiksi lapsille, nuorille tai opiskelijoille.

Aineistonkeruussamme olisi voinut käyttää monipuolisemmin hakusanoja kuten 'kuntoutus' (rehabilitation/rehability) tai 'mentaalinen kuntoutuminen'. Laajempi hakusanasto olisi voinut tuoda vielä monipuolisuutta aineistoomme. Aihetta rajatessa emme huomioineet millaisessa ympäristössä tutkimukset ovat tehty, joten katsauksemme on otettu mukaan kaikki hoitoympäristöt. Tarkemman ja luotettavamman katsauksen olisi saanut, jos aihe olisi rajattu esimerkiksi vain maatilalla tai vastaanotoilla tapahtuviin eläinavusteisiin interventioihin. Lisäksi tutkimuksia lukiessa, huomasimme yhdessä tutkimuksessa tarkastelun kohteena olleen 16 poikalasta ja vain yksi tyttölapsi, jolloin tämä tutkimus kuvaa vain selkeästi poikalapsiin liittyviä näkökulmia ja havaintoja.

Luotettavuutta heikentää, jos aineistoa valittaessa tutkijalla on tiedostettua tai tiedostamatonta tarkoitushakuisuutta, mutta sitä ei olla tuotu katsauksessa esille. Katsauksen luotettavuutta voi rajoittaa analysoitujen tulosten yksipuolinen ja valikoitu tarkastelu, jolloin tutkija ajautuu tutkimaan aineistoa väärästä näkökulmasta. Johtopäätösten esittämisessä luotettavuutta voi heikentää tuotetusta aineistosta johtopäätösten yhdenmukaisuuden ja samansuuntaisuuksien puuttuminen. (Kangasniemi ym. 2013, 297–298.)

6.2 Tulosten tarkastelu

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tehdä kuvaileva kirjallisuuskatsaus eläinavusteisesta interventtiosta ja sen vaikutuksista lasten ja nuorten mielenterveyteen. Opinnäytetyön aiheen valinta oli helppo, koska molemmat tekijät olivat kiinnostuneita eläinten hyödyntämisestä hoitomuotona lapsille ja nuorille. Prosessin edetessä, aiheesta löytyi paljon uutta tutkimustietoa, mikä edisti ammatillista kehittämistä.

Tämän opinnäytetyön tulokset osoittivat, että eläinavusteinen interventio vähensi lasten ja nuorten erilaisia oireita, kuten ahdistusta, epäspesifejä oireita, stressiä, käyttäytymisongelmia, keskittymisongelmia ja masennusta. Myös Hautamäen ym. (2018, 17–19, 34; 2021, 19–21) katsauksissa todettiin eläinavusteisen terapian vähentävän ahdistusta, stressiä, käyttäytymisongelmia, keskittymisongelmia ja masennusta. Tämä vahvisti tutkimustulosten osalta esitettyjen tietojen pitävän paikkaansa.

Yksi merkittävimmistä havainnoista tutkimustuloksissamme oli eläimen hyödyntämisen merkityksellisyys lasten ja nuorten terapiatilanteissa. Samansuuntaisia tuloksia saatiin myös aiemmissa tutkimuksissa. Eläimen läsnäolo rentoutti terapiatilannetta ja paransi vuorovaikutusta lapsen, terapeutin ja perheen välillä (Hautamäki ym. 2021, 39). Vuorovaikutusta eläimen kanssa pidettiin vähemmän uhkaavana sekä luonnollisempana terapiatilanteissa (Lipponen & Vehmasto 2019, 37). Lasten ja nuorten kanssa eläin auttoi helpottamaan vuorovaikutusta vaikeista aiheista keskusteltaessa (Hautamäki ym. 2018, 22). Vuorovaikutus eläimen kanssa tapahtuu ruumiinkieltä käyttäen, mikä on sanallista vuorovaikutusta suurempaa sekä aidompaa (Green Care Finland ry n.d.).

Opinnäytetyömme tulosten mukaan, vuorovaikutuksen parantuminen auttoi kehittämään lasten ja nuorten sosiaalisia taitoja, minkä myös Lipponen & Vehmasto (2019, 37) sekä Hautamäki ym. (2018, 38–42) toivat esille tieteellisissä julkaisuissaan. Hautamäen ym. (2018, 34) katsaus toi ilmi myös sopeutumiskykyyn vaikuttavia parannuksia. Katsauksessa kuvailtiin eläinten kanssa harjoittelemisen vahvistaneen lasten ja nuorten keskittymistä, mikä auttoi heitä esimerkiksi koulussa

vaadittavaan keskittymiseen. Eläin on myös välittäjä, joka rakentaa sekä vahvistaa ihmisten välistä luottamusta ja sitä kautta parantaa ihmissuhteita (Hautamäki ym. 2021, 19). Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessamme tulokset olivat vastaavia.

Terapiassa käyminen voi olla suuri kynnyks lapselle tai nuorelle. Eläimen läsnäololla onkin todettu olevan helpottava vaikutus terapiaan osallistumiseen. Hautamäki ym. (2018, 21) totesivat myös katsauksessaan osallistumisen parantuneen eläimen ollessa mukana hoidossa. Eläinavusteisessa kuntoutuksessa eläimen kanssa ystävystyttiin ja puhuminen tapahtui siinä lomassa. (Hautamäki ym. 2018, 21.) Eläin toi myös harjoitteluun ja terapiatilanteisiin lisää motivaatiota (Hautamäki ym. 2018, 559). Eläimen läsnäolo rentoutti ja vähensi jännitystä terapiatilanteissa, mikä lisäsi motivaatiota. Siksi eläinavusteisten menetelmien käyttöä olisi hyödynnettävä sosiaali- ja terveydenhuollossa sekä koulutuksessa osana ammattilaisten keinovalikoimaa. (Hautamäki ym. 2021, 9–10, 39).

Tutkimustulostemme mukaan, eläinavusteinen interventio vähensi hyperaktiivisuutta. Lipponen & Vehmasto (2019, 26) kirjoittivat tutkimuksessaan teraputtisen ratsastuksen parantaneen lasten elämän laatua, tarkkaavaisuutta ja opiskelutaitoja sekä vähentäneen hyperaktiivisuutta. Lapset, joilla oli havaittu oppimisvaikeuksia, kommunikoivat enemmän opetustilanteissa sekä saivat sosiaalista tukea eläimestä (Hautamäki ym. 2021, 21). Lisäksi lasten lukumotivaatio lisääntyi ja lukemiseen liittyvä sosiaalinen paine vähentyi koiran ollessa läsnä esimerkiksi koulussa (Hautamäki ym. 2018, 40).

Hautamäen ym. (2018, 19) mukaan, tunteiden tunnistamisen harjoittelu eläinavusteisesti paransi yleisesti tunteiden ilmaisemista ja niiden käsittelemistä. Myös tämän opinnäytetyön tulokset osoittivat, että eläinavusteinen interventio harjoittaa lasten ja nuorten tunnetaitoja. Eläinavusteisen intervention myötä empatian ja kiintymyksen kokeminen lisääntyi (Hautamäki 2018, 19) ja vihan kokeminen vähentyi (Hautamäki ym. 2018, 41–42). Eläinten läsnäolo poisti myös pelon ja yksinäisyyden tunteita. Eläimet loivat myös turvallisuuden ja luottamuksen tunteita sekä uskaltamista, iloa ja onnistumista (Hautamäki ym. 2018, 37; Lipponen & Vehmasto 2019, 40; Hautamäki ym. 2021, 20–21).

Opinnäytetyömme tulosten mukaan, eläinavusteinen interventio koettiin myönteisenä ja viihtyisänä. Myös Hautamäen ym. (2018, 41) katsauksessa todettiin, että eläinavusteisuus sitoutti lapsia ja nuoria paremmin hoitoon, koska se koettiin mielekkääksi ja viihtyisäksi hoitomuodoksi. Eläinavusteinen interventio tuotti mielihyvää, jolloin mielialakin parantui (Hautamäki ym. 2018, 19, 52, 55; Lipponen & Vehmasto 2019, 40). Eläimen läsnäolo antoi myös toivoa ja elämälle merkitystä (Hautamäki ym. 2021 19–20).

Lasten ja nuorten minäkuva parantui myös tutkimustuloksiemme mukaan. Lipponen & Vehmasto (2019, 40) sekä Hautamäki ym. (2018, 19, 37) totesikin, että itseluottamus ja itsetuntemus paranivat eläimen kanssa työskennellessä. Koiran silmissä lapsi tai nuori koki itsensä merkitykselliseksi ja huomatuksi, jonka johdosta itsetunto vahvistui (Hautamäki 2018, 28). Itsetunto ja minäkuva parantuivat myös silloin, kun eläin tarjosi onnistumisen kokemuksia lapsille ja nuorille (Hautamäki ym. 2018, 55; Lipponen & Vehmasto 2019, 78; Hautamäki ym. 2021 20, 25).

6.3 Johtopäätökset ja lisätutkimusehdotukset

Kirjallisuuskatsauksen tuloksien perusteella, eläinavusteinen interventio vaikuttaa lasten ja nuorten mielenterveyteen positiivisesti. Eläinavusteinen interventio vähentää psykofyysistä oireilua lapsilla ja nuorilla sekä se parantaa lasten ja nuorten ihmissuhdetaitoja, toimintakykyä ja minäkuvaa sekä kehittää heidän tunteaitojaan. Lapset ja nuoret myös kokevat eläinavusteisen hoidon myönteisenä. Tulokset alleviivaavat eläinavusteisesta interventiosta saatavia kokonaisvaltaisia terveyshyötyjä ja sitä kautta edistävät intervention käyttöönottoa ja hyödyntämistä lasten ja nuorten mielenterveyshoitotyössä ja -kuntoutuksessa.

Eläinavusteisia menetelmiä on käytetty enenevässä määrin 2000-luvun alusta alkaen Suomessa, mutta edelleenkin vertaisarvioitua alkuperäistutkimusta ei ole julkaistu suomen kielellä (Hautamäki 2018, 15). Omat hakumme tietokannoista osoittivat samaa, suomenkielisiä tutkimuksia ole löydy. Täten opinnäytetyötämme tuli tärkeä suomenkielinen tietolähde sosiaali- ja terveysalan opiskelijoille ja työntekijöille sekä palveluita käyttäville asiakkaille, eläinavusteisen intervention

vaikutuksista ja hyödyistä lasten ja nuorten ehkäisevässä, edistävässä ja korjaavassa mielenterveystyössä.

Aiheen lisätutkiminen on välttämätöntä, jotta eläinavusteisten interventioiden hyödyistä ja haitoista voidaan olla varmoja sekä interventioita voitaisiin ottaa laajemmin käyttöön lasten ja nuorten mielenterveyden tukemisessa ja hoitamisessa Suomen sosiaali- ja terveydenhuollossa. Lisätutkimusta aiheen ympärillä olisi tärkeä kartoittaa eläinavusteisten interventioiden käytön laajuudesta sosiaali- ja terveyspalveluissa Suomessa. Näin voitaisiin nähdä, millaisessa käytössä erilaiset eläinavusteiset menetelmät jo ovat ja miten niiden käyttöä voitaisiin tehostaa, jotta palvelurakennetta voidaan monipuolistaa ja normatiivisen hoidon rinnalle saadaan tuotua yhtä tehokas hoitomuoto.

Eläinavusteista interventiota voidaan siis jo nyt hyödyntää lasten ja nuorten mielenterveysongelmien ja -haasteiden hoidossa, tukemisessa ja kuntoutuksessa. Eläinavusteisuuden hyödyntämistä voitaisiin laajemmin kartoittaa myös lasten ja nuorten fyysisen sairauden tai vamman hoidossa ja kuntoutuksessa. Jos eläinavusteinen hoitomuoto sopisi myös fyysisen sairauden tai vamman hoitoon, sitä voitaisiin laajentaa myös lasten ja nuorten kliinisen hoitotyön kentälle osaksi tavanomaista hoitoa. Eläinavusteisissa interventioissa olisi potentiaalia ihmisen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemiseen, niin psyykkisellä, sosiaalisella ja fyysisellä tasolla.

LÄHTEET

Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry. 2019. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Viitattu 15.9.2022.

<https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf? t=1578480382>

Balluerka, N., Muela, A., Amiano, N. & Caldentey, M. A. 2015. Promoting psychosocial adaptation of youths in residential care through animal-assisted psychotherapy. *Child Abuse & Neglect* 50, 193–205.

Burton, H. L. 2011. 'Queen of the world': experiences of 'at-risk' young people participating in equine-assisted learning/therapy. *Journal of Social Work Practice* 25 (2), 165–183.

Crossman, M.K., Kazdin, A.E., Matijczak, A., Kitt, E.R. & Santos, L. R. 2020. The Influence of Interactions with Dogs on Affect, Anxiety, and Arousal in Children. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 49 (4), 535–548.

Flynn, E., Ganderberger, J., Mueller, M. K. & Morris, K. N. 2020. Animal-Assisted Interventions as an Adjunct to Therapy for Youth: Clinician Perspectives. *Child and Adolescent Social Work Journal* 37 (6), 631–642.

Frederick, K. E., Ivey Hatz, J. & Lanning, B. 2015. Not Just Horsing Around: The Impact of Equine-Assisted Learning on Levels of Hope and Depression in At-Risk Adolescents. *Community Ment Health J* 51 (7), 809–817.

Green Care Finland ry n.d. Green Care ja eläinavusteinen terapia. Vammaisperheyhdistys Jaatinen ry. Viitattu 8.9.2022. <https://www.gcf Finland.fi/green-care/menetelmat/elainavusteiset-menetelmat/>

Harvey, C., Jedlicka, H. & Martinez, S. 2020. A Program Evaluation: Equine-Assisted Psychotherapy Outcomes for Children and Adolescents. *Child and Adolescent Social Work Journal* 37 (6), 665–675.

Hautamäki, L., Ramadan, F., Ranta, P., Haapala, E & Suomela-Markkanen, T. 2018. Eläinavusteinen terapia. Katsaus tutkimuskirjallisuuteen ja toimintaan Suomessa. Kela. Viitattu 15.8.2022. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2018070631430>

Hautamäki, L., Ramadan, F. & Vilhunen, T. 2021. Millainen on hyvä eläinavusteinen interventio. Kela. Viitattu 15.8.2022. https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/331626/Kuntoutustakehittamassa29_saavutettava.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Jody, K., Lincoln, C.R. & Matia, F. 2021. Curriculum-Based Animal-Assisted Therapy in an Acute Outpatient Mental Health Setting. *Journal of Contemporary Psychotherapy* 51 (1), 77–83.

Kangasniemi, M., Utriainen, K., Ahonen, S-M., Pietilä, A-M., Jääskeläinen, P. & Liikanen, E. 2013. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: Eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsenettyyn tietoon. *Hoitotiede* 23(4), 291–301. Viitattu 2.3.2022.

<https://www.proquest.com/nahs/docview/1469873650/fulltextPDF/89B00685CF344A92PQ/1?accountid=14242>

Kivlen, C. A., Quevillon, A. & Pasquarelli, D. 2022. Should Dogs Have a Seat in the Classroom? The Effects of Canine Assisted Education on College Student Mental Health. *The Open Journal of Occupational Therapy* 10 (1), 1–14.

Lastensuojelulaki 30.12.2019/1489. Viitattu 27.9.2022.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>

Lipponen, M. & Vehmasto, E. 2019. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta: Sosiaalista kasvua, hyvinvointia ja kuntoutumista tukevia palveluita hevosavusteisesti. *Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus* 78/2019, 1–88. Luonnonvarakeskus. Helsinki. Viitattu 15.8.2022. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-326-864-7>

London, M.D., Mackenzie, L., Meryl, L., Dickson, C. & Alvarez, A. 2020. Animal Assisted Therapy for Children and Adolescents with Autism Spectrum Disorder: Parent perspectives. *Journal of Autism and Developmental Disorders* 50 (12), 4492–4503.

Mielenterveyslaki 14.12.1990/1116. Viitattu 29.9.2022.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1990/19901116>

Muela, A., Balluerka, N., Amiano, N., Caldentey, M. A. & Aliri, J. 2017. Animal-assisted psychotherapy for young people with behavioural problems in residential care. *Clin Psychol Psychother* 24 (6), 1485–1494.

Mueller, M. & McCullough, L. 2017. Effects of Equine-Facilitated Psychotherapy on Post-Traumatic Stress Symptoms in Youth. *J Child Fam Stud* 26 (4), 1164–1172.

Nuortenmielenterveystalo. n.d. Mielenterveyden vahvistaminen. Mielenterveys. Viitattu 6.9.2022. https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/tietoa_mielenterveydesta/mielenterveyden_vahvistaminen/Pages/mielenterveys.aspx

PSHP. 2013. Mielekästä elämää. Pirkanmaan mielenterveys ja päihdestrategia 2013–2016. Viitattu 6.9.2022. <https://www.tays.fi/download/name/%7B1963E97D-9B49-4843-8E2C-48338F390F51%7D/30879>

Salminen, A. 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsausten tyyppeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasa: Vaasan yliopiston julkaisu. Julkaistu 5/2011. Viitattu 2.3.2022. https://www.uwasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf

Stefanini, M.C., Martino, A., Allori, P., Galeotti, F. & Tani, F. 2015. The use of Animal-Assisted Therapy in adolescents with acute mental disorders: A randomized controlled study. *Complementary Therapies in Clinical Practice* 21 (1), 42-46.

Terveystieteiden laiton laki 30.12.2010/1326. Viitattu 29.9.2022.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326>

THL. 2020a. Keskeiset käsitteet. Päivitetty 15.12.2020. Viitattu 23.9.2022.

<https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdetyo/mita-ehkaiseva-paihdetyo-on/keskeiset-kasitteet>

THL. 2020b. Lasten mielenterveys ja mielenterveyden häiriöt. Päivitetty

10.8.2020. Viitattu 6.10.2022. <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveys-hairiot/lasten-mielenterveys-ja-mielenterveyden-hairiot>

THL. 2021a. Mielenterveyden edistäminen päiväkodeissa, kouluissa ja oppilaitoksissa. Päivitetty 13.4.2021. Viitattu 13.8.2022.

<https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyden-edistaminen/lasten-ja-nuorten-mielenterveys/mielenterveyden-edistaminen-paivakodeissa-ja-kouluissa>

THL. 2021b. Mielenterveyden häiriöiden ehkäisy. Päivitetty 14.6.2021. Viitattu

21.8.2022. <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyden-edistaminen/mielenterveyden-hairioiden-ehkaisy>

THL. 2021c. Nuorten mielenterveyshäiriöt. Päivitetty 8.10.2021. Viitattu

5.10.2022. <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot>

THL. n.d. Kansallinen mielenterveys ja päihdesuunnitelma. Linjaukset 2009–

2015 ja toimeenpano. Viitattu 22.9.2022. <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kansallinen-mielenterveys-ja-paihdesuunnitelma/linjaukset>

Tuomi, J. & Sarajarvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki. Tammi.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK). 2021. Hyvä tieteellinen käytäntö

(HTK). Viitattu 12.9.2022. <https://tenk.fi/fi/tiedevilppi/hyva-tieteellinen-kaytando-htk>

Tähkä, T. 2017. Mielenterveys- ja päihdehuoltolaki sekä muu osaamisalaa koskeva

lainsäädäntö. Viitattu 27.9.2022. <https://docplayer.fi/51041691-Mielenterveystyö-mielenterveys-ja-paihdehuoltolaki-seka-muu-osaamisalaa-koskeva-lainsaadanto.html>

Vuori, J. n.d. Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen

tietoarkisto. 24.5.2022. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelma-opetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/laadullinen-sisallonanalyysi/>

Wahlbeck, K., Hietala, O., Kuosmanen, L., McDaid, D., Mikkonen, J., Parkkonen, J.,

Reini, K., Salovuori, S. & Tourunen, J. 2018. Toimivat mielenterveys- ja päihdepalvelut. Viitattu 17.9.2022. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/160554/89-2017-YhdessaMielin_valmis.pdf

WHO. n.d. Mental health. World Health Organization. Viitattu 2.10.2022.
https://www.who.int/westernpacific/health-topics/mental-health#tab=tab_1

LIITTEET

Liite 1. Kirjallisuuskatsaukseen valitut tutkimukset

1 (5)

Tekijät, vuosi, maa	Tutkimuksen tarkoitus	Aineisto ja tutkimusmenetelmä	Keskeiset tulokset	Laadun arviointi (k=kyllä, h=heikko, er=ei raportoitu)
<p><i>T1: Harvey, C., Jedlicka, H. & Martinez, S.</i></p> <p>2020</p> <p>Yhdysvallat</p>	<p>Arvioida lasten ja nuorten, jotka kamppailevat mielenterveysdiagnoosin ja/tai perhe/koti-ongelmien kanssa, sosiaaliseen käyttäytymiseen liittyviä tuloksia, käyttäen hevosavusteista psykoterapian mallia.</p>	<p>Aineisto kerättiin 10-viikon mittaisen ohjelman lähtö- ja lopputilanteesta, mihin osallistui 7–17-vuotiaita oppilaita (n=35). Ohjelmassa oppilaat jaettiin kahteen ikäryhmään ja heidän käyttäytymisensä muutoksia arvioivat vanhemmat/lailliset huoltajat sekä opettajat.</p>	<p>Tulosten mukaan hevosavusteinen psykoterapia vähensi nuorten yliaktiivisuutta, ahdistuneisuutta, masennusta sekä keskittymisongelmia. Lasten ryhmässä aggressiivisuus laantui sekä opiskelutaidot ja emotionaalinen itsehillintä paraniivat.</p>	<p>(k) Tarkoitus ja tavoitteet selkeästi kuvattu (k) Tutkimussuunnitelma asianmukaisesti kuvattu (k) Tutkimusmenetelmät sopivia (k) Tarkka teoreettinen viitekehys (k) Tutkimuksen rajoitteet esitellyt (k) Tulosten merkitystä pohdittu</p>
<p><i>T2: London, M.D., Mackenzie, L., Meryl, L., Dickson, C. & Alvarez, A.</i></p> <p>2020</p> <p>Yhdysvallat</p>	<p>Tutkia vanhempien näkökulmasta, eläinavusteisen terapian vaikutuksia lapseen, jolla on autismikirjonhäiriö.</p>	<p>Kvalitatiivinen tutkimus. Aineisto kerättiin fenomenologisen lähestymistavan avulla. Terapiaistuntoja pidettiin yhteensä viisi, joihin osallistui 17 vanhempaa ja heidän lapsensa sekä koulutettuja terapiakoiria. Vanhempien oma-kohtaiset kokemukset ja havainnot kerättiin puolistrukturoidulla haastattelulla.</p>	<p>Vanhemmat raportoivat koirien läsnäolon tuottavan iloa, helpottavan terapiaan sitoutumista sekä lisäävän motivaatiota. Vanhemmat kertoivat myös lastensa kommunikoinnin parantuneen koirien ja muiden lasten kanssa, mikä näkyi käyttäytymisen säätelyn ja osallistumisen parantumisena.</p>	<p>(k) Tarkoitus ja tavoitteet selkeästi kuvattu (k) Tutkimussuunnitelma asianmukaisesti kuvattu (k) Tutkimusmenetelmät sopivia (k) Tarkka teoreettinen viitekehys (k) Tutkimuksen rajoitteet esitellyt (k) Tulosten merkitystä pohdittu</p>

(Jatkuu)

<p><i>T3: Jody, K., Lincoln, C.R. & Matia, F.</i></p> <p>2021</p> <p><i>Yhdysvallat</i></p>	<p>Tutkia strukturoidun eläinavusteisen terapian tehokkuutta, osana lasten mielenterveyshäiriöiden hoitoa akuutissa avohoitoympäristössä sekä tuoda esille eläinavusteisen terapian käyttöä ja hyödyllisyyttä ryhmäterapeuttisissa istunnoissa.</p>	<p>Tutkimukseen osallistui 6-12-vuotiaita lapsia, jotka jaettiin kontrolliryhmään (n=8) ja testiryhmään (n=11). Testiryhmä sai eläinavusteista terapiaa osana heidän hoitoaan, kun taas kontrolliryhmä ei. Hoidon vaikutuksia analysoi psykiatrit, lasten vanhemmat ja lapset itse erilaisia asteikkoja hyödyntäen. Aineistoa kerättiin neljän kuukauden ajalta.</p>	<p>Eläinavusteinen terapia on tehokas lisä tavanomaiseen hoitoon pediatriassa ympäristössä. Lisäksi eläinavusteinen terapia johti psyykkisten oireiden vähentymiseen ja mielialan parantumiseen potilailla.</p>	<p>(k) Tarkoitus ja tavoitteet selkeästi kuvattu (h) Tutkimussuunnitelma asianmukaisesti kuvattu (k) Tutkimusmenetelmät sopivia (k) Tarkka teoreettinen viitekehys (k) Tutkimuksen rajoitteet esitellyt (k) Tulosten merkitystä pohdittu</p>
<p><i>T4: Crossman, M.K., Kazdin, A.E., Matijczak, A., Kitt, E.R. & Santos, L. R.</i></p> <p>2020</p> <p><i>Yhdysvallat</i></p>	<p>Tutkia millaisia psyko- ja fysiologisia vaikutuksia eläinavusteisella interventiolla on lapsiin, kun lapsi on vuorovaikutuksessa terapiakoiran kanssa.</p>	<p>Tuloksia analysoitiin kovarianssi analyysillä. Lapset arvioivat omia tuntemuksiaan erilaisilla asteikoilla ennen ja jälkeen eläinavusteisen intervention sekä lasten kortisolitasojen vaihtelua seurattiin sylkinäytteestä. Tutkimukseen osallistui 10-13-vuotiaita lapsia (n=78).</p>	<p>Vuorovaikutus koiran kanssa kohensi lasten mielialaa ja vähensi ahdistusta. Lapset, joilla oli entuudestaan positiivisia kokemuksia koirista/koiran omistajuudesta, saivat paremman hyödyn terapiasta. Lasten kortisolitasojen vaihteluissa ei huomattu merkittäviä eroja koiran ollessa läsnä terapiassa.</p>	<p>(h) Tarkoitus ja tavoitteet selkeästi kuvattu (k) Tutkimussuunnitelma asianmukaisesti kuvattu (h) Tutkimusmenetelmät sopivia (k) Tarkka teoreettinen viitekehys (k) Tutkimuksen rajoitteet esitellyt (k) Tulosten merkitystä pohdittu</p>
<p><i>T5: Frederick, K. E., Ivey Hatz, J. & Lanning, B.</i></p> <p>2015</p> <p><i>Yhdysvallat</i></p>	<p>Tutkia miten ei-ratsastettu hevosavusteinen interventio vaikuttaa toivon ja masennuksen tasoon riskialttiilla nuorilla.</p>	<p>Tutkimus on tehty käyttäen kokeellista suunnittelua, pitkäjäisen toistuvien mittauksin. Osallistujat ovat jaettu satunnaisesti hoito- ja kontrolliryhmiin. Interventio kesti 5 viikkoa. Toivon ja masennuksen tasoja mitattiin kahdella erilaisella mittarilla/asteikolla ennen ja jälkeen intervention.</p>	<p>Toivo lisääntyi ja masennus väheni merkitsevästi hoitoryhmässä verrattuna kontrolliryhmään. Hevosavusteisella interventiolla on myönteinen vaikutus riskiryhmään kuuluviin nuoriin.</p>	<p>(k) Tarkoitus ja tavoitteet selkeästi kuvattu (k) Tutkimussuunnitelma asianmukaisesti kuvattu (k) Tutkimusmenetelmät sopivia (k) Tarkka teoreettinen viitekehys (k) Tutkimuksen rajoitteet esitellyt (k) Tulosten merkitystä pohdittu</p>

<p><i>T6: Balluerka, N., Muela, A., Amiano, N. & Caldentey, M. A.</i></p> <p>2015</p> <p><i>Espanja</i></p>	<p>Tutkia eläinavusteisen psykoterapian vaikutuksia psykososiaaliseen sopeutumiseen laitoshoidossa olevilla nuorilla, jotka kärsivät lapsuusajan traumaattisista kokemuksista ja joilla on mielenterveysongelmia.</p>	<p>Tutkimukseen osallistui 12-17-vuotiaita nuoria, jotka jaettiin hoitoryhmään (n=39) ja kontrolliryhmään (n=24). 12 viikkoa kestävä jakso maatalaolosuhteissa. Kliinisiä- ja käyttäytymisoireita analysoitiin arviointiasteikoilla enne ja jälkeen intervention.</p>	<p>Hoitoryhmällä keskittyminen, motivaatio, sosiaaliset- ja ryhmätaidot parantuivat. Lisäksi hyperaktiivinen käyttäytymisen väheni. Myös positiivinen asenne opettajia kohtaan kasvoi ja kouluun sopeutuminen parantui. Eläinavusteinenpsykoterapia on tehokas hoitomuoto teini-ikäisille, joilla on taustalla traumasta aiheutuneita psykososiaalisia sopeutumisoongelmia.</p>	<p>(k) Tarkoitus ja tavoitteet selkeästi kuvattu (k) Tutkimussuunnitelma asianmukaisesti kuvattu (k) Tutkimusmenetelmät sopivia (k) Tarkka teoreettinen viitekehys (k) Tutkimuksen rajoitteet esitellyt (k) Tulosten merkitystä pohdittu</p>
<p><i>T7: Muela, A., Balluerka, N., Amiano, N., Caldentey, M. A. & Aliri, J.</i></p> <p>2017</p> <p><i>Espanja</i></p>	<p>Arvioida eläinavusteisen psykoterapian vaikutusta kliinisiin oireisiin, henkilökohtaiseen sopeutumiseen ja sopeutumistaitoihin laitoshoidossa olevilla nuorilla, jotka kärsivät lapsuusajan traumaattisista kokemuksista ja joilla on mielenterveysongelmia.</p>	<p>Tutkimukseen osallistui 12-17-vuotiaita nuoria, jotka jaettiin hoitoryhmään (n=52) ja kontrolliryhmään (n=35). 12 viikkoa kestävä jakso maatalaolosuhteissa. Kliinisiä oireita, sopeutumistaitoja, henkilökohtaista sopeutumista ja kouluun sopeutumista analysoitiin arviointiasteikoilla.</p>	<p>Hoitoryhmän masennuksen oireet sekä riittämättömyyden tunne vähenivät, sosiaaliset taidot parantuivat. Nuoret kertoivat surun ja lanistumisen tunteiden vähentyneen ja kyvyn uskoa itseensä ja saavuttaa tavoitteitaan lisääntyneen. Eläinavusteinen psykoterapia on hyödyllinen hoitomuoto hoitokodissa oleville nuorille, joilla on sopeutumisoongelmia.</p>	<p>(k) Tarkoitus ja tavoitteet selkeästi kuvattu (k) Tutkimussuunnitelma asianmukaisesti kuvattu (k) Tutkimusmenetelmät sopivia (k) Tarkka teoreettinen viitekehys (k) Tutkimuksen rajoitteet esitellyt (k) Tulosten merkitystä pohdittu</p>

<p><i>T8: Burgon, H. L.</i></p> <p>2011</p> <p><i>Iso-Britannia</i></p>	<p>Tutkia riskiryhmään kuuluvien nuorten kokemuksia ratsastusterapiasta.</p>	<p>Etnografinen tapaustutkimus. Seitsemän nuorta kävi säännöllisesti hevosterapiassa. Aineistoa kerättiin kahden vuoden ajalta ja se analysoitiin laadullisesti haastatteluista nousseista havainnoista.</p>	<p>Tulosten mukaan hevosterapiasta on psykososiaalisia etuja, se kasvattaa itseluottamusta, itsetuntoa, luottamusta omiin kykyihin sekä vahvistaa empatiakykyä.</p>	<p>(h) Tarkoitus ja tavoitteet selkeästi kuvattu (k) Tutkimussuunnitelma asianmukaisesti kuvattu (k) Tutkimusmenetelmät sopivia (k) Tarkka teoreettinen viitekehys (k) Tutkimuksen rajoitteet esitellyt (k) Tulosten merkitystä pohdittu</p>
<p><i>T9: Kivlen, C.A., Quevillon, A. & Pasquarelli, D.</i></p> <p>2022</p> <p><i>Yhdysvallat</i></p>	<p>Tutkia koira-avusteisen intervention vaikutuksia opiskelijoiden stressiin, ahdistukseen, häiriötekijöihin sekä tunneilla osallistumiseen korkeakoulu- luokka ympäristössä.</p>	<p>Kvantitatiivinen kvasikokeellinen tutkimus. Tutkimukseen osallistui 18-19-vuotiaita korkeakoulu opiskelijoita (n=26). Koira-avusteinen interventio kesti 5 viikkoa, jossa terapia-koira oli luokkahuoneessa opiskelijoiden tunneilla mukana. Aineisto kerättiin kyselylomakkeella ennen ja jälkeen intervention.</p>	<p>Koira-avusteisen intervention avulla ahdistus, stressi sekä häiriötekijät vähenivät opiskelijoilla ja heidän osallistumisensa tunneilla lisääntyi.</p>	<p>(k) Tarkoitus ja tavoitteet selkeästi kuvattu (k) Tutkimussuunnitelma asianmukaisesti kuvattu (k) Tutkimusmenetelmät sopivia (k) Tarkka teoreettinen viitekehys (k) Tutkimuksen rajoitteet esitellyt (k) Tulosten merkitystä pohdittu</p>
<p><i>T10: Flynn, E., Gandenberger, J., Mueller, M. K. & Morris, K. N.</i></p> <p>2020</p> <p><i>Yhdysvallat</i></p>	<p>Tutkia ammattilaisten näkökulmasta eläinavusteisen terapian vaikuttavuutta täydentävänä hoitona nuorille, joilla on vaikeita psykososiaalisia haasteita.</p>	<p>Puoli-strukturoituihin haastatteluihin osallistui psykiatreja (n=4), psykologeja (n=6) ja sosiaalityöntekijöitä (n=13), jotka hyödyntävät eläinavusteisuutta omassa työssään. Haastattelujen analysointiin käytettiin laadullista fenomenologista lähestymistapaa.</p>	<p>Eläinavusteinen terapia motivoi nuoria osallistumisessa ja sitoutumisessa sekä helpotti nuoria toimimaan yhteistyössä ammattilaisten kanssa. Terapia lisäsi myös turvallisuuden tunnetta sekä tukea itsesäätelyssä.</p>	<p>(k) Tarkoitus ja tavoitteet selkeästi kuvattu (k) Tutkimussuunnitelma asianmukaisesti kuvattu (k) Tutkimusmenetelmät sopivia (k) Tarkka teoreettinen viitekehys (k) Tutkimuksen rajoitteet esitellyt (k) Tulosten merkitystä pohdittu</p>

<p><i>T11: Mueller, M. & McCullough, L.</i></p> <p>2017</p> <p><i>Yhdysvallat</i></p>	<p>Tutkia hevosavusteisen psykoterapian vaikuttavuutta vaihtoehtoisena hoitona nuorille, joilla on posttraumaattisen stressihäiriön oireita.</p>	<p>Tutkimukseen osallistui 10–18-vuotiaita lapsia/nuoria, jotka jaettiin hoitoryhmään (n=36) ja kontrolliryhmään (n=32). Interventio kesti 10 viikkoa. Aineiston analysoinnissa käytettiin arviointiasteikkoa arvioimaan ihmisen ja eläimen välistä vuorovaikutusta ja suhdetta.</p>	<p>Hevosavusteinen psykoterapia vähensi posttraumaattisia stressioireita.</p>	<p>(k) Tarkoitus ja tavoitteet selkeästi kuvattu (k) Tutkimussuunnitelma asianmukaisesti kuvattu (k) Tutkimusmenetelmät sopivia (k) Tarkka teoreettinen viitekehys (k) Tutkimuksen rajoitteet esitellyt (k) Tulosten merkitystä pohdittu</p>
<p><i>T12: Stefanini, M.C., Martino, A., Allori, P., Galeotti, F. & Tani, F.</i></p> <p>2015</p> <p><i>Italia</i></p>	<p>Verrata eläinavusteista terapiaa tavanomaiseen hoitokäytäntöön lapsilla ja nuorilla, jotka ovat psykiatrisessa sairaalahoidossa akuuttien mielenlinterveyshäiriöiden vuoksi.</p>	<p>Satunnaistettu vertailukoe. Tutkimukseen osallistui 11–17-vuotiaita nuoria, jotka jaettiin kontrolliryhmään (n= 17) ja hoitoryhmään (n=17). Interventio kesti 3 kk, jossa hoitoryhmä osallistui koira-avusteiseen terapiaan. Kliinisiä- ja käyttäytymisoireita analysoitiin arviointilomakkeella/-asteikolla ennen ja jälkeen intervention.</p>	<p>Eläinavusteisella terapialla on positiivisia vaikutuksia terapeuttiseen edistymiseen ja toimimisprosessiin. Hoitoryhmässä toimintakyky parantui ja sitä kautta koulussa käynnin lisääntyi. Lisäksi sairaaläkäynnit vähenivät ja sosiaaliset taidot parantuivat.</p>	<p>(k) Tarkoitus ja tavoitteet selkeästi kuvattu (k) Tutkimussuunnitelma asianmukaisesti kuvattu (k) Tutkimusmenetelmät sopivia (h) Tarkka teoreettinen viitekehys (k) Tutkimuksen rajoitteet esitellyt (k) Tulosten merkitystä pohdittu</p>

Liite 2. Sisällönanalyysi

1 (12)

Alkuperäisilmaus	Tiivistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka
<p>(T1) Sekä vanhemmat että opettajat ilmoittivat merkittävää muutosta ahdistuneisuudessa.</p> <p>(T1) Vanhemmat havaitsivat positiivisen muutoksen ahdistuksen kokemisessa.</p> <p>(T1) Opettajat ilmoittivat merkittävänä muutoksena ahdistuneisuuden vähentymisen.</p> <p>(T3) Potilaat, psykiatrit ja hoitajat raportoivat ahdistusoireiden olleen alhaisempia ohjelman päätyttyä kuin sen alettua.</p> <p>(T3) Potilaat raportoivat merkittävästi parantuneista SUDS-pisteistä (subjektiivisen ahdistuksen mittari).</p> <p>(T4) Koirien kanssa vuorovaikutus vaikuttaa subjektiivisesti ahdistuksen indikaattoreihin.</p> <p>(T4) Eläinavusteinen terapia voi lievittää ahdistuksen negatiivisia vaikutuksia stressialtistuksen jälkeen.</p> <p>(T4) Koiran kanssa vuorovaikutuksessa olevat osallistujat osoittivat vähemmän ahdistusta, kuin ne osallistujat, jotka joutuivat odottamaan saman ajan.</p> <p>(T4) Vuorovaikutus koiran kanssa vähensi ahdistusta verrattuna odottaviin osallistujiin.</p> <p>(T7) Hoitoryhmän nuorilla ahdistuneisuusoireet vähenivät enemmän verrattuna kontrolliryhmään.</p> <p>(T9) Tutkimus paljastaa merkittävän yhteyden terapiakoiran läsnäolon luokkahuoneessa ja opiskelijoiden ahdistuksen välillä.</p> <p>(T9) Terapiakoira luokassa vaikutti positiivisesti opiskelijoiden ahdistukseen.</p> <p>(T9) 78 % opiskelijoista raportoi vuorovaikutuksen koiran kanssa vähentävän ahdistusta.</p> <p>(T9) 27 % opiskelijoista havaitsi ahdistuksen vähentyneen suurimman osan ajasta.</p> <p>(T9) 42 % osallistujista raportoi ahdistuksen vähentyneen aina koiran läsnä ollessa.</p>	<p>(T1) Ahdistus helpottuu merkittävästi.</p> <p>(T1) Ahdistuksen kokeminen helpottuu.</p> <p>(T1) Ahdistus vähenee merkittävästi.</p> <p>(T3) Ahdistusoireet vähenevät.</p> <p>(T3) Ahdistus helpottuu merkittävästi.</p> <p>(T4) Koirien kanssa vuorovaikutus vähentää ahdistuksen kokemista.</p> <p>(T4) Eläinavusteinen terapia lievittää ahdistuksen negatiivisia vaikutuksia.</p> <p>(T4) Koiran kanssa vuorovaikutus vähentää ahdistusta.</p> <p>(T4) Koiran kanssa vuorovaikutus vähentää ahdistusta.</p> <p>(T7) Hoitoryhmän ahdistusoireet vähentyvät.</p> <p>(T9) Terapiakoiran läsnäolo vähentää ahdistusta merkittävästi.</p> <p>(T9) Terapiakoira helpottaa ahdistusta.</p> <p>(T9) Vuorovaikutus koiran kanssa vähentää ahdistusta.</p> <p>(T9) Ahdistus vähentyy suurimmaksi osaksi.</p> <p>(T9) Ahdistus vähentyy aina koiran läsnä ollessa.</p>	<p>Ahdistusoireet vähentyvät</p>	<p>Oireet vähentyvät</p>

(Jatkuu)

<p>(T9) 69 % opiskelijoista havaitsi ahdistuksen vähentyneen. (T9) Tutkimus osoittaa 5-viikkoa kestäneen koira-avusteisen intervention vaikuttaneen luokkahuoneessa myönteisesti opiskelijoiden ahdistukseen. (T10) Eläimet auttoivat usein rauhoittamaan oppilaita, mikä vähensi ahdistusta.</p>	<p>(T9) Ahdistus vähentyy. (T9) Koira-avusteinen interventio vähentää ahdistusta. (T10) Eläimet vähentää ahdistusta.</p>		
<p>(T3) Potilaat raportoivat oireidensa välittömästä parantumisesta eläinavusteisen terapia istuntojen jälkeen. (T3) Psykiatrit raportoivat huomattavasti korkeammista oireista kontrolliryhmällä hoidon päätyttyä, verrattuna ryhmään, jotka saivat eläinavusteista terapiaa. (T3) Potilaat ilmoittivat oireidensa yleisen ilmenemisen merkittävästä parantumisesta eläinavusteisen terapia hoidon jälkeen. (T4) Vuorovaikutus koiran kanssa lisäsi positiivisempia vaikutuksia verrattuna ryhmään, joilla oli terapiassa mukana rauhoittava esine tai ryhmään, jotka joutuivat odottamaan. (T6) Nuorten itsearvion mukaan epätyypilliset oireet vähenivät intervention jälkeen. (T6) Opettajien arvioiden mukaan vaikutukset ennen interventiota ja sen jälkeen epätyypillisissä oireissa olivat kohtalaisia. (T6) Hoitohenkilökunnan arvioiden mukaan epätyypilliset oireet vähenivät intervention jälkeen. (T7) Hoitohenkilökunta arvioi eläinavusteiseen psykoterapiaan osallistuneiden nuorten somaattisia vaivoja, jotka olivat aiemmin aiheuttaneet heille ahdistusta ja häirinneet heidän normaalia arkeansa, olivat vähentyneet. (T7) Eläinavusteisen psykoterapian jälkeen hoitoryhmän somaattiset vaivat vähentyivät. (T8) Suhteet ja kokemukset hevosten kanssa auttoivat nuoria saamaan psykososiaalisia etuja. (T11) Löydökset viittasivat PTSD-oireiden merkittävään vähenemiseen 10 viikon hoidon aikana sekä hoito- että kontrolliryhmässä. (T12) Havaitsimme merkittäviä muutoksia potilaiden pistemäärissä kaikilla havainnointiasteikoilla intervention alusta loppuun. (T12) Tulokset osoittavat merkittäviä kliinisiä parannuksia potilailta. (T12) Hoitoryhmän potilaiden globaali toimintakyky parani merkittävästi, mikä vähentää sairaalassa olemisen kestoa.</p>	<p>(T3) Oireet helpottavat. (T3) Oireet vähentyvät eläinavusteisessa terapiassa. (T3) Eläinavusteinen terapia vähentää oireiden yleistä ilmenemistä merkittävästi. (T4) Vuorovaikutus koiran kanssa lisää positiivisia vaikutuksia. (T6) Epätyypilliset oireet vähentyvät. (T6) Epätyypilliset oireet vähentyvät kohtalaisesti. (T6) Epätyypilliset oireet vähentyvät. (T7) Somaattiset oireet vähentyvät. (T7) Eläinavusteinen psykoterapia vähentää somaattisia vaivoja. (T8) Psykososiaaliset edut parantuvat. (T11) PTSD-oireet vähentyvät merkittävästi. (T12) Kokonaisvaltaiset oireet vähentyvät merkittävästi. (T12) Kliiniset oireet parantuvat merkittävästi. (T12) Globaali toimintakyky parantuu merkittävästi.</p>	<p>Epäspesifit oireet vähentyvät</p>	

<p>(T2) Koiran ominaisuudet tuomitsemattomana leikkikumppanina ja sanatomana kommunikoijana helpotti lasten terapeuttisia hyötyjä.</p>	<p>(T12) Koiran ominaisuudet parantavat terapeuttisia hyötyjä.</p>		
<p>(T2) Koira tuki lasta poistamalla stressiä ja painetta, joita esiintyi usein ihmissuhteissa.</p> <p>(T2) Tuomitsemattomina terapiakumppaneina koirat poistivat kaikki terapiassa suoriutumiseen liittyvät odotukset.</p> <p>(T4) Eläinavusteinen terapia voi lievittää stressin negatiivisia vaikutuksia stressialtistuksen jälkeen.</p> <p>(T4) Lapset, jotka altistettiin kohtalaiselle stressitekijälle koiran läsnä ollessa, osoittivat suurempaa positiivista vaikutusta suhteessa osallistujiin, jotka saivat rauhoittavan esineen tai niihin, jotka joutuivat odottamaan saman ajan.</p> <p>(T4) Lapsilla, jotka osallistuivat stressaavaan tehtävään vuorovaikutuksessa koiran kanssa, oli positiivisempia vaikutuksia verrattuna osallistujiin, jotka olivat kosketusstimulaatio - tai odottavassa kontrolliryhmässä.</p> <p>(T4) Vuorovaikutus koirien kanssa vaikutti subjektiivisiin stressin indikaattoreihin.</p> <p>(T9) Tutkimus paljastaa merkittävän yhteyden terapiakoiran läsnäolon luokkahuoneessa ja opiskelijoiden stressin välillä.</p> <p>(T9) Terapiakoira luokassa vaikutti positiivisesti opiskelijoiden stressiin.</p> <p>(T9) 78% opiskelijoista raportoi vuorovaikutuksen koiran kanssa vähentävän stressiä.</p> <p>(T9) 27 % opiskelijoista havaitsi stressin vähentyneen suurimman osan ajasta.</p> <p>(T9) 42 % osallistujista raportoi stressin vähentyneen aina koiran läsnä ollessa.</p> <p>(T9) 69 % opiskelijoista havaitsi stressin vähentyneen.</p> <p>(T9) Tutkimus osoittaa 5-viikkoa kestäneen koira-avusteisen intervention vaikuttaneen luokkahuoneessa myönteisesti opiskelijoiden stressiin.</p> <p>(T11) Posttraumaattisen stressin oirepisteet vähenivät merkittävästi kaikilla osallistujilla (molemmissa ryhmissä) 10 viikon aikana.</p>	<p>(T2) Koira vähentää stressiä ja painetta.</p> <p>(T2) Koira poistaa terapiassa suoriutumispaineita.</p> <p>(T4) Eläinavusteinen terapia lievittää stressin negatiivisia vaikutuksia.</p> <p>(T4) Koiran läsnä ollessa stressitekijät vähentyvät.</p> <p>(T4) Vuorovaikutus koiran kanssa vaikuttaa positiivisesti stressiin.</p> <p>(T4) Vuorovaikutus koirien kanssa vähentää stressitekijöitä.</p> <p>(T9) Terapiakoiran läsnäolo vähentää stressiä merkittävästi.</p> <p>(T9) Terapiakoira vaikuttaa positiivisesti stressiin.</p> <p>(T9) Vuorovaikutus koiran kanssa vähentää stressiä.</p> <p>(T9) Stressi vähentyy suurimmaksi osaksi.</p> <p>(T9) Stressi vähentyy koiran läsnä ollessa.</p> <p>(T9) Stressi vähentyy.</p> <p>(T9) Koira-avusteinen interventio vaikuttaa myönteisesti opiskelijoiden stressiin.</p> <p>(T11) Posttraumaattinen stressi vähentyy merkittävästi.</p>	<p>Stressioireet vähentyvät</p>	
<p>(T1) Vanhemmat huomasivat positiivisen käyttäytymisen muutoksen vihan tunteessa.</p> <p>(T1) Vanhemmat havaitsivat positiivisen käyttäytymisen muutoksen kiusaamisessa.</p>	<p>(T1) Vihan tunne vähentyy.</p> <p>(T1) Kiusaaminen vähentyy.</p>	<p>Käyttäytymis- oireet vähentyvät</p>	

<p>(T1) Vanhemmat havaitsivat positiivisen käyttäytymisen muutoksen aggressiivisuudessa.</p> <p>(T1) Vanhemmat havaitsivat positiivisen muutoksen epätyypilliseen käyttäytymiseen.</p> <p>(T1) Vanhemmat havaitsivat positiivisen muutoksen kiusaamisen suhteen.</p> <p>(T2) Vanhempi tunsi koiran vähentävän lapsensa sopeutumaton käyttäytymistä.</p> <p>(T2) Vanhemmat kertoivat koirien parantaneen lasten käyttäytymistä yhteisössä.</p> <p>(T6) Hoitohenkilökunta arvioi nuorten käyttäytymisoireiden vähentyneen hoidon jälkeen.</p> <p>(T6) Hoitohenkilökunta arvioi nuorilla esiintyneen vähemmän epätyypillistä käyttäytymistä asuinhoitoympäristössä.</p> <p>(T6) Opettajien arvioiden mukaan vaikutukset ennen interventiota ja sen jälkeen aggressiivisuudessa olivat kohtalaisia.</p> <p>(T10) Eläinten halu olla tekemisissä tai lähellä opiskelijoita, vaikutti voimakkaasti oppilaiden kykyyn pysyä rauhallisena.</p> <p>(T12) Potilaiden sosiaalinen vetäytymiskäyttäytyminen väheni merkittävästi.</p> <p>(T12) Tulokset osoittavat merkittäviä käyttäytymisen parannuksia potilailla.</p>	<p>(T1) Aggressiivisuus vähentyy.</p> <p>(T1) Epätyypillinen käyttäytyminen vähentyy.</p> <p>(T1) Kiusaaminen vähentyy.</p> <p>(T2) Koira vähentää sopeutumaton käyttäytymistä.</p> <p>(T2) Koirat parantavat yhteisössä käyttäytymistä.</p> <p>(T6) Käyttäytymisoireet vähentyvät.</p> <p>(T6) Epätyypillinen käyttäytyminen vähentyy.</p> <p>(T6) Aggressiivisuus vähenee kohtalaisesti.</p> <p>(T10) Eläinten läsnäolo rauhoittaa merkittävästi.</p> <p>(T12) Sosiaalinen vetäytymiskäyttäytyminen vähenee merkittävästi.</p> <p>(T12) Käyttäytyminen parantuu merkittävästi.</p>		
<p>(T1) Vanhemmat havaitsivat positiivisen muutoksen keskittymisongelmissa.</p> <p>(T1) Sekä vanhemmat että opettajat havaitsivat merkittävää muutosta keskittymisongelmissa.</p> <p>(T6) Opettajien arvioinnin mukaan keskittymisvaikeudet parantuivat kohtalaisesti.</p> <p>(T6) Hoitoryhmällä oli vähemmän keskittymisongelmia kuin kontrolliryhmällä.</p> <p>(T6) Opettajat katsoivat nuorten edistyneen kouluun sopeutumisessa, koska heillä oli enemmän keskittymiskykyä luokassa opiskeluun.</p> <p>(T6) Opettajien arvioiden mukaan vaikutukset ennen interventiota ja sen jälkeen keskittymisvaikeuksissa olivat kohtalaisia.</p> <p>(T6) Hoitohenkilökunnan arvioiden mukaan keskittymisvaikeudet vähenivät intervention jälkeen.</p> <p>(T10) Monille opiskelijoille kyky olla fyysisesti aktiivinen maatilalla, tuntui olevan merkittävä komponentti heidän keskittymiskykyynsä.</p>	<p>(T1) Keskittymisongelmat vähentyvät.</p> <p>(T1) Keskittymisongelmat helpottuvat merkittävästi.</p> <p>(T6) Keskittymisvaikeudet helpottuvat kohtalaisesti.</p> <p>(T6) Hoitoryhmän keskittymisongelmat vähentyvät.</p> <p>(T6) Keskittymiskyky paranee luokassa.</p> <p>(T6) Keskittymisvaikeudet helpottivat kohtalaisesti.</p> <p>(T6) Keskittymisvaikeudet vähenevät intervention jälkeen.</p> <p>(T10) Maatilalla toimiminen parantaa keskittymiskykyä merkittävästi.</p>	<p>Keskittymis- oireet vähentyvät</p>	

<p>(T1) Vanhemmat havaitsivat positiivisen muutoksen masennuksen kokemisessa.</p> <p>(T5) Monimuuttuja-analyyseissä havaittiin tilastollisesti merkittäviä muutoksia masennuksen tasolla.</p> <p>(T5) Hoitoryhmän osallistujat, jotka tavoitettiin 6 kuukauden päästä intervention päätyttyä, masennuspisteet olivat samat tai vähemmän kuin intervention lopussa mitattuna.</p> <p>(T5) Hoitoryhmän masennuspisteet laskivat jatkuvasti ajan myötä.</p> <p>(T5) Jopa lyhyt hevosavusteinen interventio oli tehokas vähentämään riskialttiiden nuorten masennuksen tasoa.</p> <p>(T6) Hoitohenkilökunnan arvioinnin mukaan masennuksen oireet vähenivät intervention jälkeen nuorilla.</p> <p>(T7) Hoitoryhmässä itsearvioinnin perusteella masennuksen oireet vähenivät intervention jälkeen.</p>	<p>(T1) Masennuksen kokeminen vähentyy.</p> <p>(T5) Masennus vähentyy merkittävästi.</p> <p>(T5) Masennuksen kokeminen vähentyy.</p> <p>(T5) Masennus vähentyy intervention myötä.</p> <p>(T5) Hevosavusteinen interventio vähentää tehokkaasti masennuksen tasoa.</p> <p>(T6) Masennuksen oireet vähentyvät.</p> <p>(T7) Masennuksen oireet vähentyvät.</p>	<p>Masennusoireet vähentyvät</p>	
<p>(T2) Kaikki osallistajat kuvasivat erikseen, miten koirat helpottivat lapsensa vuorovaikutusta muiden kanssa.</p> <p>(T2) Koiran läsnäolo paransi lapsen ja muiden ihmisten välistä vuorovaikutusta.</p> <p>(T6) Hoitoryhmän jäsenet saivat korkeammat pisteet vuorovaikutustaidoista ikätovereiden ja opettajien kanssa sekä ryhmätyöskentelystä kontrolliryhmään verrattuna.</p> <p>(T6) Hoitoryhmän jäsenet saivat korkeammat pisteet ryhmätyöskentelystä kontrolliryhmään verrattuna.</p> <p>(T10) Useat kliinikot huomasivat, että eläimet voisivat auttaa muuttamaan opiskelijat vastustavista yhteistyökykyisiksi.</p> <p>(T10) Harjoitukset lampaiden ja muiden eläinten kanssa auttoi heitä ajan myötä olemaan vuorovaikutteisempia (henkilökohtaisten taitojensa kanssa) myös luokkahuoneessa.</p> <p>(T10) Monet opiskelijat osoittivat suurempaa motivaatiota kehittää suhteitaan eläimiin kuin oman ikäisiin ihmisiin.</p> <p>(T11) Suurin osa ryhmän nuorista kehitti välittömän ja vahvan yhteyden hevoseen, jonka kanssa he työskentelivät.</p> <p>(T11) Suurin osa nuorista arvioi siteensä hevosen kanssa erittäin korkeaksi ensimmäisen harjoituksen jälkeen, ja nämä pisteet pysyivät jatkuvasti korkeina interventioiden puolivälissä ja sen jälkeen.</p>	<p>(T2) Koirat helpottavat lasten vuorovaikutusta muiden kanssa.</p> <p>(T2) Koira parantaa lasten ja muiden välistä vuorovaikutusta.</p> <p>(T6) Hoitoryhmän vuorovaikutustaidot muiden kanssa parantuvat.</p> <p>(T6) Hoitoryhmän ryhmätyöskentely parantuu.</p> <p>(T10) Eläimet parantavat yhteistyötä.</p> <p>(T10) Eläimet parantavat vuorovaikutusta.</p> <p>(T10) Suhteiden luominen eläimiin kehittyi.</p> <p>(T11) Yhteyden kehittyminen hevoseen parantaa työskentelyä.</p> <p>(T11) Tunneside hevosen ja nuoren välillä vahvistuu intervention aikana.</p>	<p>Vuorovaikutustaidot parantuvat</p>	<p>Ihmissuhdetaidot parantuvat</p>

<p>(T12) Potilaat osoittivat enemmän vuorovaikutusta heidän eläintensä kanssa.</p> <p>(T12) Kolme kuukautta myöhemmin interventioon osallistumisesta, nuoret osoittivat merkittäviä muutoksia aktiivisemmassa ja tiheämmässä vuorovaikutuksessa heille määrätyn eläimen kanssa.</p>	<p>(T12) Eläin parantaa vuorovaikutusta.</p> <p>(T12) Nuorten vuorovaikutus eläimen kanssa parantuu merkittävästi.</p>		
<p>(T1) Opettajat ilmoittivat merkittävänä muutoksena sosiaalisten taitojen parantumisen.</p> <p>(T1) Sekä vanhemmat että opettajat ilmoittivat merkittävää muutosta sosiaalisissa taidoissa.</p> <p>(T2) Kaikki osallistujat kuvasivat erikseen, miten koirat helpottivat lapsensa voittamaan ulkopuolisuuden tunteen muiden seurassa.</p> <p>(T6) Hoitohenkilökunnan arvioinnin mukaan sosiaaliset taidot parantuivat kohtalaisesti.</p> <p>(T6) Opettajien arvioimana hoitoryhmässä eläinavusteisen psykoterapian käyttöönotto paransi sosiaalisia taitoja.</p> <p>(T6) Hoitoryhmän jäsenet saivat korkeammat pisteet sosiaalisissa taidoissa kontrolliryhmään verrattuna.</p> <p>(T7) Hoitohenkilökunnan arvioinnin mukaan, hoitoryhmällä parantuivat sosiaaliset taidot kontrolliryhmään verraten.</p> <p>(T7) Parannukset kouluympäristössä liittyvät läheisesti eläinavusteiseen psykoterapiaohjelmaan, jonka tuloksena on saavutettu parantuminen sosiaalisissa taidoissa.</p> <p>(T12) Potilaat osoittivat enemmän sosiaalisempaa käyttäytymistä aikuisten ja ikätovereidensa kanssa.</p> <p>(T12) Kolme kuukautta myöhemmin interventioon osallistumisesta nuoret osoittivat merkittäviä muutoksia sosiaalisissa vuorovaikutustaidoissa aikuisten ja ikätovereidensa kanssa.</p>	<p>(T1) Sosiaaliset taidot parantuvat merkittävästi.</p> <p>(T1) Sosiaaliset taidot parantuvat merkittävästi.</p> <p>(T2) Koirat helpottavat lapsia voittamaan ulkopuolisuuden tunteen muiden seurassa.</p> <p>(T6) Sosiaaliset taidot kohentuvat.</p> <p>(T6) Eläinavusteinen psykoterapia parantaa sosiaalisia taitoja.</p> <p>(T6) Hoitoryhmän sosiaaliset taidot ovat paremmat kuin kontrolliryhmän.</p> <p>(T7) Hoitoryhmän sosiaaliset taidot parantuvat kontrolliryhmään verraten.</p> <p>(T7) Eläinavusteinen psykoterapiaohjelma parantaa sosiaalisia taitoja.</p> <p>(T12) Potilaat osoittavat enemmän sosiaalista käyttäytymistä muiden ihmisten kanssa.</p> <p>(T12) Nuorten sosiaaliset vuorovaikutustaidot muiden ihmisten kanssa parantuvat merkittävästi.</p>	<p>Sosiaaliset taidot parantuvat</p>	
<p>(T1) Vanhemmat havaitsivat positiivisen käyttäytymisen muutoksen sopeutumiskyvyssä.</p> <p>(T6) Tulokset osoittivat eläinavusteisen psykoterapian käyneiden nuorten koulusopeutumisen olevan korkeampi kuin niillä, jotka eivät saaneet terapiaa.</p> <p>(T6) Sekä opettajat että hoitohenkilökunta arvioi, että eläinavusteinen psykoterapia paransi tilastollisesti merkittävästi nuorten sopeutumiskykyä.</p>	<p>(T1) Sopeutumiskyky parantuu.</p> <p>(T6) Eläinavusteinen psykoterapia parantaa koulusopeutumista.</p> <p>(T6) Eläinavusteinen psykoterapia parantaa sopeutumiskykyä merkittävästi.</p>	<p>Sopeutumiskyky parantuu</p>	

<p>(T6) Hoitoryhmässä havaittiin parempaa sopeutumiskykyä kuin kontrolliryhmässä opettajien arvioimina.</p> <p>(T6) Nuoret arvioivat itse kliinisen sopeutumattomuuden vähentyneen hoidon jälkeen.</p> <p>(T6) Hoitoryhmällä oli parempaa sosiaalista sopeutumista kuin kontrolliryhmällä.</p> <p>(T7) Verrokkeihin verrattuna eläinavusteiseen psykoterapiaan osallistuneiden nuorten sopeutumistaidot olivat parantuneet.</p>	<p>(T6) Sopeutumiskyky parantuu.</p> <p>(T6) Sopeutumattomuus vähentyy.</p> <p>(T6) Sosiaalinen sopeutuminen parantuu.</p> <p>(T7) Eläinavusteinen psykoterapia parantaa sopeutumistaitoja.</p>		
<p>(T6) Nuorten itsearvioinnin mukaan vaikutukset ihmissuhteisiin olivat kohdallaisia.</p> <p>(T7) Tulokset osoittivat, että kontrolliryhmään verrattuna eläinavusteiseen psykoterapiaan osallistuneet nuoret tekivät enemmän parannuksia henkilökohtaisiin suhteisiin.</p> <p>(T10) Monet opiskelijat, joita ihmiset olivat vahingoittaneet, tunsivat olonsa turvallisemmaksi eläimen kanssa, joka puolestaan kasvatti halukkuutta luottaa ihmisiin.</p> <p>(T10) Kyky tuntea olonsa turvallisiksi ja säädellä itseään paremmin tilalla, helpotti opiskelijoiden, ikätovereiden sekä heidän kliinikoiden välisiä suhteita.</p> <p>(T10) Opiskelijoiden mahdollisuudet osallistumiseen johti opiskelijoiden ihmissuhteiden parantumiseen.</p> <p>(T10) Monet opiskelijat näyttivät kokevan eläimet turvallisena tapana rakentaa ihmissuhdetaitoja.</p>	<p>(T6) Ihmissuhteet kohentuvat.</p> <p>(T7) Eläinavusteinen psykoterapia parantaa henkilökohtaisia suhteita.</p> <p>(T10) Eläin kasvattaa halua luottaa ihmisiin.</p> <p>(T10) Toimiminen eläinten kanssa parantaa ihmissuhteita.</p> <p>(T10) Osallistuminen parantaa ihmissuhteita.</p> <p>(T10) Eläimet auttavat rakentamaan ihmissuhdetaitoja.</p>	Ihmissuhteet parantuvat	
<p>(T2) Vanhemmat ilmoittivat koiran mahdollistavan lapselleen enemmän yhteisöön osallistumista.</p> <p>(T2) Vanhemmat huomasivat koiran vaikuttaneen lapsensa halukkuuteen kokeilla uusia asioita.</p> <p>(T2) Vanhemmat huomasivat lapsensa lisääntyneen halukkuuden suorittaa ei-toivottuja toimintoja terapian seurauksena.</p> <p>(T2) Vanhemmat huomasivat lapsensa lisääntyneen halukkuuden tuoda uusia aktiviteetteja jokapäiväiseen elämäänsä terapian seurauksena.</p> <p>(T9) Opiskelijat raportoivat merkittävästi lisääntyneestä osallistumisesta luokkatoimintoihin eläinavusteisen intervention aikana.</p> <p>(T9) Terapiakoira luokassa vaikutti positiivisesti opiskelijoiden osallistumiseen.</p>	<p>(T2) Koira mahdollistaa lapselle yhteisöön osallistumisen.</p> <p>(T2) Koira vaikuttaa lapsen halukkuuteen kokeilla uusia asioita.</p> <p>(T2) Lasten halu suorittaa epämukavuusalueen ulkopuolisia toimintoja lisääntyy.</p> <p>(T2) Lasten halu kokeilla uusia aktiviteetteja lisääntyy.</p> <p>(T9) Opiskelijoiden osallistuminen luokkatoimintoihin lisääntyy merkittävästi.</p> <p>(T9) Terapiakoira vaikuttaa positiivisesti opiskelijoiden osallistumiseen.</p>	Osallistuminen parantuu	Toimintakyky parantuu

<p>(T10) Monille opiskelijoille kyky olla fyysisesti aktiivinen maatilalla, tuntui olevan merkittävä komponentti heidän osallistumiskykyynsä.</p> <p>(T10) Kliinikot kokivat tekemisen merkityksen lisäävän motivaatiota osallistua aktiivisemmin omaan elämäänsä.</p> <p>(T10) Kliinikot kokivat tekemisen merkityksen osoittavan opiskelijoilla enemmän panostusta tulevaisuudesta.</p> <p>(T12) Potilaat osoittivat korkeampaa osallistumista.</p> <p>(T12) Kolme kuukautta myöhemmin interventioon osallistumisesta nuoret osoittivat merkittäviä muutoksia sosiaalisessa osallistumisessa.</p>	<p>(T10) Fyysinen aktiivisuus maatilalla on merkittävä tekijä opiskelijoiden osallistumiskyvylle.</p> <p>(T10) Aktiivinen osallistuminen lisääntyy.</p> <p>(T10) Tekemisen merkitys lisää tulevaisuuteen panostamista.</p> <p>(T12) Potilaiden osallistuminen parantuu.</p> <p>(T12) Nuorten sosiaalinen osallistuminen parantuu merkittävästi.</p>		
<p>(T2) Sisäinen motivaatio osallistua terapiaan oli olennainen etu monien osallistujien silmissä.</p> <p>(T2) Vanhemmat raportoivat koiran antavan lapsille motivaatiota suorittamaan tavoitteellisia tehtäviä istuntojen aikana.</p> <p>(T2) Osa koki koiran motivoivan lasta jäämään terapiaan.</p> <p>(T2) Moni vanhempi koki koiran olevan ensisijainen tekijä lapsensa sitoutumisessa terapiaan.</p> <p>(T8) Hevoset näyttivät olevan "liima", joka motivoi heitä rakentamaan suhteita hevosten kanssa.</p> <p>(T10) Kyky tuntea olonsa turvalliseksi ja säädellä itseään paremmin tilalla, johti parempaan sitoutumiseen.</p> <p>(T10) Eläinten katsottiin myös motivoivan oppilaita vahvistamaan selviytymistaitojaan aistillisella ylikuormituksella.</p> <p>(T10) Opiskelijoiden mahdollisuudet osallistumiseen johti opiskelijoiden parempaan sitoutumiseen.</p> <p>(T10) Useat kliinikot huomasivat, että eläimet voisivat auttaa muuttamaan opiskelijat vastustavista motivoituneiksi.</p>	<p>(T2) Sisäinen motivaatio lisääntyy.</p> <p>(T2) Koira motivoi suorittamaan tavoitteellisia tehtäviä.</p> <p>(T2) Koira motivoi jäämään terapiaan.</p> <p>(T2) Koira parantaa terapiaan sitoutumista.</p> <p>(T8) Hevoset motivoivat suhteiden luomista.</p> <p>(T10) Sitoutuminen parantuu.</p> <p>(T10) Eläimistä koituva aistikuormitus lisää motivaatiota.</p> <p>(T10) Osallistuminen parantaa sitoutumista.</p> <p>(T10) Eläimet motivoivat opiskelijoita.</p>	Motivaatio lisääntyy	
<p>(T1) Opettajat ilmoittivat merkittävää muutosta hyperaktiivisuudessa.</p> <p>(T1) Vanhemmat havaitsivat positiivisen muutoksen hyperaktiivisuudessa.</p> <p>(T6) Opettajien arvioiden mukaan vaikutukset ennen interventiota ja sen jälkeen hyperaktiivisuudessa olivat kohtalaisia.</p> <p>(T6) Hoitoryhmässä esiintyi vähemmän hyperaktiivisuuden oireita kuin kontrolliryhmässä opettajien arvioimana.</p> <p>(T10) Eläimet auttoivat usein rauhoittamaan oppilaita, mikä vähensi yliaktiivisuutta.</p>	<p>(T1) Hyperaktiivisuus helpottuu merkittävästi.</p> <p>(T1) Hyperaktiivisuus vähentyy.</p> <p>(T6) Hyperaktiivisuus vähenee kohtalaisesti intervention jälkeen.</p> <p>(T6) Hoitoryhmän hyperaktiivisuus vähentyy.</p> <p>(T10) Eläimet vähentävät yliaktiivisuutta.</p>	Hyperaktiivisuus vähentyy	

<p>(T1) Opettajat ilmoittivat merkittävänä muutoksena opiskelutaitojen parantumisen.</p> <p>(T6) Opettajien arvioinnin mukaan oppimisvaikeudet parantuivat kohtalaisesti.</p> <p>(T6) Opettajat katsoivat nuorten edistyneen kouluun sopeutumisessa, koska heillä oli enemmän motivaatiota luokassa opiskeluun.</p> <p>(T12) Hoitoryhmän potilaiden koulussa käyminen parani merkittävästi verrattuna kontrolliryhmän potilaisiin.</p>	<p>(T1) Opiskelutaidot parantuvat.</p> <p>(T6) Oppimisvaikeudet parantuu kohtalaisesti.</p> <p>(T6) Luokassa opiskelumotivaatio parantuu.</p> <p>(T12) Koulussa käyminen parantuu merkittävästi.</p>	<p>Opiskelutaidot parantuvat</p>	
<p>(T4) Koirien kanssa vuorovaikutus vaikuttaa subjektiivisesti tunteiden indikaattoreihin.</p> <p>(T6) Hoitoryhmällä oli enemmän positiivisia näkemyksiä opettajia kohtaan kuin kontrolliryhmällä.</p> <p>(T7) Hoitoryhmän nuoret suhtautuivat opettajiin positiivisemmin intervention jälkeen.</p> <p>(T8) Hevoset lisäsivät nuorten empatiakykyä.</p> <p>(T8) Kiintymyssuhteen luominen hevosiin auttoi nuoria jollain tasolla tuntemaan empatiaa hevosia kohtaan.</p> <p>(T8) Suhde hevosen kanssa näytti olevan monille nuorille tapa ilmaista kiintymystä.</p> <p>(T8) Suhde hevosen kanssa näytti olevan monille nuorille tapa ilmaista hoivaamista.</p> <p>(T10) Kliinikot havaitsivat opiskelijoiden kokevan eläinten kanssa mahdollisuuden tuntea tasa-arvoa terapeuttien tai muiden aikuisten kanssa heidän elämässään.</p> <p>(T10) Opiskelijoiden mahdollisuudet osallistumiseen johti opiskelijoiden parempaan tasa-arvon tunteeseen.</p> <p>(T10) Eläinten raportoitiin olevan voimakas tekijä, mikä saa oppilaat uudelleen uteliaiksi.</p> <p>(T10) Monissa tapauksissa eläinten kanssa vuorovaikutuksessa saadut positiiviset kokemukset heijastuivat myös uuteen optimismiin heidän tulevaisuutensa suhteen.</p> <p>(T10) Jotkut heistä tunsivat olonsa turvallisemmaksi harjoittellessaan eläinten kanssa.</p> <p>(T12) Potilaat osoittivat enemmän affektiivisempaa käyttäytymistä heidän eläintensä kanssa.</p>	<p>(T4) Vuorovaikutus koirien kanssa parantaa tunnetaitoja.</p> <p>(T6) Positiiviset näkemykset opettajia kohtaan lisääntyy.</p> <p>(T7) Suhtautuminen opettajia kohtaan parantuu.</p> <p>(T8) Hevoset lisäävät empatiakykyä.</p> <p>(T8) Kiintymyssuhde hevosia kohtaan lisää empatiaa.</p> <p>(T8) Suhde hevoseen lisää kiintymystä.</p> <p>(T8) Suhde hevoseen lisää hoivaamisen tunnetta.</p> <p>(T10) Tasa-arvon tunteen lisääntyminen eläinten avulla.</p> <p>(T10) Osallistuminen parantaa tasa-arvon tunnetta.</p> <p>(T10) Eläimet lisäävät uteliaisuutta.</p> <p>(T10) Vuorovaikutus eläinten kanssa lisää positiivista ajattelua tulevaisuuden suhteen.</p> <p>(T10) Eläin luo turvallisuutta.</p> <p>(T12) Eläin lisää affektiivisempaa käyttäytymistä.</p>	<p>Positiiviset tunteet lisääntyvät</p>	<p>Tunnetaidot kehittyvät</p>

<p>(T12) Kolme kuukautta myöhemmin interventioon osallistumisesta, nuoret osoittivat merkittäviä muutoksia affektiivisemmässä käyttäytymisessä eläimiä kohtaan.</p>	<p>(T12) Affektiivinen käyttäytyminen lisääntyy merkittävästi eläimiä kohtaan.</p>		
<p>(T1) Vanhemmat havaitsivat positiivisen muutoksen vihan kokemisessa. (T1) Opettajat ilmoittivat merkittävää muutosta vihan kokemisessa. (T2) Vanhempi kertoi lapsensa pelänneen koiria lapsuudesta asti, mutta istuntojen myötä pelko väheni ja nykyisin heillä on koiranpentu. (T6) Opettajien arvioimana hoitoryhmässä eläinavusteisen psykoterapian käyttöönotto vähensi osallistujien keskuudessa opettajia kohtaan muodostuvia negatiivisia käsityksiä. (T7) Hoitoryhmässä itsearvioinnin perusteella riittämättömyyden tunne väheni intervention jälkeen. (T8) Nuori voitti pelkonsa, jonka vuoksi uskalsi osallistua haastavampiin aktiviteetteihin. (T8) Nuori kertoi, kuinka pelkonsa voittaminen hevosilla oli mahdollistanut hänen osallistumisensa ryhmämatkalle, johon hänellä ei ollut itseluottamusta aiemmin.</p>	<p>(T1) Vihan kokeminen vähentyy. (T1) Vihan kokeminen vähentyy merkittävästi. (T2) Koiriin kohdistuva pelko vähentyy. (T6) Eläinavusteinen psykoterapia vähentää negatiivisia käsityksiä opettajia kohtaan. (T7) Riittämättömyyden tunne vähentyy. (T8) Pelko vähentyy. (T8) Pelon tunne vähentyy.</p>	<p>Negatiiviset tunteet vähentyvät</p>	
<p>(T1) Vanhemmat havaitsivat positiivisen käyttäytymisen muutoksen emotionaalisessa itsehillinnässä. (T2) Vanhemmat raportoivat, että tuomitsemattomuus antoi lapselle vapauden olla oma itsensä. (T2) Muutama osallistuja huomasi lasten itseluottamuksen lisäävän itseohjautuneisuutta terapiaprosessissa. (T2) Vanhemmat raportoivat lapsen itsesäätelyn parantuneen koiran kanssa käytyjen terapiaistuntojen jälkeen. (T6) Opettajien ja hoitohenkilökunnan arvioinnin mukaan johtajuuspisteet parantuivat kohtalaisesti. (T8) Nuoren itseluottamuksen lisääntyminen antoi hänelle mahdollisuuden uskoa omaan itsetehokkuuteensa. (T8) Nuorien sisäinen kyvykyys hevosten ympärillä kasvoi ratsastusterapian aikana. (T10) Opiskelijoiden mahdollisuudet osallistumiseen johti opiskelijoiden parempaan itsearvon tunteeseen. (T10) Kliinikot kokivat eläinten auttavan parantamaan opiskelijoiden henkilökohtaisia rajoja.</p>	<p>(T1) Emotionaalinen itsehillintä parantuu. (T2) Vapaus olla oma itsensä lisääntyy. (T2) Itseluottamus lisää itseohjautuneisuutta. (T2) Terapiaistunnot parantavat itsesäätelyä. (T6) Johtajuustaidot parantuvat kohtalaisesti. (T8) Itseluottamuksen lisääntyminen parantaa itsetehokkuutta. (T8) Sisäinen kyvykyys lisääntyy ratsastusterapian aikana. (T10) Osallistuminen parantaa itsearvon tunnetta. (T10) Eläimet parantavat henkilökohtaisia rajoja.</p>	<p>Itsesäätely parantuu</p>	

<p>(T10) Eläimiin keskittyminen havaittiin parantavan opiskelijoiden itsetietoisuutta heidän sisäisistä tiloistaan, johtaen parempaan itsesääteelyyn.</p> <p>(T10) Koska opiskelijat kokivat turvallisuuden tunteen eläinten ympärillä tilalla, he pystyivät paremmin säätelemään itseään tilalla.</p> <p>(T10) Monet opiskelijat näyttivät pystyvän paremmin itsesääteelyyn eläinten lähellä.</p>	<p>(T10) Itsesääteely parantuu.</p> <p>(T10) Eläimet parantavat itsesääteelyä.</p> <p>(T10) Eläinten lähellä itsesääteely parantuu.</p>		
<p>(T3) Standardi hoito ja eläinavusteinen terapia olivat molemmat tehokkaita parantamaan potilaiden mielialaa.</p> <p>(T4) Eläinavusteisessa terapiassa olevilla olivat korkeammat positiiviset vaikutelma pisteet, kuin kosketusstimulaatio kontrolliryhmässä.</p> <p>(T5) Jopa lyhyt hevosavusteinen interventio oli tehokas lisäämään riskialttiiden nuorten toivon tasoa.</p> <p>(T5) Hoitoryhmän toivopisteet jatkoivat nousuaan viimeiseen ajankohtaan asti eli laskettu vaikutuksen koko osoittaa pientä tai keskisuurta vaikutusta.</p> <p>(T5) Hoitoryhmän osallistujat, jotka tavoitettiin 6 kuukauden päästä intervention päätyttyä, toivopisteet olivat jopa korkeammat kuin intervention lopussa mitattuna.</p> <p>(T5) Monimuuttujatestien tulokset osoittavat, että hoito vaikutti merkittävästi toivopisteisiin.</p> <p>(T5) Monimuuttuja-analyseissä havaittiin tilastollisesti merkittäviä muutoksia toivon tasolla.</p> <p>(T5) Hoitoryhmän osallistujien toivopisteet osoittivat suurempaa nousua kuin kontrolliryhmässä 5 viikon hevosavusteisen intervention jälkeen.</p> <p>(T10) Eläinten raportoitiin olevan voimakas tekijä, mikä saa oppilaat uudelleen toiveikkaiksi.</p> <p>(T10) Kliinikot kokivat tekemisen merkityksen osoittavan opiskelijoilla enemmän toiveikkuutta tulevaisuudestaan.</p>	<p>(T3) Eläinavusteinen terapia parantaa tehokkaasti mielialaa.</p> <p>(T4) Eläinavusteinen terapia parantaa mielialaa.</p> <p>(T5) Hevosavusteinen interventio lisää toivoa.</p> <p>(T5) Toiveikkuus lisääntyy kohtalaisesti.</p> <p>(T5) Toiveikkuus parantuu.</p> <p>(T5) Toiveikkuus parantuu merkittävästi.</p> <p>(T5) Toivo lisääntyy merkittävästi.</p> <p>(T5) Hevosavusteinen interventio lisää toiveikkuutta.</p> <p>(T10) Eläimet lisäävät toiveikkuutta.</p> <p>(T10) Tekemisen merkitys lisää merkittävästi toiveikkuutta tulevaisuudesta.</p>	<p>Mieliala parantuu</p>	<p>Hoito koetaan myönteisenä</p>
<p>(T2) Vanhemmat kuvailivat lasten saavan istunnoista nautintoa.</p> <p>(T2) Vanhemmat havaitsivat nautinnon lisääntyneen terapian edetessä.</p> <p>(T2) Vanhempi huomasi parannuksen lapsensa ”mukavuustasossa...”.</p> <p>(T3) Potilaiden raporttien mukaan eläinavusteisen terapian olosuhteet olivat paremmat kuin tavallisen hoidon olosuhteet.</p> <p>(T10) Eläinten katsottiin myös tarjoavan olennaista fyysistä mukavuutta opiskelijoille, jotka eivät voineet vastaanottaa kosketusta muilta ihmisiltä.</p>	<p>(T2) Lapset pitävät istunnoista.</p> <p>(T2) Nautinto lisääntyy terapian edetessä.</p> <p>(T2) Lapsen mukavuustaso parantuu.</p> <p>(T3) Eläinavusteisen terapian olosuhteet ovat viihtyisät.</p> <p>(T10) Eläimet lisäävät fyysistä mukavuutta.</p>	<p>Viihtyvyys lisääntyy</p>	

<p>(T10) Eläinten kanssa vuorovaikutuksessa saadut positiiviset kokemukset rohkaisivat usein opiskelijoita rentoutumaan enemmän.</p>	<p>(T10) Eläinten kanssa vuorovaikuttaminen rentouttaa.</p>		
<p>(T2) Vanhempi huomasi parannuksen lapsensa "...yleisessä itseluottamuksessa". (T2) Vanhemmat kokivat lasten itseluottamuksen lisääntyneen terapiaistuntojen edetessä. (T2) Vanhemmat havaitsivat luottamuksen lisääntyneen terapian edetessä. (T2) Vanhempi kertoi, että terapian lopussa hänen lapsensa oli itsevarmempi. (T6) Hoitoryhmä sai korkeammat pisteet itseluottamuksessa eläinavusteisen psykoterapia ohjelman mukaan. (T8) Nuori koki jonkin verran itseluottamusta. (T8) Saatuaan luottamusta omiin kykyihinsä hevosten kanssa, jotkut osallistujat pystyivät hyödyntämään tätä uutta itseluottamusta elämän eri osa-alueilla. (T8) Nuorien sisäinen luottamus hevosten ympärillä kasvoi ratsastusterapian aikana.</p>	<p>(T2) Itseluottamus parantuu. (T2) Itseluottamus lisääntyy. (T2) Luottamus lisääntyy. (T2) Itsevarmuus parantuu. (T6) Eläinavusteinen psykoterapia lisää itseluottamusta. (T8) Itseluottamus kohentuu. (T8) Itseluottamus auttaa toimimaan elämän eri osa-alueilla paremmin. (T8) Sisäinen luottamus kasvaa ratsastusterapian aikana.</p>	<p>Itseluottamus lisääntyy</p>	<p>Minäkuva parantuu</p>
<p>(T6) Nuorten itsearviointiin mukaan vaikutukset itsetuntoon olivat kohtalaisia. (T6) Hoitoryhmä sai korkeammat pisteet itsetunnossa eläinavusteisen psykoterapia ohjelman mukaan. (T7) Tulokset osoittavat, että kontrolliryhmään verrattuna eläinavusteiseen psykoterapiaan osallistuneilla nuorilla parani itsetunto. (T8) Nuori koki jonkin verran korkeampaa itsetuntoa. (T10) Taitojen ja asiantuntemuksen kehittämisen, osaamisen tuntemisen ja eläimistä huolehtimisen kautta opiskelijoiden itsetunto havaittiin lisääntyvän.</p>	<p>(T6) Itsetunto kohentuu. (T6) Eläinavusteinen psykoterapia parantaa itsetuntoa. (T7) Eläinavusteiseen psykoterapiaan osallistuneiden itsetunto paranee. (T8) Itsetunto kohentuu. (T10) Itsetunto lisääntyy.</p>	<p>Itsetunto lisääntyy</p>	