

Mirka Hallami

Pinja Pulkki

KOIRA-AVUSTEISEN VALMENNUKSEN MERKITYS AUTISTISTEN AIKUISTEN TOIMINNANOHJAUKSELLE JA MOTI- VOITUMISELLE

Opinnäytetyö

Sosionomi

Sosionomikoulutus, kouluhyvinvointi ja kuraattorityö

2023



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

Tutkintonimike	Sosionomi
Tekijät	Mirka Hallami, Pinja Pulkki
Työn nimi	Koira-avusteisen valmennuksen merkitys autististen aikuisten toiminnanohjaukselle ja motivoitumiselle
Toimeksiantaja	Autismisäätiö
Vuosi	2023
Sivut	55 sivua, liitteitä 3 sivua
Työn ohjaajat	Olli Rissanen ja Hannele Pulkamo

TIIVISTELMÄ

Autismikirjon henkilöillä esiintyy usein puutteita tai poikkeavuuksia vuorovaikutustaidoissa ja toiminnanohjauksessa. Nämä taidot ovat tärkeitä, jotta yksilö voi tuntea kuuluvansa osaksi yhteiskuntaa. Näitä taitoja voidaan harjoitella esimerkiksi kuntoutuksessa. Motivaation tiedetään olevan yksi keskeinen tekijä onnistuneessa kuntoutuksessa. Koira-avusteisuuden positiivisista vaikutuksista ihmiseen ja kuntoutusprosessiin on olemassa laadukasta tutkimustietoa, joskin sitä tarvitaan vielä lisää, ennen kuin koira-avusteisuutta voidaan näyttöön perustuen suositella kuntoutusmuodoksi. Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli tuottaa uutta tietoa koira-avusteisuuden merkityksestä autismikirjon henkilöille. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Autismisäätiön kanssa.

Opinnäytetyön tarkoitus oli selvittää, miten koira-avusteinen valmennus tukee autististen aikuisten toiminnanohjauksen taitoja ja millainen merkitys koira-avusteisella valmennuksella on autististen aikuisten motivoitumiselle. Tärkeäksi koettiin tuoda työssä esiin autismikirjon aikuisten omakohtaisia kokemuksia aiheista.

Työ toteutettiin perehtymällä aiempiin kirjallisiin lähteisiin sekä teettämällä puolistrukturoitu haastattelu. Haastatteluun osallistui kolme autistista aikuista, jotka saavat koira-avusteista valmennusta, ja yksi työntekijä, joka tuottaa kyseistä palvelua. Aineisto analysoitiin käyttämällä grounded theory -menetelmää.

Opinnäytetyön aineistoa analysoitaessa kaikenkattavaksi termiksi muotoutui ainutlaatuisuus, joka kuvastaa koiran ja asiakkaan välistä ainutlaatuista vuorovaikutussuhdetta. Koiran ja asiakkaan välinen ainutlaatuinen suhde vaikutti asiakkaan toiminnan ohjautumiseen sekä motivoitumiseen asioita tai tekemisiä kohtaan. Grounded theorya käyttäen opinnäytetyössä luotiin teoria: *koiran ja asiakkaan ainutlaatuinen vuorovaikutussuhde motivoi asiakasta kohti yksilöllisiä tavoitteita ja parantaa pitkäkestoisesti toiminnanohjaustaitoja*. Jatkok tutkimus opinnäytetyöstä voisi olla laajemmalla osallistujamäärällä tehtävä selvitys siitä, kuinka koira vaikuttaa asiakkaan tunteisiin ja tunnekuormaan. Yhteiskunnallisella tasolla koira-avusteisuudesta työmenetelmänä tarvitaan laajaa tutkimustietoa.

Asiasanat: autismikirjo, toiminnanohjaus, motivoituminen, koira-avusteisuus

Degree title	Bachelor of Social Services
Authors	Mirka Hallami, Pinja Pulkki
Thesis title	Significance of Canine Assisted Coaching for Autistic Adults' Executive Functions and Motivation
Commissioned by	Autismisäätiö
Time	2023
Pages	55 pages, 3 pages of appendices
Supervisors	Olli Rissanen and Hannele Pulkamo

ABSTRACT

People with the autism spectrum disorders often experience deficiencies or abnormalities in their interaction skills and executive functions. These skills are important for the individual to feel part of their social environment, and they can be practiced, for example, in rehabilitation. Motivation is one of the key factors for successful rehabilitation. Promising research data of the positive effects of canine assistance on humans and the rehabilitation process already exists. However, further evidence is needed in order to officially recommend it as a form of rehabilitation. The purpose of this thesis was to produce new information about the importance of dog assistance for people with autism spectrum disorders. The thesis was carried out in cooperation with the Autismisäätiö.

The purpose of the thesis was to find out how canine assisted coaching supports developing autistic adults' executive functioning skills and what the significance of canine assisted coaching in motivating autistic adults is. It was important to highlight the first-hand experiences of adults with autism spectrum disorders in this thesis.

The thesis was carried out by studying existing literature and conducting semi-structured interviews with autistic adults who receive canine assisted coaching and one employee who implements the service in question. Interview results were analysed using grounded theory methodology.

When analysing the materials for the thesis, the uniqueness of the comprehensive and versatile utilization of the dog emerged as a common theme. The unique relationship between the dogs and the autistic adults' executive functions and motivation. Using grounded theory, the thesis proposes a theory *"the unique interactive relationship between a dog and an autistic adult motivates the individual in personal goals and provides long-term improvements in executive functioning skills"*. A potential follow-up research of the thesis, with a larger number of participants, could explore how the dog affects a client's emotional burden. On a societal level, extensive research on dog-assistance as a working method is needed.

Keywords: autism spectrum disorder, executive functions, motivation, canine assisted coaching

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	AUTISMIKIRJO.....	7
2.1	Oireet.....	9
2.2	Aivojen toiminta	10
2.3	Monisairastaminen.....	11
2.4	Arjen tukitoimet.....	12
3	TOIMINNANOHJAUS	13
4	SISÄINEN JA ULKOINEN MOTIVAATIO	15
5	ELÄINAVUSTEISUUS	18
5.1	Koira-avusteisuus	20
6	IHMISEN JA ELÄIMEN VÄLINEN VUOROVAIKUTUS.....	23
6.1	Ihmisen ja koiran välinen vuorovaikutus autismikirjon häiriössä	25
7	OPINNÄYTETYÖN TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	26
8	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	27
8.1	Tiedonhakuprosessi.....	30
8.2	Aineiston kerääminen	30
8.3	Aineiston analyysi	33
9	TULOKSET.....	39
9.1	Motivoituminen.....	39
9.2	Toiminnanohjaus ja pitkäkestoisuus	40
9.3	Tunnekuorma ja yksilöllisyys	43
9.4	Ainutlaatuinen suhde	44
9.5	Haitat	45
10	POHDINTA	46
10.1	Käyttökelpoisuus.....	47
10.2	Luotettavuus	47
10.3	Tulosten pohdinta	49

LÄHTEET.....51

LIITTEET

Liite 1. Asiakkaiden haastattelukysymykset

Liite 2. Työntekijän haastattelukysymykset

1 JOHDANTO

Koira-avusteisuuden käyttö työmenetelmänä on lisääntynyt sosiaalisella alalla. Aiemmat suomalaiset tutkimukset koira-avusteisesta kuntoutustyöstä keskittyvät pääosin tutkimaan sen yleisimpiä hyötyjä ja riskejä. Tässä opinnäytetyössä tutkimme koira-avusteisen valmennuksen merkitystä autismikirjon aikuisten toiminnanohjaukselle ja motivoitumiselle. Opinnäytetyön tarkoitus on tuoda alalle uutta ja laadukasta tutkimusta sekä pyrkiä erityisesti tuomaan esille asiakkaiden kokemuksia. Neuropsykiatrisilla asiakkailla motivaation puute on yksi keskeinen kuntoutusta haittaava tekijä (Ervast & Raukola-Lindblom 2022b, 86), joten koemme aiheen tutkimisen hyödylliseksi niin asiakkaiden kuin palveluntuottajan näkökulmasta.

Aihe on meille kirjoittajille henkilökohtaisesti tärkeä. Me molemmat haluamme tulevaisuudessa työskennellä eläinavusteisen työn parissa, joten opinnäytetyön aiheen valinta tuntui alusta alkaen selkeältä ja oikealta. Autismisäätiö on alallaan ainutlaatuinen palveluntuottaja, joka haluaa kehittää autismiosaamista ja ymmärrystä kansainvälisesti. Se tarjoaa erilaisia kuntoutusmenetelmiä ja valmennuksia asiakkailleen, jotta jokainen voi elää omanlaistaan arkea. Yksi sen menetelmistä on koira-avusteinen valmennus. Näistä syistä halusimme toteuttaa opinnäytetyön Autismisäätiön kanssa ja lähestyimme säätiötä sähköpostitse. Lopullinen aiheen rajautuminen toiminnanohjauksen ja motivoitumisen tutkimiseen nousi esille suoraan Autismisäätiön työelämän tarpeista.

Autismisäätiön kautta saimme haastateltaviksi kolme asiakasta, jotka saavat koira-avusteista valmennusta. Lisäksi haastattelimme yhtä työntekijää, joka tuottaa koira-avusteista valmennusta. Autismikirjon aikuisille tutkimuskysymyksiä esitettiin kahdeksantoista kappaletta, joissa monissa oli lisänä tarkentavia apukysymyksiä. Työntekijälle, joka tuottaa koira-avusteista valmennusta, esitettiin viisi kysymystä. Asiakkaiden haastattelut toteutettiin osittain Autismisäätiön tiloissa ja osin asiakkaan kotiympäristössä.

Ennen varsinaisen tutkimuksen aloittamista meillä oli selkeät lähtöolettamukset. Mielestämme koira auttaa ihmistä sitoutumaan paremmin kuntouttavaan työskentelyyn ja koirasta on asiakkaille hyötyä monissa haasteissa. Koira voi avustaa ihmistä ylittämään itsensä asioissa, jotka saattavat muuten tuntua täysin ylitsepääsemättömiltä tai haastavilta, eli koira kannustaa toiminnanohjaukseen ja tukee toimintaan motivoitumisessa. Uskomme, että koira voi vaikuttaa positiivisesti autististen ihmisten toiminnanohjauksen taitoihin ja motivoida uusiin tai vanhoihin haasteellisiin asioihin ryhtymisessä.

2 AUTISMIKIRJO

Termi autismi juontaa juurensa kreikankielisestä sanasta *autos* eli itse. Ensimmäisen kerran termiä käytettiin Eugen Bleuerin vuosien 1911–1950 kirjoituksissa, joissa hän yritti kuvailla skitsofreenikon halua olla omissa oloissaan. Historiaa tarkastellessa löytyy jopa 1500-luvulta havaintoja ihmisistä, joita on pidetty poikkeavina ja erityisinä. Nykytieteen valossa tarkasteltaessa näitä ihmisiä voidaan todeta, että kyse on ollut jossain määrin autistisista piirteistä. Esimerkiksi vuonna 1929 löydettyjen lapsien Amalan ja Kamalan luultiin olleen susien kasvattamia, vaikkakin teoria on todistamaton ja lasten käyttäytyminen viittaa ennemminkin autismiin sekä muihin kehityksellisiin häiriöihin eikä niinkään elämään susien kasvattamana. (Timonen 2019b, 10.) Autismiin käsite on muuttunut sekä laajentunut ajan kuluessa, nykyisin autismikirjoa tarkastellaan kokonaisuudessaan monimutkaisena ja moninaisena kehityksellisenä haasteena (Timonen ym. 2019, 7).

Vaikka autismin määritelmä on muuttunut ajan saatossa, ovat tietyt piirteet säilyneet ennallaan. Tällaisia piirteitä ovat muun muassa vaikeus ottaa kontaktia toisiin ihmisiin, järjestyksen ylläpidon korostunut tai pakonomainen taipumus, kielelliset ja ajatukselliset erityiskysymykset sekä aistitoimintojen erityispiirteet ja motoriset huomiot. (Timonen ym. 2019, 7.) Autismikirjo ilmenee varhaislapsuudessa neurobiologisina häiriöinä, ja yleensä oireet jatkuvat läpi elämän (Koskentausta ym. 2018, 1493). Courchesne työryhmineen (Courchesne ym. 2011, 2013; Courchesne 2014, Timosen 2019, 71–72 mukaan) ovat tutkineet ja esittäneet hypoteesin siitä, mitä tapahtuu keskushermoston ylempien kortikaalisten tasojen kehityksessä autismikirjossa. Työryhmän mukaan autistisella lapsella on syntyessään luontaisesti liikaa solurakenteita,

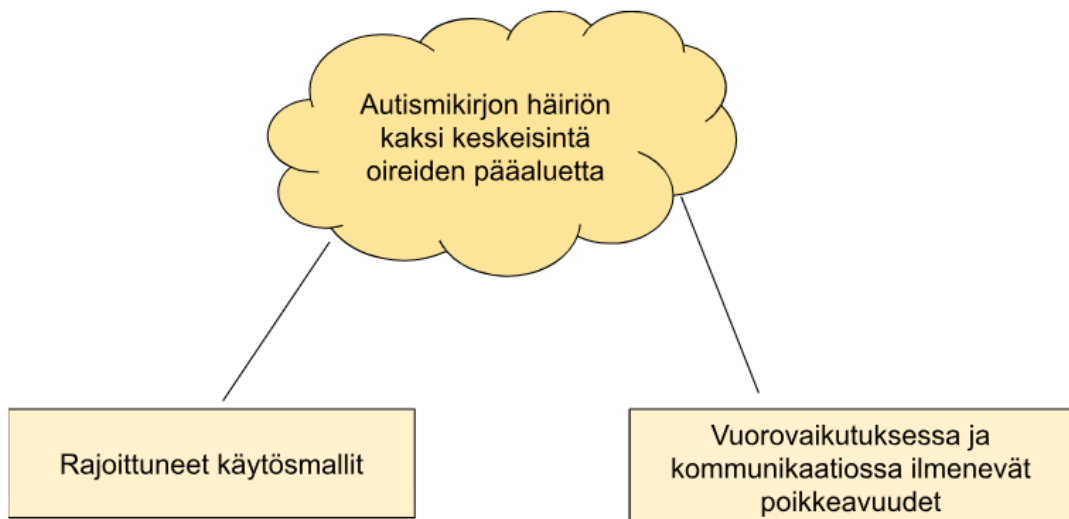
minkä vuoksi normaalin kehityksen joustavuus vähenee. (Timonen 2019a, 72.) Vaikka autismikirjoa on tutkittu aktiivisesti ja laajasti, ovat sen taustalla olevat tekijät sekä geneettinen perusta epäselviä vielä toistaiseksi. Syy epäselvyyteen on autismikirjon monimuotoisuus ja kompleksisuus hermoverkkojen välillä. Selvää näyttöä on siitä, että kyseessä on kehityksellinen häiriö. (Castrén 2019a, 85.)

Kaksostutkimuksen tulosten mukaan autismikirjolla on vahva geneettinen tausta (Castrén 2019a, 74). Kaksostutkimuksella tarkoitetaan, kun tutkitaan kaksosiksi syntyneitä lapsia ja verrataan esimerkiksi heidän geenejään ja ympäristön yhteisvaikutusta (Helsingin yliopisto s.a.). Hyvä esimerkki kaksostutkimuksesta on Ruotsissa vuonna 2004 käynnistynyt pitkäaikaistutkimus, jonka hypoteesina oli, että lapsuusiän neuropsykiatrisilla haasteilla, kuten autismikirjolla, ADHD:lla, oppimishäiriöillä ja tic-häiriöillä, on suuri merkitys mielenterveydenhäiriön kehittymiselle myöhemmällä iällä. Myöhemmällä iällä tutkimuksessa tarkoitettiin teini-ikää ja varhaisaikuisuutta. Tutkimuksen tulokset olivat moniulotteiset, mutta pääpiirteittäin tulos oli, että häiriöillä tai kehityksellisillä haasteilla on merkitystä mielenterveyden häiriöiden kehittymiselle. (Anckarsäter ym. 2011, 495–505.)

Neurotieteen tutkimuksissa autismikirjoa on tutkittu eläinten avulla. Tyypillisesti koe-eläimet ovat olleet hiiriä ja tutkimuksissa niiden geeneihin on tehty muutoksia. Nämä hiirikokeet ovat vahvistaneet, että geenimuutokset todella aiheuttavat autismiin liitettäviä erityispiirteitä ja käyttäytymistä. Mitä useampaan geeniin muutos kohdistui, sitä selkeämpi oli muutos yksilön toiminnassa ja käyttäytymisessä. (Castrén 2019a, 82–83.) Kuitenkaan mikään yksittäinen tekijä ei kokonaan selitä autismikirjon kehittymistä. Ajatellaan, että tietyt ympäristötekijät yhdistettynä perintötekijöihin voivat vaikuttaa häiriön syntyyn ja siihen, kuinka se ilmenee. Noin yhdellä prosentilla väestöstä todetaan jokin autismikirjon häiriö ja pojilla riski on noin nelinkertainen verrattuna vastakkaiseen sukupuoleen. Suurentunut autismikirjon häiriön riski on varhain syntyneillä keskosilla. (Socada 2020.)

2.1 Oireet

Autismikirjon häiriöt ilmenevät lapsuudessa, jolloin lapsen kehitys poikkeaa normaalista. Vaikka kliininen kuvaus on jokaisella yksilöllinen, tunnusomaisia piirteitä ovat kommunikaation vaikeudet, rajoittuneet toistuvat käytösmallit, tietyt tai selkeät kiinnostuksen kohteet ja toiminnot sekä sosiaalisen vuorovaikutuksen vaikeudet. (Castrén 2019b, 42.) Oireet ovat yksilöllisiä, ja niiden vaikeusasteet vaihtelevat. Termi autismikirjo pyrkii kuvailemaan oireiden moninaisuutta. Kuitenkin oireiden moninaisuudesta huolimatta häiriöitä ilmenee kahdella pääalueella, jotka ovat rajoittuneet käytösmallit sekä vuorovaikutuksen ja kommunikaation poikkeavuus (kuva 1). Rajoittuneisuudella tarkoitetaan toistuvia ja joustamattomia käytösmalleja tai poikkeavia ja rajoittuneita kiinnostuksen kohteita. (Socada 2020.)



Kuva 1. Autismikirjon oireiden kaksi pääaluetta (Socada 2020)

Vuorovaikutus toisten ihmisten kanssa voi olla erilaista, ja omaan ikäryhmään verrattuna autistisen kiinnostuksen kohteet ja harrastukset voivat poiketa. Usein autistisen henkilön voi olla vaikea ymmärtää, miltä toisesta tuntuu, mitä toiset ihmiset ajattelevat ja miksi toiset toimivat oman käyttäytymismallinsa mukaisesti eivätkä samoin kuin autismikirjolainen itse. Autistiselle henkilölle voi olla haastavaa ymmärtää, kuinka toimia soveliaasti eri tilanteissa. Autismikirjon häiriöissä on usein tarve omien rutiinien toistamiseen ja yksilön käytös voi olla kaavamaisista. Kaavamaisella toiminnalla voidaan tarkoittaa esimerkiksi yleensä lapsuudessa ilmenevää kaavamaisista oman vartalon heijaamista tai

käsien läpsyttelyä. Teini-iässä tunne-elämään liittyvät vaikeudet voivat korostua, ja teinivuosina tuen tarve voi olla suurempaa sekä haastava käyttäytyminen voi lisääntyä. Aikuistuttuaan osa tarvitsee vähäistä tukea ja osa elää itsenäisesti, mutta suurin osa kuitenkin tarvitsee jatkuvaa tukea. (Socada 2020.)

Tautiluokituksen muutoksen vuoksi autismikirjon häiriöitä ei luokitella nykyisin enää omiksi diagnooseiksi. Esimerkiksi aikaisemmin erästä oirekokonaisuudesta käytetty diagnoosi Aspergerin oireyhtymä ei ole enää nykyisin käytössä, vaan sen katsotaan olevan osa laajaa autismikirjoa. (Socada 2020.) Varhaislapsuudessa voidaan tehdä huomioita, jotka voivat viitata autistisuuteen. Esimerkiksi lapsella voi olla vaikeuksia reagoida vuorovaikutukseen, hän ei reagoi nimeensä, puheen kehitys viivästyy tai lapsi kiinnittää poikkeuksellisen vähän huomiota toisiin ihmisiin. Lapsen myöhemmässä kehityksessä voidaan vielä huomata, että esimerkiksi lapsi ei ota mallia aikuisilta, hänellä on vaikeuksia leikkiä toisten lasten kanssa ja lohdutukseksi pyrkii rauhoittamaan itse itsensä. Kliinikot ovat kiinnittäneet huomiota myös muihin piirteisiin autistisissa lapsissa. Näitä ovat muun muassa lapsen poikkeava katsekontakti, reagointi ääniin ja tuntokosketuksiin, vaikeus pitää sylissä, poikkeava unirytmii ja reagoimattomuus ympärillä oleviin tapahtumiin. (Timonen 2019c, 58.) Lapsuudessa aikuisen tuki on ehdottoman tärkeää. Aikuisen tehtävänä on opettaa ja ohjata lasta säätelemään käytöstään, auttaa kommunikaatiossa ja vuorovaikutustaidoissa sekä ymmärtää, mikä on sopiva määrä kuormittavia tekijöitä autistisen lapsen ympärillä. Myös aikuisen rakentama arjen struktuuri on tärkeää. Strukturoinnilla tarkoitetaan esimerkiksi toiminnan ja ajan jäsentämistä. Joskus iän myötä autismin ydinoireet voivat lievittyä. (Autismiliitto 2023a.)

2.2 Aivojen toiminta

Tutkimusten mukaan henkilöillä, joilla on todettu autismikirjo, on poikkeavuuksia aivoissaan. Ihmisen aivoissa okaset ovat niitä, joiden kautta kulkee hermosolujen välisiä signaaleja soluihin. Hermosolujen yhteistoiminta ohjaa ihmisen ajatuksia, liikettä ja havaintoja. Tutkimuksissa on huomattu, että autismikirjoilaisilla okaset ovat poikkeavan muotoisia ja niitä on neurotyypilliseen verrattuna enemmän. (Castrén ym. 2021.) Courchesne ym. (2003) tiedottivat tutkimuksessaan havaitussa löydöksestä, jonka mukaan autismissa, erityisesti lapsuuden autismikirjossa, voi osasyynä kirjon muotoutumiselle olla aivojen liian

varhaisessa vaiheessa tapahtuva ripeä kasvu. Nykytiedon valossa nopea kasvu johtaa siihen, että solujen välisiä yhteyksiä alkaa muotoutumaan poikkeavalla tavalla. Courchesne ym. (2003) huomasivat myös, että autismikirjon lapsen synnyttyä sekä pää että aivot olivat normaalia pienemmät, mutta 4–16kk iässä pää ja siten myös aivot kasvoivat tavallista nopeammin. Tutkimuksessa noin 90 %:lla autistisista lapsista havaittiin olevan kahden–kolmen vuoden iässä poikkeuksellisen suuri pään ympärysmitta. (Timonen 2019a, 72.) Autismikirjon henkilöiden aivot toimivat osittain samalla tavalla kuin neurotyypillisten, mutta he hahmottavat maailmaa eri tavalla. Osa arkisista asioista hoiuu helposti, ja osan kanssa voi olla suuriakin haasteita. Vaikeuksia voi tuottaa kokonaisuuksien, asiayhteyksien ja erilaisten tilanteiden hahmottaminen, mutta tyypillisesti erilaiset yksityiskohdat jäävät hyvin mieleen. (Socada 2020.) Muistivaikeudet eivät lukeudu autismikirjon oirekuvaukseen, mutta autismikirjolla on vaikutusta työmuistiin, sosiaaliseen muistiin ja tapahtumamuistiin (Castrén ym. 2021).

2.3 Monisairastaminen

Autismikirjoon kuuluu vahvasti rinnakkaissairastaminen sekä muita kehityksellisiä häiriöitä. Vuonna 2013 Mannion ja Leader huomasivat, että 79 % prosentilla lapsista, joilla oli todettu autismikirjo, oli myös jokin rinnakkaissairaus. Kun tutkimuksessa ei huomioitu kehitysvammaisuutta, oli tulos 46 %. Yleisimmin rinnakkaissairautena autismikirjon henkilöillä raportoidaan olevan aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriöitä, epilepsiaa, unihäiriöitä, aggressiivisuutta, älyllistä kehitysvammaisuutta sekä ahdistuneisuus- ja mielialahäiriöitä. (Castrén 2019b, 42–43.) Mielialahäiriöiden, kuten masennuksen ja ahdistuneisuuden, tuomien tunteiden ilmaisu on useimmiten vaikeaa autisteille. Masennus saattaa oireilla vähenevänä kiinnostumisena, itsensä huolehtimiskyvyn heikkenemisenä, ruokahalun muutoksina, mieluisista asioista kieltäytymisenä ja lisääntyvänä haastavana käyttäytymisenä. Autistisen henkilön kokema ahdistus johtuu useimmiten odottamattomista tilanteista ja rutiinien muuttumisesta tai häiriintymisestä. Myös vahvat aistiärsykkeet, kuten äänet tai valot, voivat tuottaa ahdistusta. Kun autistinen henkilö on ahdistunut, voi pakonomaiset toiminnot korostua. (Koskentausta ym. 2018, 1495.)

2.4 Arjen tukitoimet

Autistisella saattaa olla useita stressitekijöitä arjessa, ja silloin voi joutua ponnistelemaan monissa asioissa ja tilanteissa. Stressi koetaan yksilöllisesti, mutta tyypillisiä oireita ovat muun muassa ärtyneisyys, muistivaikeudet, ahdistuneisuus, päätöksenteon vaikeus ja unihäiriöt. Nepsy-oireiset, kuten autismikirjolaiset, hyötyvät pienistäkin apukeinoista omassa arjessaan. (Savikuja & Puustjärvi 2022, osa 2.) Usein arjen etukäteistäminen ja säännöllisyys tuovat rauhallisuutta autistiselle henkilölle. Arjen kulkua voidaan hahmotella esimerkiksi kuvakortein, jotka kertovat, missä järjestyksessä päivän aikana on tarkoitus tehdä asioita. Autismikirjon henkilöt hyötyvät, kun kieltojen sijaan asioita ilmaistaan odotusten pohjalta: esimerkiksi ”älä syö käsin” voidaan ennemmin ilmaista ”syö haarukalla”. (Socada 2020.) Neurokirjon haasteet näkyvät pääsääntöisesti arjessa yksilön aistisäätelyssä, tekemiseen tarttumisessa ja sen lopettamisessa, tunne-elämässä sekä vuorovaikutuksessa ja toiminnanohjauksessa. Säännöllinen struktuuri, rutiinit, selkeys ja ennakointi helpottavat asioiden sujumista arjessa. (Savikuja & Puustjärvi 2022, osa 2.)

Jokainen neuropsykiatrisesti oireileva tarvitsee yksikölliset tukitoimet tukemaan arkea. Kun arjen tukitoimet ovat toimivia, paranee kokonaisvaltaisesti elämänhallinnan kyky. Tärkeää on, että henkilö itse tunnistaa omat voimavansa ja vahvuutensa. Arkea ja oireita voidaan sujuvoittaa ja hallita esimerkiksi muokkaamalla ympäristöä, muuttamalla omaa toimintaa, käyttämällä erilaisia apukeinoja ja menetelmiä sekä opettelemalla uusia taitoja. Optimaalinta olisi, jos kaikkia näitä voitaisiin yhdistää ja saada siten aikaan haluttu lopputulos. (Savikuja & Puustjärvi ym. 2022, osa 2.) Autismiliitto on koonnut verkkosivuilleen konkreettisia vinkkejä, kuinka tukea arjen sujuvuutta eri osa-alueilla. Esimerkiksi ”vuorovaikutus ja tunteet” -osa-alueella kerrotaan, miten käyttää vuorovaikutusmerkkejä. Nämä merkit kertovat muille ihmisille, kuinka yksilö haluaa tulla kohdatuksi sanattomasti. Merkit mahdollistavat yksilön osallistumisen ja kohdatuksi tulemisen. (Autismiliitto 2023c.)

Arjen strukturoinnin lisäksi yleinen tukitoimi on jonkinlainen terapia. Terapioiden tarkoituksena on lisätä käyttäytymisvalmiuksia sekä vahvistaa erilaisten tilanteiden osalta myönteistä ja merkityksellistä käyttäytymistä. Kuntoutuksen tulee alkaa varhaisessa vaiheessa ja sen tulisi olla intensiivistä. Myöhemmällä

iällä tapahtuvan terapian ja kuntoutuksen perusta on sama kuin pienten lasten kuntoutusohjelmissa: perusta on käyttäytymisanalyysi ja kognitiivinen käyttäytymisterapia. (Timonen 2019d, 294–296.)

Aikuinen autismikirjolainen saa tarpeitaan vastaavaa tukea todennäköisesti parhaiten oman kuntansa vammaispalveluiden kautta. Palveluiden hakemista eli mistä mikäkin palvelu kannattaa hakea, määrittelee lainsäädäntö. Kelan tarjoama kuntoutus pyrkii ylläpitämään ja palauttamaan toimintakykyä sekä auttamaan esimerkiksi sopeutumisessa jonkin sairauden tai vamman kanssa. Kelan kuntoutus voidaan tarjota esimerkiksi toimintaterapian, psykoterapian, puheterapian tai koulutuksen avulla. Kelasta voi hakea monenlaista kuntoutusta. Yksi esimerkki on vaativa lääkinällinen kuntoutus, jonka päätöksellä yksilö voi saada erilaisia terapioita tai moniammatillista yksilökuntoutusta maksuttomasti. (Autismiliitto 2022a.) Vaativan lääkinällisen kuntoutuksen päätöksellä saa esimerkiksi yksilö- tai ryhmäpsykoterapiaa, puheterapiaa, ratsastusterapiaa tai toimintaterapiaa. (Puustjärvi 2022, osa 1.)

3 TOIMINNANOHJAUS

Eksekutiiviset taidot eli toiminnanohjauksen taidot ovat osa itsesäätelyä. Niiden tarkoitus on auttaa ja ohjata henkilöä kohti joustavaa, määrätietoista toimintaa. (Sandberg 2021, osa 3.) Toiminnanohjauksessa yhdistyvät yksittäiset tiedonkäsittelytapahtumat. Joustavuus tarkoittaa toiminnanohjauksen muuttamista tilanteen vaatiessa. Hyvät toiminnanohjauksen taidot mahdollistavat suunnitelmallisesti, tarkoituksenmukaisesti sekä sosiaalisesti hyväksyttävällä tavalla toimimisen. (Puustjärvi 2022, osa 1.) Toiminnanohjaukseen tämänhetkisen tutkimustiedon mukaan kytkeytyy kolme keskeistä asiaa: jo aikaisemmin mainittu joustavuus, työmuistin sisältöjen päivittäminen sekä reaktioiden hillitseminen ja epäoleellisten ärsykkeiden ehkäiseminen eli inhibitio. Näihin kolmeen asiaan nivoutuvat ihmisen toiminnanohjauksen ja tarkkaavuuden säätelytoiminnot. Prosessina toiminnanohjaus on monimutkainen palapeli, joka vaatii järjestelmällisyyden ja joustavuuden lisäksi itsesäätelyä ulkoisia ja sisäisiä ärsykeitä vastaan. (Sandberg 2021, osa 3.) Kun palapelin palat ovat koossa, on yksilöllä kyky toimia päämäärätietoisesti, jäsennellysti ja suunnitellusti kohti asetettua ja tiedostettua tavoitetta (Autismiliitto 2023b).

Toiminnanohjausta vaativat kaikki arjessa tehtävät ja koettavat asiat. Tästä konkreettinen esimerkki on esimerkiksi kaupassa käyminen. Mietitäänpä, kuinka paljon se vaatii toiminnanohjauksen taitoja. Ensiksi tarkoituksena on pukea ulkovaatteet ja ottaa mukaan avaimet sekä lompakko. Tämän jälkeen mennään ulos ja päämäärätietoisesti ulkoisista ja sisäisistä ärsykkeistä huolimatta kävellään kohti kauppa. Kaupassa yksilö käy järjestelmällisesti eri hyllyjä läpi ja ottaa tuotteet, jotka kauppalistassa lukee. Menee kassalle, maksaa, pakkaa ostokset ja kävelee kotiin jälleen välittämättä ärsykkeistä. Saapuu kotiin, riisuu ulkovaatteet, purkaa kauppakassin ja näin reissu on tehty. Toimintona kaupassa käyminen on hyvin arkinen asia, joka ei vaadi neurotyypillisiltä juurikaan keskittymistä tai suunnittelua, koska toiminnanohjauksen taidot ja palat ovat hyvin yhteydessä toisiinsa. Jos prosessia tarkastellaan ei-neurotyypillisen näkökulmasta, jonka toiminnanohjaustaidot ovat puutteelliset, alkaa kauppareissu näyttäytyä hyvin monimutkaisena ja moniosaisena kokonaisuutena. Entäpä jos maksupäätö ei olisikaan kaupassa toiminut ja olisi yhtäkkiä joutunut lähteä nostamaan käteistä maksamista varten? Autismikirjon henkilöillä on usein vaikeuksia suunnata omaa toimintaa. Vaikeuksia voi olla tulevan suunnittelemisessa, ennakoimisessa, missä järjestyksessä tehdä asioita ja ajallisessa havainnoinnissa. Heille voi olla hyvin tärkeää tehdä asiat tietyllä tavalla ja normaalissa opitussa/totutussa järjestyksessä. Muutokset toiminnan aikana voivat estää tai vaikeuttaa toiminnan etenemistä. Käytös ulospäin voi vaikuttaa tällöin välinpitämättömältä, itsepäiseltä ja omaehtoiselta, mutta mitä todennäköisemmin kyseessä on toiminnanohjaukseen liittyvä haaste ja siitä johtuva käytös. (Autismiliitto 2022b.)

On tavallista, että kehityksellisissä neuropsykiatrisissa häiriöissä, kuten autismikirjossa, esiintyy vaikeuksia toiminnanohjauksessa. Häiriöiden ydinoireet saattavat olla suoraan yhteydessä toiminnanohjaukseen. Esimerkiksi autismikirjossa kognitiivisen joustavuuden puute ja taitojen yleistymisen puute vaikeuttavat toiminnanohjausta. Kognitiivisella joustavuuden puutteella tarkoitetaan joustamattomia toimintatapoja, juuttumista ja jäykkyyttä. Näiden lisäksi autisteilla saattaa esiintyä yleisluontoisia sekä laaja-alaisempia toiminnanohjauksen haasteita, jotka haasteellistavat arjen sujuvuutta ja itsenäistä tekemistä. (Puustjärvi 2022, osa 1.) Esimerkiksi arjen rutiineja voi olla vaikea hah-

mottaa ilman tukea tai kotona opittuja taitoja voi olla vaikea siirtää toiseen ympäristöön. Autististen toiminta saattaa myös ajoittain näyttäytyä muille epäloogisena, kun he toteuttavat itseluotuja rutiinejaan. (Autismiliitto 2023b.)

Autismikirjon häiriön diagnoosin saanut Veeti kertoo omakohtaisista kokemuksistaan liittyen hänen toiminnanohjauksen taitoihinsa. Veeti kertoo, ettei saa aloitettua toimintaa, mikäli hänellä ei ole tarpeeksi tietoa kuinka aloittaa ja edetä. Hänen mielestään tehtävän toiminnan kaikki vaiheet tulisivat olla selkeästi tiedossa ja niistä tulisi kertoa mitä tehdään, missä tehdään, milloin tehdään ja miksi tehdään. Veetin mielestä tehtävänannossa ei tulisi olla mukana tulkinnanvaraa tai tarpeetonta tietoa. Taitojen yleistymisestä Veeti toteaa, että opittujen asioiden yleistäminen on haastavaa. Esimerkiksi kahvin keittäminen voi vaatia kymmenen toistoa tietyn kahvinkeitin äärellä. Toistoja todennäköisesti tarvitsee kymmenen lisää, jos kyseessä on tuntematon kahvinkeitin. (Autismisäätiö 2014.) Vaikka jokainen meistä on yksilö, uskomme, että Veetin kokemukset ja ajatukset toiminnanohjauksesta ovat samankaltaisia kuin monen muun autismikirjolaisen.

Toiminnanohjausta voi tukea ylläpitämällä yksilön toimintakykyä, luomalla tavoitteita, strukturoimalla, ennakoimalla, muokkaamalla ympäristöä, hallinnoimalla aikaa, harjoittelemalla erilaisia taitoja, herättelemällä mielenkiintoa ja ylläpitämällä sitä. Esimerkiksi ympäristöä missä yksilö toimii, voidaan muokata vähemmän häiriöitä sisältäväksi tai motivaatiota voidaan vahvistaa kannustamalla tai kiinnostavalla tekemisellä. Kaikkien näiden tukikeinojen lisäksi on tärkeää miettiä aina kunkin asian edessä, mikä on minkäkin asian tavoite ja mitä kohti on tarkoitus mennä. Käytettäviä keinoja tulee arvioida jatkuvasti sekä keilla tarvittaessa jotakin uutta. (Puustjärvi ym. 2022, osa 2.)

4 SISÄINEN JA ULKOINEN MOTIVAATIO

Konkreettisesti motivaatio tarkoittaa sitä, että ihminen on kiinnostunut jostain asiasta, esimerkiksi urheilusta, ja tämä kiinnostus motivoi harrastamaan eli urheilemaan. Yleisellä tasolla motivaatiossa on kyse käyttäytymisestä tai toiminnasta sekä niitä virittävistä ja ohjaavista tekijöistä. Motivaatioon liitettäviä teki-

jöitä ovat kiinnostus, tekemisen/asian mielekkyys ja mieltymys. Motivaatio po-
veutuu sanasta motiivi. Motiivi on toiminnan syy tai aihe. (Laitinen 2021.) Arki-
kielessä motivaatio-sanaa käytetään suppeasti, vaikka kyseessä on laaja kä-
site. Ihmisillä on yksilöllisiä eroja motivaatiossa, ja osalla saattaa olla motivaatio-
haasteita. Motivaatiohaasteisiin vaikuttavat elinympäristö sekä psyykinen
hyvinvointi. Elinympäristö, eli ulkoiset tekijät, sekä psyykinen hyvinvointi, eli
sisäiset tekijät, ovat vahvasti yhteydessä toisiinsa ja muokkaavat yhteisvaiku-
tuksella ihmisen motivaatiota. Tärkeää on, että ympäristö tukee yksilön psyko-
logisia perustarpeita. (Vasalampi 2022, osa 1.) Kun ihmisellä on psyykkisiä
haasteita tai elinympäristö ei tue ihmistä riittävästi, tilanteesta todennäköisesti
koituu yksilölle motivaatiohaasteita.

Itsemääräämisteoriaan liittyvien tutkimustulosten pohjalta tehty havainto on,
että kaikki ihmiset motivoituvat, kun he saavat päättää itse siitä, mitä tekevät,
ja halu toimia tulee sisältämme. Ulkoinen paine ja pakko heikentävät kiinnos-
tusta ja intoa toimia. Kun motivaatio ei ole lähtöisin yksilöstä itsestään vaan ul-
kopuolelta, on kyse ulkoisesta motivaatiosta. (Vasalampi 2022, osa 1.) Sisäi-
nen motivaatio tarkoittaa sitä, että yksilöllä on sisäinen halu tehdä hänelle
mielekkäitä asioita. Tekeminen vetää puoleensa, se on usein itsessään ener-
gisoivaa ja yksilö haluaa tehdä asian, vaikka luvassa ei olisi mitään ulkoista
palkkiota. Ulkoinen motivaatio on tämän vastakohta: se on riippuvainen ympä-
ristöstä, ja silloin motivaattorina toiminnalle toimii jokin muu kuin yksilö itse.
(Martela & Jarenko 2014, 14.) Ulkoisia motivoivia tekijöitä on monenlaisia: esi-
merkiksi ulkoinen paine, tehtävästä seuraava palkkio tai toiminnan välineelli-
nen arvo yksilölle. Välineellisellä arvolla tarkoitetaan, että ihminen ei toimi
siksi, että tehtävä asia olisi mukava tai kiinnostava vaan saavuttaakseen toi-
minnan avulla jotakin. Arkinen esimerkki on siivoaminen: harva tykkää siivota,
mutta siivous tehdään, jotta voidaan nauttia puhtaasta kodista. (Vasalampi
2022, osa 1.) Kun sisäinen motivaatio on pitkäkestoista, ovat vastavuoroisesti
ulkoiseen motivaatioon liitettävät palkkiot lyhytkestoisia (Terveysverkko s.a.).

Usein saatetaan ajatella, että sisäinen motivaatio on optimaalisin motivaation
muoto ja ulkoinen motivaatio haitallista onnistuneen lopputuloksen kannalta
(Vasalampi 2022, osa 1). Sisäinen motivaatio innostaa ja motivoi parhaiten ih-
mistä (Martela & Jarenko 2014, 14). Tärkeää on kuitenkin muistaa, että kaikki
motiivit eli syyt, miksi teemme jotain asiaa, sisältävät jossain määrin ulkoista

motivaatiota. Esimerkiksi ihmisen halu opiskella tietty ammatti kumpuaa sisäistä motiiveista, mutta yleensä mukana on aina myös ulkoista motivaatiota. Uusi ammatti voi nostaa sosiaalista arvoamme, minkä vuoksi haluamme opiskella kyseisen ammatin. Tällöin motiivi on ulkoinen. Tutkimuksissa on havaittu, että tietynlaiset ulkoiset motiivit tukevat yksilön hyvinvointia ja suoriutumista. (Vasalampi 2022, osa 1.) Palkitsemisen avulla voidaan kehittää ulkoista motivaatiota: palkkiot voivat auttaa yksilöä silloin, kun ponnistellaan lyhyemmän ajanjakson ajan (Opinvoimala s.a.). Jos tavoitteet kuitenkin jäävät vain ulkoisten motiivien varaan eivätkä ne sisäisty, luopuu yksilö helposti tavoitteista kohdatessaan haasteita tai vastoinkäymisiä. Ulkoinen motiivi saattaa saada yksilön aloittamaan toiminnan, mutta ei tue sinnikkyyttä tai sitkeyttä samaan tapaan kuin sisäinen motivaatio. Oikeanlaisessa ympäristössä motivaatio lähtee luonnollisesti sisäistymään. (Vasalampi 2022, osa 1; Martela & Jarenko 2014, 15.)

THL mainitsee sosiaalisen kuntoutuksen oppaassaan, että motivoituminen sosiaaliseen kuntoutukseen ja kuntoutuksen tuomaan muutokseen saattaa saada alkunsa jostain pienestä virikkeestä. Oleellisinta on, että virike jollain tavalla kytkeytyy yksilön sen hetkisiin tarpeisiin ja tunteisiin. Virike voi olla esimerkiksi jokin merkityksellinen kohtaaminen, ajatus, tunne tai asia. Kuntoutuksen on vastattava yksilön omia tavoitteita ja tarpeita, jotta yksilöllä on motivaatiota osallistua kuntoutukseen ja, jotta kuntoutus on aidosti hyödyllistä. Sisäisen motivaation on mahdollista syntyä, kun yksilö kokee, että hänellä on vapaus tehdä omia päätöksiä ja hänelle tarjotaan riittävästi tukea tavoitteiden saavuttamiseksi. (THL 2020.)

Miksi motivaatio voi puuttua? Syitä on tietenkin useita, mutta usein kyseessä on ajatus siitä, ettei yksilö voi vaikuttaa lopputulokseen tai hänellä ei ole mahdollisuutta tai kykyä tehdä asiaa. Syynä voi myös olla kiinnostuksen puute asiaa kohtaan tai vaikkapa uhmakkuus. Termi amotivaatio tarkoittaa haluttomuutta, passiivisuutta ja piittaamattomuutta asioita tai tehtäviä kohtaan. Tutkimusten mukaan yleistynyt passiivisuus ja kokemus omasta kyvyttömyydestä ovat seurausta pitkään jatkuneista kielteisistä kokemuksista. (Vasalampi 2022, osa 1.)

Autismisäätiö on julkaissut vuonna 2014 tekstin, jossa autismikirjon häiriön diagnoosin saanut Veeti kertoo omakohtaisia kokemuksiaan. Veeti pohtii tekstin alussa omaa motivaatiotaan. Hän erittelee, että siihen vaikuttaa hänen oppimistyyliinsä, muiden odotukset, palkinnot ja rangaistukset, epäonnistumiset, tehtävien ja tavoitteiden mielekkyys sekä tarkoituksenmukaisuus ja ympäristö. Näiden asioiden lisäksi Veetin mielestä hänen motivaatioonsa vaikuttaa hänen autistiset piirteensä, kuten vaikeus hahmottaa kokonaisuuksia ja hahmottamisen vaikeus siinä, kuinka asiat olisivat järkevin tehdä ja missä järjestyksessä. Asioiden tekeminen samanaikaisesti on haastavaa Veetille, esimerkiksi kuunteleminen ja kirjoittaminen samanaikaisesti. Veeti toteaa, että kaikkien näiden asioiden summa voi vaikuttaa siltä, ettei autismikirjon henkilöillä ole motivaatiota tehdä asioita tai he vaikuttavat saamattomilta. Tekstissä Veeti kertoo usein pohtivansa mitä seuraa, jos hän saa jonkin asian suoritettua ja mitä seuraa, jos hän ei suorita sitä. Veeti toteaa, että usein suurelleen palkinnot eivät saa motivoitumaan tehtävää/asiaa kohtaan, jos hän tiedostaa esimerkiksi mahdollisuuden omaan epäonnistumiseen. (Autismisäätiö 2014.) Veetin kirjoittaman tekstin perusteella voidaan ajatella, että hänen motivaatioonsa vaikuttaa sisäisen motivaation lisäksi vahvasti ulkoiset motiivit.

5 ELÄINAVUSTEISUUS

Eläinten läsnäolon merkitys ihmisten hyvinvoinnille on havaittu jo kauan aikaa sitten. Tiedämme, että ihmisillä ja eläimillä on tuhansien vuosien mittainen yhteinen historia. Sen lisäksi, että eläimet ovat olleet aluksi ihmiselle riistaa, ovat ne tulleet kesytyntyessään eri tavoilla osaksi kansakuntien kulttuuria ja historiaa. Ajan saatossa ihmisten ja eläinten sosiaalinen kanssakäyminen lisääntyi ja eläimistä alkoi muodostua ihmisille myös tärkeitä lemmikkieläimiä. (Ervast & Raukola-Lindblom 2022a, 13–14.) 1700-luvulla havaittiin muun muassa eläinten hoitamisen merkitys lasten tunteiden, kuten ystävällisyyden, hellyyden, vastuuntunnon ja armon, sekä reflektiokyvyn kehityksessä. Mielen terveystoimien hoidossa eläimiä alettiin käyttämään 1800-luvulla. Eläinten läsnäolo teki laitoksista miellyttävämpiä ja vähemmän laitosmaisia, ja laitokset tarjosivat sosiaalista tukea ja mielihyvän kokemuksia potilaille. 1900-luvulla eläimiä käytettiin muun muassa psykoterapiapotilaiden kuntoutuksessa. (Fine 2019, luku 2.5.)

Vuosisatojen saatossa ihmisten ja eläinten välinen sidos on yhä vahvistunut ja yhteiselo on löytynyt monia ulottuvuuksia. Ervast ja Raukola-Lindblom (2022a) kertovat kirjassaan, että ihmisen ja eläimen välisestä sidoksesta käytetään käsitettä Human-Animal Bond, HAB, ja se ”määritellään molemmin puoleisesti hyvää tekeväksi ja dynaamiseksi suhteeksi ihmisen ja eläimen välillä.” Siihen sisältyvät niin emotionaalinen kuin psyykinen, ja fyysinen yhteistoiminta ihmisten, eläinten ja ympäristön välillä. Tästä tulee käsite ihmisen ja eläimen välinen vuorovaikutus (Human-Animal Interaction, HAI). (Ervast & Raukola-Lindblom 2022a.) Eläinavusteinen työskentely tarkoittaa sitä, että ammattilaisen kanssa työparina toimii jokin eläin. Eläin voi käytännössä olla minkä tahansa työhön soveltuvan eläinlajin edustaja, useimmissa tapauksissa se on kuitenkin hevonen tai koira. Eläinavusteista työskentelyä toteutetaan niin tavoitteellisena, strukturoituna ja dokumentoituna kuin myös vapaamuotoisempina toimintana (Ervast & Raukola-Lindblom 2022a, 15).

Eläinavusteisuutta käsittelevissä tutkimuksissa ja kirjoissa on käytössä jonkin verran erilaisia käsitteitä, jotka teoksesta ja tekijästä riippuen saattavat vaihdella. Tässä opinnäytetyössä käytämme samoja käsitteitä kuin kansainväliset kattojärjestöt IAHAIO, International Association of Human-Animal Interaction Organizations, ja AAI, Animal Assisted Intervention International. Suomessa on perustettu vuonna 2022 eduskunnan eläinavusteinen työryhmä, joka on työstänyt esityksen eläinavusteisuuden määrittelystä Suomessa. Työryhmä on todennut esityksessään, etteivät kattojärjestöjen termit kata kokonaisuudessaan suomalaista palvelujärjestelmää (Lipponen ym. 2023). Tässä opinnäytetyössä käytämme kuitenkin kansainvälisesti tunnustettuja käsitteitä, sillä Suomessa ei tämän opinnäytetyön kirjoitushetkellä ole vielä virallista ja vakiintunutta omaa käsitteistöä eläinavusteisuudelle.

Eläinavusteista työskentelyä jaotellaan sen perusteella, mihin työskentely painottuu ja mistä asiakasryhmästä on kyse. Eläinavusteisen työskentelyn jaotteen kattoterminä käytetään eläinavusteista interventiota (Animal Assisted Interventions, AAI). Eläinavusteinen interventio on yleensä sosiaali- ja terveydenhuollon tai kasvatus- ja opetusalan ammattilaisen toteuttamaa tavoitteellista, suunniteltua, strukturoitua ja dokumentoitua toimintaa, jonka tarkoituksena on

asiakkaan toimintakyvyn ja hyvinvoinnin edistäminen. Eläinavusteiset interventiot voidaan jakaa edelleen eläinavusteiseen terapiaan (Animal Assisted Therapy, AAT), eläinavusteiseen työnohjaukseen ja valmennukseen (Animal Assisted Counselling/Coaching, AAC) sekä eläinavusteiseen oppimiseen (Animal Assisted Education, AAE). Eläinavusteisuuden parissa on myös vapaaehtoistoimintaa, ja siitä käytetään termiä eläinavusteinen toiminta (Animal Assisted Activity, AAA). (IAHAIO White Paper 2014–2018; Ervast & Raukola-Lindblom 2022a, 15–18; Hautamäki ym. 2021, 12–13, 17.)

Eläinavusteisuudesta on saatavilla kohtalaisen paljon tutkimustietoa niin kansainvälisesti kuin Suomesta. Pääasiassa tutkimuksissa on todettu eläinavusteisuuden olevan hyödyllinen ja vaikuttava menetelmä osana ammatillista työtä tai vapaaehtoistoimintaa. Myös kokemuksellista tietoa on kertynyt paljon, ja se on hyvin samansuuntaista tutkimustulosten kanssa. Kuitenkin saatavilla olevaan tietoon tulee suhtautua kriittisesti, sillä tutkimusmenetelmissä, eläinavusteisten menetelmien käsitteissä ja kuvailussa sekä toteutusmuodoissa on vielä paljon eroavaisuuksia. Jotta eläinavusteisuutta voidaan suosittelaa näyttöön perustuvana hoitomuotona tiettyihin terveysongelmiin, tulee siitä saada tulevaisuudessa lisää systemaattisesti hankittua ja vertailtua tutkimusnäyttöä. (Ervast & Raukola-Lindblom 2022a, 18; Hautamäki ym. 2021, 9; Hautamäki ym. 2018, 54.)

5.1 Koira-avusteisuus

Koira-avusteisuudesta (Canine Assisted) käytetään samankaltaisia termejä kuin eläinavusteisuudesta. Kuten eläinavusteisuudessa yleisesti, myös koira-avusteisuudessa koiran ohjaaja on sosiaali- tai terveydenhuollon tai kasvatus- ja opetusalan ammattilainen. Koira-avusteiset interventiot ovat kattotermi (Canine Assisted Interventions, CAI), ja sen alle voidaan jaotella kaikki muut koira-avusteisen työskentelyn muodot. (Ervast & Raukola-Lindblom 2022a, 18; Hautamäki ym. 2021, 11–13.)

Koira-avusteista terapiaa (Canine Assisted Therapy, CAT) voi tarjota sosiaali- tai terveydenhuollon ammattilainen, kuten esimerkiksi fysioterapeutti, toiminta-

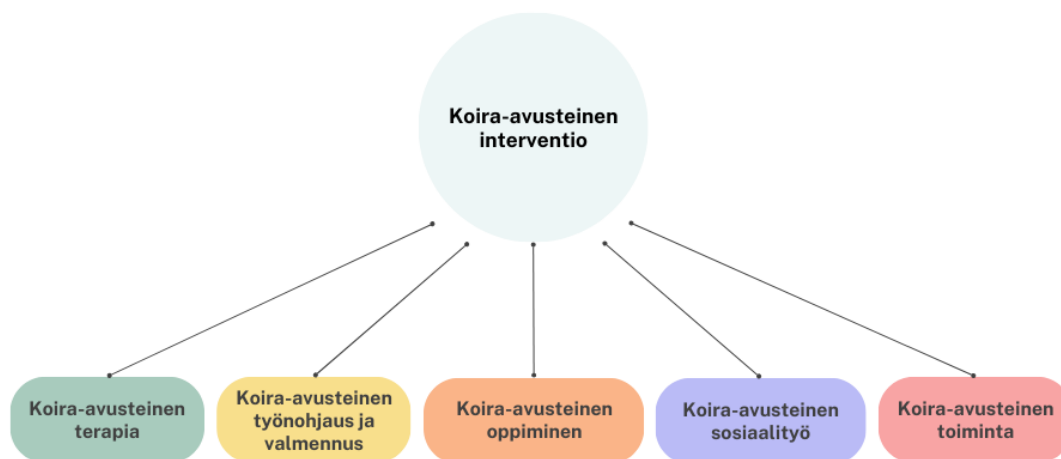
terapeutti, psykoterapeutti, puheterapeutti tai psykologi. Työskentely on tavoitteellista ja tavoitteita on seurattava sekä työskentelyä dokumentoitava. (Ervast & Raukola-Lindblom 2022a, 18; Hautamäki ym. 2021, 11–13.)

Koira-avusteisessa oppimisessa (Canine Assisted Education, CAE) koira voi olla kasvatus- ja opetusalan ammattilaisen mukana esimerkiksi päiväkodissa, koulussa tai muussa oppilaitoksessa tukemassa oppimista ja hyvinvointia. Työskentely on tavoitteellista ja sitä on dokumentoitava. (Ervast & Raukola-Lindblom 2022a, 18; Hautamäki ym. 2021, 11–13.)

Koira-avusteinen työnohjaus ja valmennus (Canine Assisted Coaching, CAC) on alan ammattilaisen tarjoamaa ammatillista työnohjausta tai valmennusta. Se on päämäärätietoista työskentelyä, jota on myös dokumentoitava. (Ervast & Raukola-Lindblom 2022a, 18; Hautamäki ym. 2021, 11–13.)

Koira-avusteisessa sosiaalityössä (Canine Assisted Social Work, CASW) sosiaalialan ammattilainen tuottaa koira-avusteista työskentelyä esimerkiksi lastenkodeissa, vanhustyössä, kuntouttavassa työssä tai sosiaalityöntekijän kotikäynneillä. Tavoitteellista ja dokumentoitavaa työskentelyä. (Hautamäki ym. 2021, 11–13.)

Koira-avusteinen toiminta (Canine Assisted Activity, CAA) on vapaaehtoistoimintaa, joka ei ole yhtä päämääräorientoitunutta kuin ammatillinen toiminta. Toiminnalla on kuitenkin aina jokin tavoite, esimerkiksi ihmisten ilahduttaminen. Tällaista toimintaa ovat esimerkiksi kaverikoira-toiminta sekä koirien vierailut vanhusten ja vammaisten hoitolaitoksissa tai kirjastoissa lukukoirina. (Ervast & Raukola-Lindblom 2022a, 18; Hautamäki ym. 2021, 11–13.)



Kuva 2. Koira-avusteisten interventioiden jaottelua (Ervast & Raukola-Lindblom 2022a; Hautamäki ym. 2021)

Koira-avusteisessa interventiossa ammattilaisen työparina toimii tehtävään koulutettu ja soveltuva koira. Suomessa ammattilainen yleensä itse hankkii ja kouluttaa koiran vastaamaan asiakasryhmänsä tarpeita. Tämä vaatii ammattilaiselta oman vankan ammatillisen osaamisensa lisäksi perehtymistä eläinavusteiseen työskentelyyn, riskien hallintaan, eettisyyteen ja eläimen oikeuksiin. Ammattilaisen on tunnettava työssä käytettävä koira perin pohjin, joka edellyttää perehtymistä eläinten käyttäytymiseen ja kouluttamiseen. (Ervast & Raukola-Lindblom 2022a.) Suomessa viranomaiset eivät vielä valvo tai säätele eläinavusteisten menetelmien käyttöä. Standardien luominen koira-avusteisten menetelmien käyttöön sekä koirien soveltuvuuteen ja koulutukseen on kuitenkin aloitettu (Hautamäki ym. 2021, 10). Tällä hetkellä esimerkiksi Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry järjestää täydennyskoulutusta ammattilaisille ja soveltuvuuskokeita työkäyttöön tarkoitetuille koirille.

Ammattilainen toimii omasta osaamisestaan ja ammatillisesta viitekehyksestään käsin ja toteuttaa koira-avusteista työskentelyä omalla tavallaan. Työskentely on kuitenkin aina suunniteltava niin, että se tukee asiakkaan tavoitteiden saavuttamista ja keskiössä on niin asiakkaan kuin eläimen hyvinvointi. Tavoitteiden toteutumista on seurattava, ja koko prosessia dokumentoitava ja arvioitava. (Hautamäki ym. 2021, 11–13.)

Erilaisia koira-avusteisuuden menetelmiä on koottu yhteen Eeva Kahilanien *Eläinavusteinen interventio – asiakkaan toiminnallisuuden tukeminen*

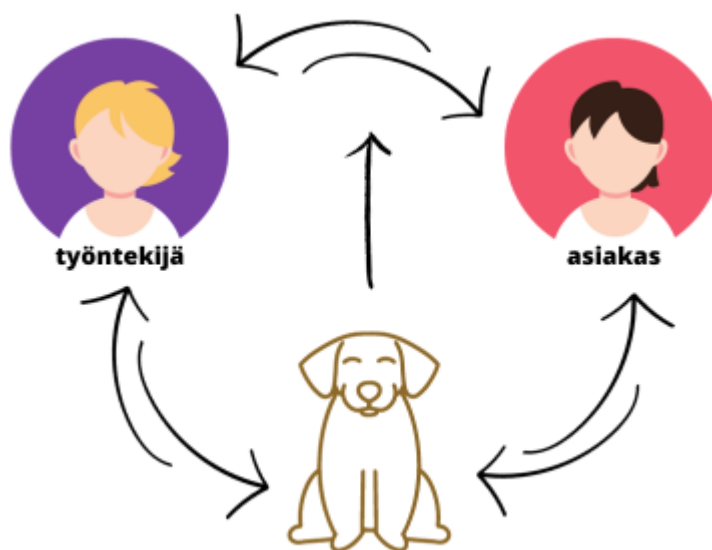
koira-avusteisin menetelmin -kirjaan. Koira voi muun muassa pyörittää taskunoppaa, jonka taskuissa on erilaisia kysymyksiä tai lauseita, joista voidaan keskustella yhdessä asiakkaan kanssa. Koira voidaan harjata, sen kynsiä leikata tai korvia puhdistaa ja näin harjoitella samalla asiakkaan omasta hygieniasta huolehtimista. Koiran kanssa voidaan harjoitella aistituntemuksia ja vuorovaikutustaitoja esimerkiksi tassun antamisen ja katsekontaktin avulla. Luottamusta voidaan rakentaa ja motorisia taitoja kehittää yhteisillä kävelyillä, jolloin asiakas saa taluttaa ammattilaisen kanssa koira. Koiran elekielen tarkkailua ja kuvailua voidaan myös hyödyntää asiakkaan sosiaalisten ja eettisten taitojen harjoittelussa. (Kahilaniemi 2020.) Sen lisäksi, että koiran kanssa toimitaan asiakkaan kotiympäristössä tai ammattilaisen työympäristössä, työskentely voidaan suunnitella toteutettavaksi esimerkiksi kauppaan, hammaslääkäriin tai parturiin, jos asiakkaalla on haasteita sosiaalisissa tilanteissa ja hän kaipaa asiointikäynneille tukea. Tämä edellyttää ohjaajalta etukäteisselvitystä siitä, onko työkoiran sallittua tulla liiketiloihin, joihin asiakkaan kanssa on tarkoitus mennä.

6 IHMISEN JA ELÄIMEN VÄLINEN VUOROVAIKUTUS

Tutkimusten ja kokemusten perusteella tiedetään, että eläimillä on useita positiivisia vaikutuksia ihmisen hyvinvointiin. Vaikutukset ulottuvat kokonaisvaltaisesti ihmisen fysiologiseen, psyykkiseen, sosiaaliseen ja emotionaaliseen puoleen. On todettu, että eläin lisää ihmisten välistä sosiaalista kanssakäymistä ja vuorovaikutusta, tukee ja vahvistaa psyykkistä joustavuutta, vähentää ahdistusta ja aggressiivisuutta, ehkäisee yksinäisyyden ja erilaisuuden tunnetta sekä masennusta, laskee verenpainetta ja vähentää stressiä. (Fine 2019, luku 7; Ervast & Raukola-Lindblom 2022a, 21; Hautamäki ym. 2018, 36–37; Hallyburton & Hinton 2017.) Eläin voi auttaa ihmistä myös oman keho-mieli-yhteyden syventämisessä, sillä eläimet vaistoavat herkästi ihmisen tunteet ja käyttäytymisen. (Hautamäki ym. 2021, 19.)

Fysiologisesti eläin vaikuttaa ihmiseen nostamalla oksitosiinin ja muiden mielihyvähormonien tasoa. Esimerkiksi koiran silittämisen sekä ihmisen ja koiran välisen katsekontaktin on havaittu nostavan niin ihmisen kuin koiran oksitosiinitasoa. Oksitosiinin määrän lisääntyminen veressä vaikuttaa muun muassa

verenpainetta alentavasti ja sydämen sykettä rauhoittavasti. Oksitosiinin erityksellä on auttava vaikutus myös asiakkaan ja terapeutin välisen luottamussuhteen (allianssi) kehittymiselle, sillä oksitosiini-hormoni voi vaikuttaa positiivisesti sosiaalisen vuorovaikutuksen ja emotionaalisen tunneyhteyden syntymiseen. Tämä on tutkimusten perusteella yksi keskeinen osatekijä eläinavusteisten interventioiden vaikuttavuudessa. Allianssilla eli asiakkaan ja ammattilaisen välisellä luottamuksellisella suhteella on merkittävä vaikutus onnistuneeseen kuntoutukseen. Eläin voi toimia turvallisena siltana ihmisten väliselle vuorovaikutukselle. (Ervast & Raukola-Lindblom 2022a, 20–21; Ervast & Raukola-Lindblom 2022b, 82–84; Hautamäki ym. 2018, 36–37.) Eläimen avulla asiakas voi nähdä terapeutin helpommin lähestyttävänä ja luotettavampana. (Fine 2019, luku 24.2.2; Ervast & Raukola-Lindblom 2022b, 85.) Alla oleva kuva 3 pyrkii kuvaamaan eläimen vaikutusta ammattilaisen ja asiakkaan väliseen suhteeseen.



Kuva 3. Eläimen rooli vuorovaikutussuhteissa (Ervast & Raukola-Lindblom 2022b)

Mielestämme sen lisäksi, että eläin vaikuttaa ammattilaisen ja asiakkaan väliseen luottamuksen kehittymiseen ja vuorovaikutussuhteeseen, muodostuu eläimen kanssa jokaiselle yksilöllinen ja ainutlaatuinen vuorovaikutussuhde. Kuten yleensä vuorovaikutussuhteissa, myös eläimen kanssa toimiminen on vastavuoroista. Eläimen ohjaajan vastuulla on aina huomioida ja varmistaa eläimen oikeuksien toteutuminen. Ajattelempa, että laadukkaassa eläinavusteisessa työssä eläin nauttii työstään ja on yhtä lailla vuorovaikutussuhteissa vastaanottava osapuoli, kuten kuvassa 3 pyritään havainnollistamaan.

Eläin voi tukea itsetunnon ja pystyvyyden kokemuksia. Eläimen kanssa toimiessa ihmiselle tarjoutuu mahdollisuus kokea onnistumisen tunteita, jotka kohottavat itsetuntoa ja itseluottamusta. Eläimillä on todettu voivan olla positiivinen vaikutus myös motivaatioon, joka on yksi ratkaiseva tekijä muun muassa neuropsykiatristen asiakkaiden kuntoutuksessa. Eläimen läsnäolo keventää ilmapiiriä, rentouttaa ja tuottaa iloa. Eläin voi auttaa keskittymään, vähentää levottomuutta ja tukea turvallisuuden ja luottamuksen tunteiden kehittymistä. (Ervast & Raukola-Lindblom 2022a; Hautamäki ym. 2021, 20–21.)

On myös todettu, että eläimet lisäävät ihmisten välistä vuorovaikutusta. Esimerkkinä tästä voidaan käyttää koiran ulkoiluttajia, joille ilmiö on varmasti melko tuttu. Ennestään tuntemattomat ihmiset hakeutuvat helpommin juttelemaan, kun keskustelunavaukset on helppo tehdä koirasta tai pyytämällä lupaa silittää koira. (Ervast & Raukola-Lindblom 2022a, 19.) Ihmisten väliseen vuorovaikutukseen liittyy normeja, jotka voivat luoda paineita ja odotuksia sosiaalisissa tilanteissa. Ihminen, jolla on poikkeavat tai puutteelliset vuorovaikutustaidot, saattaa kokea erilaisuuden ja epävarmuuden tunteita sosiaalisissa tilanteissa. Eläin voi madaltaa kynnystä kommunikoida, sillä eläin ei osaa arvostella tai tuomita ihmisen vuorovaikutustaitoja. (Ervast & Raukola-Lindblom 2022b, 82, 90–91.)

6.1 Ihmisen ja koiran välinen vuorovaikutus autismikirjon häiriössä

Autismikirjon häiriössä tyypillistä ovat vaikeudet sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Tutkimukset ovat osoittaneet, että koira voi tuoda ihmisiä yhteen ja tukea sosiaalisten vuorovaikutustilanteiden käynnistymistä. Koira voi toimia kohteena, jonka kanssa harjoiteltu, ja opittu tapa olla vuorovaikutuksessa voi myöhemmin siirtyä vuorovaikutustilanteisiin ihmisten kanssa. Tutkimuksissa on havaittu, että autismikirjon lapsilla, jotka ovat harjoitelleet vuorovaikutustaitoja koiran kanssa, autismikirjon häiriön oireet ovat vähentyneet ja heillä on enemmän sosiaalista reagointikykyä verrattuna lapsiin, jotka eivät ole olleet koiran kanssa. (Fine 2019, luku 18.2.) Koiran kanssa voidaan harjoitella monia vuorovaikutustaitoja, kuten esimerkiksi katsekontaktia, tunteiden tunnistamista ja ilmaisua, kielen käyttötaitoja sekä eleiden tunnistamista. (Ervast & Raukola-

Lindblom 2022b, 85.) Tutkimukset osoittavat, että autismikirjon lapset käyttäytyvät sosiaalisemmin koiran ollessa läsnä. Koira voi myös auttaa luomaan mielekkäämmän terapeutin ympäristön autismikirjon henkilöille. (Fine 2019, luku 18.3.) Mielekkäämpi ympäristö tukee kuntoutusta, ja sitä kautta sillä voi olla vaikutusta myös asiakkaan motivaatioon. (Ervast & Raukola-Lindblom 2022b, 86.) Terapeutin ja asiakkaan väliseen suhteeseen koira vaikuttaa positiivisesti – koirien on todettu lisäävän asiakkaan vuorovaikutusta tapaamisilla ja nopeuttavan luottamuksellisen suhteen syntymistä. (Fine 2019, luku 18.3; Ervast & Raukola-Lindblom 2022b, 85; Hautamäki ym. 2021, 21.)

Autismikirjon häiriössä stressin, ahdistuneisuuden ja masennuksen kokemukset ovat yleisiä. Kuten aiemmassa luvussa mainittiin, tutkimuksissa on havaittu koiran läsnäolon jo itsessään lievittävän ihmisen kokemaa stressiä, ahdistusta ja masennusta. Ihmisten tapa nähdä koirat ja niiden käyttäytyminen iloisena, ystävällisenä ja huolettomana tekee niistä helposti lähestyttäviä. Koiran hännän heilutus, huolettoman näköinen leikki ja painautuminen ihmistä vasten rapsutusten toivossa kohottavat mielialaa. Sosiaaliin tilanteisiin liittyvässä ahdistuksessa koira voi toimia puskurina, joka vähentää ahdistuksen kokemusta. Koira ei tuomitse, ja se on ennakkoluuloton, vaikka ihmisellä olisi poikkeavuuksia vuorovaikutustaidoissa. Tämä tekee niistä verrattomia ystäviä monille autismikirjon henkilöille, joilla voi olla taustalla useita hylkäämisen ja erilaisuuden kokemuksia. (Fine 2019, luku 18.3.)

7 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, millainen merkitys koira-avusteisella valmennuksella on autististen aikuisten toiminnanohjauksen taitoihin ja motivoitumiseen. Opinnäytetyön tavoite on tuottaa uutta tietoa ja tuoda näkyväksi autististen aikuisten kokemuksia koira-avusteisen valmennuksen merkityksestä ja hyödyistä.

Ennen kuin päädyimme nykyisiin tutkimuskysymyksiin, pohdimme useita eri vaihtoehtoja. Myös opinnäytetyön otsikko vakiintui vasta pitkän pohdinnan jälkeen. Olisimme alun perin halunneet tutkia koira-avusteisen valmennuksen vaikutusta motivaatioon, mutta koska motivaatio on käsitteenä niin abstrakti ja

laaja, rajasimme aiheen koskemaan motivoitumista. Aineistoon perehtyessämme huomasimme nopeasti, että myös toiminnanohjaus voisi olla aiheena sellainen, johon haluaisimme perehtyä. Näin vakiintui opinnäytetyön otsikko sekä kaksi tutkimuskysymystä, jotka ovat

- Miten koira-avusteinen valmennus tukee autististen aikuisten toiminnanohjausta?
- Millainen merkitys koiralla on autististen aikuisten motivoitumiselle?

Päätutkimuskysymysten avulla pohdittiin haastattelukysymyksiä haastateltaville asiakkaille ja työntekijälle. Haastatteluiden kysymykset pyrittiin pitämään lyhyinä ja ytimekkäinä sekä helposti ymmärrettävinä ottaen huomioon kohderyhmämme. Kohderyhmän huomioimisella tarkoitamme sitä, että tiedostimme intensiivisen vuorovaikutustilanteen todennäköisesti herättävän jännityksen ja ahdistuksen tunteita autismikirjon henkilöissä. Keskittymällä kysymysten mahdollisimman selkeään ja yksinkertaiseen muotoiluun pyrimme pitämään huolen myös siitä, että saamamme vastaukset olisivat mahdollisimman selkeitä ja helposti tulkittavia analysointivaiheessa. Koska esitetyt kysymykset muotoiltiin hyvin tiiviiseen muotoon, tuli kysymyksiä esitettäväksi haastatteluissa määrällisesti runsaasti. Kun haastattelukysymyksiä luotiin, oli pohjana kahden päätutkimuskysymyksen lisäksi alakysymyksiä, jotka pyrkivät selkeyttämään meille sitä, millaisia vastauksia tarvittaisiin, jotta niitä pystyttäisiin peilaamaan opinnäytetyömme aiheeseen. Haastateltavien, eli kolmen autismikirjon aikuisen ja yhden työntekijän, kysymykset löytyvät osiosta *Liitteet*.

8 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Opinnäytetyömme on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Laadulliselle tutkimukselle on tyypillistä pyrkiä ymmärtämään tutkittavaa ilmiötä sen kohderyhmän näkökulmasta ja tavoittaa kohderyhmän kokemukset mahdollisimman aitoina esimerkiksi haastattelun kautta (Juuti & Puusa 2020; Juhila s.a.), joten laadullinen tutkimus oli luontainen valinta opinnäytetyöhömme. Kvalitatiivisen aineiston tunnuspiirteenä on tuottaa rikasta ja moniulotteista tietoa ilmiöstä (Alasuutari 2011; Juuti & Puusa 2020). Tästä syystä aineistoa ei ole mahdollista tulkita tai kuvata yksiselitteisesti esimerkiksi vain syy-seuraus-suhteita

tarkastelemalla. Aineisto on yhtä rikasta ja monitasoista kuin ihmisten ja elämän merkitykset, ja tutkimuseettiset kysymykset on otettava huomioon kaikissa tutkimuksen vaiheissa. Laadullisessa tutkimuksessa tarkoituksena on tuottaa mahdollisimman yksityiskohtainen ja tiivistetty lopputulos aineistoista. (Alasuutari 2011; Juhila s.a.)

Tutkimusten yleiset eettiset periaatteet velvoittavat kunnioittamaan tutkimuksen kohderyhmän yksityisyyttä, ihmisarvoa, itsemääräämisoikeutta ja muita oikeuksia. Kaikkia tulee kohdella tasa-arvoisesti ja ihmisarvoa kunnioittaen. Tutkimusta tehdessä on myös tärkeä välttää aiheuttamasta kohderyhmälle, yhteisölle tai muunlaisille tutkimuskohteille merkittäviä vahinkoja, haittoja tai riskejä. Kun tutkitaan esimerkiksi vähemmistöjä tai hankalassa asemassa olevia ryhmiä, tutkimuksessa vahingon välttäminen korostuu. Tutkijoiden on osattava arvioida, kuinka herkkä tutkittava aihe on kohderyhmälle. Jos tiedetään, että haastattelutilanteissa on mahdollisuus vahvojen tunnetilojen muodostumiselle tai siitä koituu stressiä, on hyvä mahdollistaa haastattelutilanteen keskeyttäminen. On tärkeää muistaa, ettei tutkimuseettisyys nivoudu pelkästään tutkittavien suojeluun ja kunnioittamiseen vaan siihen liittyy oleellisesti myös pyrkimys tuottaa uutta ja merkityksellistä tietoa asioista, joista ei ole vielä tarpeeksi aikaisempaa tietoa. Kun työssä on noudatettu hyvää tieteellistä käytäntöä, on työ tehty tällöin kokonaisuudessaan rehellisesti, tarkasti ja huolellisesti. (Vuori s.a.) Tutkimuseettisesti on tärkeää, että tutkimustyössä ollaan tarkkoja tulosten tallentamisen, esittämisen ja arvioinnin suhteen. Tutkimuksessa ollaan avoimia ja se tuotetaan vastuullisesti. Muiden tutkijoiden tutkimustuloksiin ja kirjoitelmiin tulee viitata asianmukaisesti sekä niin, että ne tuovat esiin hänen tutkimuksensa merkityksellisyyden omaan tutkimukseen nähden. Eettisesti tärkeää on myös, että tarvittavat luvat on haettu ja kaikki tutkimukseen osallistuvat tahot tietävät omat roolinsa. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta TENK, 2021.) Oman alan eettiset periaatteet huomioitiin myös työtä tehdessä. Sosiaalialan eettisiä periaatteita ovat itsemääräämisoikeus, tasa-arvoisuus, osallistumisoikeus, oikeus yksityisyyteen ja oikeus tulla kohdatuksi kokonaisvaltaisesti (Talentia ry 2005).

Haastattelukysymyksissä pyrittiin huomioimaan mahdollisimman hyvin haastateltava kohderyhmä. Kysymyksiä muotoillessa kiinnitettiin erityisesti huomiota siihen, miten kysymykset aseteltiin ja saataisiin sellaiseen muotoon, että ne

ovat mahdollisimman helposti ymmärrettävissä. Samaa pohdintaa tehtiin myös info- ja suostumuskirjeen tekovaiheessa. Itse haastattelutilannetta oli mietitty etukäteen eettisestä näkökulmasta. Haastateltavalle kerrottiin tilanteen alkaessa, että haastattelu voidaan missä vaiheessa tahansa keskeyttää, mikäli haastateltava niin haluaa. Tasa-arvoisuutta luotiin sillä, että jokaiselle haastatteluun osallistuvalla esitettiin samat kysymykset ja apukysymykset riippumatta siitä, oliko vastaus selvinnyt jo aiemmin esitetyn kysymyksen aikana. Haastattelutilanteesta pyrittiin tekemään sellainen, että siitä koituisi mahdollisimman vähän haittaa haastatteluun osallistuville. Tästä syystä haastattelut toteutettiin tutussa ympäristössä ja jokaisella oli oikeus tuoda halutessaan mukanaan tukihenkilö. Nämä haastattelukysymyksiin ja -tilanteeseen liittyvät seikat tulevat esille myös autismin tutkimuksen oppaassa (Houting 2021). Haastattelukysymyksiä ja tilannetta pohdittiin myös yhdessä työelämäkumppanin kanssa.

Koko opinnäytetyöprosessin ajan pidettiin merkityksellisenä sitä, miten autismikirjosta puhutaan ja miten sitä käsitellään työssä, sekä sitä, miten termiä kuntoutus käytetään autismikirjon henkilöiden parissa. Mielestämme kuntoutus ei ole osuvin sana kuvaamaan autismikirjolaisten parissa tehtävää työtä. Käytämme kuntoutustermiä kuitenkin tässä opinnäytetyössä, koska sitä käytetään vielä yleisesti Suomen sosiaali- ja terveydenhuollossa.

Opinnäytetyö toteutettiin tarkasti, rehellisesti ja avoimesti. Työtä varten haettiin tarvittavat tutkimusluvut ja suunniteltiin tarkasti, kuinka aineisto hävitetään. Näin pidettiin huolta haastatteluihin osallistuneiden yksityisyydestä ja tietosuojasta. Aineiston analysointi tehtiin huolellisesti ja tuloksissa kerrotaan myös koiran tuomista haitoista asiakastyössä. Avattaessa opinnäytetyön tuloksia pohditaan avoimesti tekijöitä, jotka ovat voineet vaikuttaa siihen, miten saadut tutkimustulokset ovat rakentuneet. Opinnäytetyön eettisyyttä on pohdittu työn alkamisesta sen valmiiksi saamiseen asti.

8.1 Tiedonhakuprosessi

Opinnäytetyön teoriaosuuteen käytettiin luotettavia kirjallisuus- ja internetlähteitä. Lähteet muodostuivat erilaisista tieteellisistä kirjoista, e-kirjoista, tutkimusartikkeleista, Autismiliiton verkkosivuilta ja muista tutkimuksen kannalta relevanteista ja luotettavista lähteistä. Tutkimustietoa etsittiin Google Scholar- ja Google-haulla sekä hyödyntämällä kirjastojen ja tietokantojen, kuten PubMed, hakukenttiä. Lähdesuosituksia kysyimme myös lähipiiriltämme, jotka työskentelevät jollakin tapaa aiheemme parissa. Lähteitä hakiessa käytimme esimerkiksi seuraavia hakusanoja: *autismikirjo*, *koira-avusteisuus*, *motivaatio*, *sisäinen motivaatio*, *ulkoinen motivaatio*, *toiminnanohjaus*, *nepsy*, *eläinavusteisuus*, *motivoituminen* ja *kuntouttava työskentely*. Tietoa etsittäessä englanniksi käytimme esimerkiksi seuraavia hakusanoja: *autism spectrum disorders*, *animal assisted*, *animal assisted and autism*, *canine assisted* ja *canine assisted interventions*.

8.2 Aineiston kerääminen

Opinnäytetyön aineisto kerättiin puolistrukturoiduilla haastatteluilla, joiden tavoitteena oli tuottaa empiiristä tietoa siitä, kuinka merkityksellinen koira on ollut asiakkaiden kuntouttavassa työskentelyssä. Meille oli tärkeää tuoda esiin autististen oma ääni ja heidän kokemuksensa. Haastattelut toteutettiin yhteistyössä työelämäkumppani Autismisäätiön kanssa.

Haastatteluiden tavoitteena oli tuoda autismikirjon aikuisten ääni kuuluviin koskien koira-avusteista valmennusta. Puolistrukturoidussa haastattelussa teema on ennalta tarkkaan rajattu ja kaikki kysymykset esitetään kaikille haastateltaville samassa järjestyksessä. Ennalta mietityt kysymykset pyrkivät pitämään haastateltavia aiheessa. Haastateltavat saavat vastata vapaamuotoisesti kysymyksiin. (Hyvärinen ym. s.a.) Asiakashaastatteluiden tueksi haastatelimme koira-avusteista valmennusta tekevää työntekijää, jotta saisimme esiin myös ammattilaisen näkökulman siitä, miten hän näkee koira-avusteisuuden merkityksen autismikirjolaisten toiminnanohjaukselle ja motivoitumiselle. Tällä hetkellä Autismisäätiöllä työskentelee yksi työntekijä, joka tuottaa koira-avusteista valmennusta. Hänen asiakasmääränsä vaihtelevat, mutta tällä hetkellä hän tapaa säännöllisesti kahdeksaa asiakasta.

Alkuun selvitimme, kuinka monta osallistujaa saisimme haastatteluihin. Työelämäohjaajamme oli lupautunut selvittämään ja kysymään mukaan potentiaallisia haastateltavia. Yhteensä hän kysyi viideltä asiakkaalta halukkuutta osallistua haastatteluun. Kun henkilöt olivat tiedossa, tarvitsimme tiedon heidän asuinpaikkakunnistaan, jotta pystyimme hakemaan tarvittavat tutkimusluvut hyvinvointialueilta. Yhdellä hyvinvointialueella ei ollut resursseja myöntää meille yhteyshenkilöä. Tästä syystä emme voineet saada tutkimuslupaa kyseiselle alueelle ja näin myös kaksi haastateltavaa karsiutui pois. Toinen tarvittava tutkimuslupa hyväksyttiin keväällä 2023 ja pääsimme etenemään haastatteluiden suunnitteluun ja toteutukseen. Haastateltavia asiakkaita oli lopulta kolme.

Haastatteluiden suunnittelu alkoi sillä, että teimme alustavat haastattelukysymykset, jonka jälkeen olimme yhteydessä työelämäkumppaniimme. Halusimme, että kysymykset palvelisivat tutkimusta mahdollisimman hyvin ja, että kysymykset olisivat helposti ymmärrettävässä muodossa. Työelämäkumppani avusti viimeistelemään luomiamme kysymyksiä ja pohti niitä erityisesti haastateltavien näkökulmasta. Meillä ei ollut ennakkotietoja haastateltavista asiakkaista ja täten kysymysten muotoileminen oli haastavaa. Tässä vaiheessa työelämäkumppanin apu oli korvaamatonta. Työelämäkumppanin avulla pilkoimme kysymyksiä entistä pienempiin osiin, jotta ne olisivat mahdollisimman helposti ymmärrettäviä. Näiden muutosten jälkeen työelämäkumppani hyväksyi haastattelukysymykset ja olimme niihin itsekkin tyytyväisiä. Työelämäohjaaja välitti haastatteluun osallistuville tekemämme saatekirjeen, suostumuslomakkeen sekä haastattelukysymykset, joihin haastateltavat saivat tutustua halutessaan etukäteen. Kaiken kaikkiaan haastattelukysymyksiä autistisille henkilöille oli 18, ja niiden tueksi oli luotu erilaisia apukysymyksiä ja jatkokysymyksiä. Apukysymykset pohdimme niin, että jos haastateltavilla on haasteita sisäistää alkuperäistä kysymystä, voidaan jokaista avustaa samalla tavalla. Etukäteen suunniteltu apukysymys ei johdattele haastateltavan vastausta, toisin kuin spontaani avustaminen saattaisi tehdä. Työntekijälle luotuja kysymyksiä oli viisi ja hän sai myös halutessaan tutustua kysymyksiin etukäteen.

Haastattelut suoritettiin toukokuussa 2023. Haastattelut suunniteltiin niin, että fyysinen tila olisi mahdollisimman mieluisa jokaiselle haastateltavalle. Kaksi

haastattelua suoritettiin Autismisäätiön tiloissa kasvokkain. Yksi haastattelu suoritettiin haastateltavan kotona ja koira-avusteista valmennusta toteuttavan työntekijän haastattelu tapahtui Teams-sovelluksen kautta. Haastateltavia oli etukäteen informoitu, kuinka haastattelut toteutettaisiin ja millainen tilanne tulisi olemaan. Ennen kuin haastattelu alkoi, jokainen haastateltava täytti suostumuslomakkeen. Haastateltaville myös kerrottiin, että heillä on oikeus keskeyttää haastattelu tai jättää vastaamatta missä vaiheessa tahansa. Haastattelu toteutettiin kasvotusten niin, että opinnäytetyön tekijät ensin kertoivat, mitä aiheita opinnäytetyö käsittelee, miksi opinnäytetyö toteutetaan ja mitä tarkoitetaan milläkin termillä. Tämän jälkeen kaikilta kysyttiin samassa järjestyksessä haastattelukysymykset sekä mahdollisesti avustettiin kysymyksen sisällön ymmärtämisessä, mikäli se oli haastateltavalle vaikeaa. Haastattelut äänitettiin ja haastateltaville kerrottiin selkeästi, milloin äänitys alkoi ja loppui. Keskimäärin haastattelut kestivät noin 30 minuuttia. Ääninauhat tallennettiin aina heti haastattelun päätyttyä muistitikulle. Työntekijän haastattelussa toimittiin samalla tavalla: aluksi kerrottiin opinnäytetyöstä, kysyttiin ennalta annetut kysymykset ja haastattelu nauhoitettiin.

Jokainen haastattelutilanne oli erilainen. Kaikkien haastatteluiden yhteinen tekijä oli se, että ne sujuivat mutkattomasti. Yhdessäkään haastattelussa ei ilmennyt erityisiä haasteita tai ongelmia. Halutessaan jokainen haastateltavista sai tuoda tukihenkilön mukanaan, jos se helpottaisi tilanteen aiheuttamaa jännitystä ja avustaisi kysymyksiin vastaamisessa. Haastateltavista yhdellä oli tukihenkilö videopuhelun avulla tukena tilanteessa. Tukihenkilö avusti asiakasta muun muassa ymmärtämään mitä kysymyksillä tarkoitettiin esimerkiksi peilamalla niitä konkreettisin esimerkein asiakkaan omaan arkeen.

Jokainen ääninauha tallennettiin alkuperäisen muistitikun lisäksi toiselle muistitikulle. Tämä jouduttiin tekemään siitä syystä, että opinnäytetyön tekijät asuvat pitkän välimatkan päässä toisistaan ja ääninauhojen tuli olla molempien saatavilla litterointivaiheessa. Kun aineisto oli litteroitu, tuhottiin molemmat muistitikut. Litteroitua aineistoa kertyi yhteensä 32 sivua. Litteroitua aineistoa alettiin käymään läpi ja tekemään havaintoja haastatteluiden välisistä yhteneväisyyksistä. Havainnoin jälkeen tehtiin johtopäätöksiä huomioiden aikaisempi tutkimustieto aiheesta. Asiakkaiden allekirjoittamat suostumuslomakkeet tuhottiin opinnäytetyön valmistuttua ja arvioiduttua.

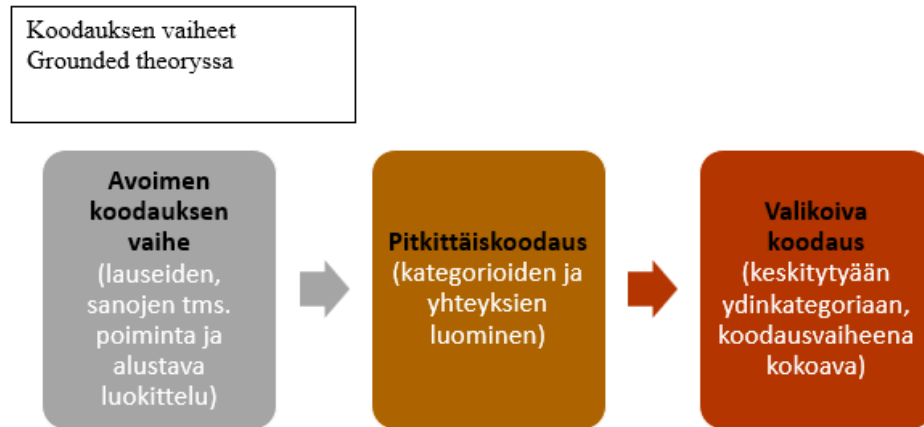
8.3 Aineiston analyysi

Opinnäytetyön aineiston analysointimenetelmänä käytimme grounded theorya (GT), jota kutsutaan myös toisella nimellä ankkuroitu teoria. Sen tarkoituksena on tuottaa empiiristä aineistoa tutkimalla teoriaa tai luoda aihepiiristä käsitteellisiä malleja. Tutkittavasta aihepiiristä ei ole tutkittua ja jäsenneiltyä tietoa, tai siitä ei ole vielä vakiintuneita teorioita. (Jyväskylän yliopisto 2015.)

Grounded theorya voi soveltaa omaa tutkimustaan palvelevaksi: sitä voidaan käyttää koko tutkimuksen lähestymistapana, tutkimusotteena tai aineiston keräämisen ja analysoinnin menetelmänä. Tätä tutkimusmenetelmää pidetään erityisen soveltuvana varsinkin sellaisiin tutkimuksiin, joista ei ole vielä tarpeeksi tutkimusta tai jo tutkittuun ilmiöön halutaan tuoda uutta näkökulmaa. Grounded theoryn aineistona voivat toimia erilaiset materiaalit: kirjat, kuvat, kartat, haastattelut tai mikä tahansa muu, joka valottaa tutkittavaa asiaa. Jos teoriaa käytetään analysoinnin menetelmänä, on hyvä tiedostaa sen ristiriitaisuudet. Menetelmän kehittäjät ovat monien keskeisten kysymysten suhteen menneet eri suuntiin, muun muassa siinä, miten varsinainen aineiston analysointi suoritetaan. Analyysiprosessissa tärkeintä teorian näkökulmasta on käsitteellistäminen. Tämä vaatii tutkijalta teoreettista herkkyyttä. Tutkimuksen tekijällä on oltava oivaltaa ja antaa aineistosta nouseville käytännöllisille ilmailuille käsitteellisiä muotoja eli luoda omia käsitteitään, jotka voivat selkeyttää tutkittavaa asiaa ja selittää sitä uusin sanoin. Teoriassa on tärkeää tarkastella tutkittavien ajatuksia empaattisesti ja muodostaa lopulta kaikesta kerätyistä aineistosta tiivis kuvaus. Koskennurmi-Sivosen mukaan hyvin rakennettu grounded theory sisältää seuraavat asiat: sopivuus (sopii aineistoon, kohderyhmä tunnistaa todellisuuden), relevanssi, muunneltavuus ja toimivuus (teoria kattaa suurimman osan ilmiöstä, jota se koskee). Tätä tiivistettyä teoriaa tai kuvausta voidaan todentaa jatkuvalla vertailulla, eli käytännössä tutkija palaa kerättyyn aineistoon ja kyseenalaistaa ovatko tehdyt päätelmät tai väittämät tosia. (Koskennurmi-Sivonen 2007; Airaksinen s.a.)

Grounded theoryn (GT) tavoite aineiston analysointimenetelmänä on luoda käsitteiden pohjalta teoreettinen malli. Aineiston käsitteellistäminen on kaiken pohja, jotta teoreettinen malli voidaan luoda tämän menetelmän mukaisesti.

Grounded theoryn mukaisesta käsitteellistämisestä käytetään yleensä termiä koodaaminen. Koodauksessa pilkotaan aineistoa pieniin osiin, ja se on prosessina kolmivaiheinen (kuva 4). (Airaksinen s.a.)



Kuva 4. Koodauksen vaiheet (Airaksinen s.a.)

Ensimmäisessä vaiheessa tarkoitus on etsiä sanoja, lauseita tai esimerkiksi kappaleita aineistosta (Airaksinen s.a.). Teimme aluksi Excel-taulukon, jonne muodostimme kolme osiota: toiminnanohjaus, motivoituminen ja muut. Näihin kolmeen osioon poimimme aineistosta lauseita ja sanoja, jotka liittyivät jotenkin toiminnanohjaukseen ja motivoitumiseen. Muut-osio luotiin ilmaisuille, jotka eivät liity suoraan motivoitumiseen tai toiminnanohjaukseen, mutta jotka ovat kuitenkin liitettävissä koira-avusteiseen valmennukseen. Grounded theoryn mukaan, kun lauseita ja sanoja on poimittu tekstistä, luodaan niistä luokkia, joiden alle voidaan koota samankaltaisuudet tai joissakin tilanteissa eroavaisuudet (Airaksinen s.a.). Tässä vaiheessa poimimme keräämistämme lauseista ja sanoista samankaltaisuuksia ja erityispiirteitä. Kävimme siis jokaiseen osioon kerätyt lauseet ja ilmaisut yksitellen läpi. Muodostimme jokaisesta yksittäisestä lauseesta ja ilmaisusta luokan, joka kuvastaa kyseistä ilmaisua, tai sijoitimme ilmaisun jo aikaisemmin luodun luokan alle. Esimerkiksi yksi käytössä ollut luokka oli ”läheisyys”, ja siihen voitiin lukea useampi ilmaisu tai lause.

Asiakkaiden ja työntekijän haastatteluaineistot analysoimme erillisinä aineistoina. Käytännössä tämä tarkoitti sitä, että toteutimme aineiston analysoinnin grounded theoryn mukaisesti kaksi kertaa. Asiakkaiden ja työntekijän haastattelut analysoitiin omina kokonaisuuksinaan ja niiden keskinäinen vertailu toteutettiin myöhemmässä vaiheessa. Työntekijän ilmaisuista, luokituksista ja

kategorisoinneista ei luotu kaaviota, koska opinnäytetyö keskittyy asiakkaiden kokemuksiin. Työntekijän analysoitu aineisto oli opinnäytetyön tekijöiden tukena vertailemisessa, jossa pyrkimys oli löytää vastausten samankaltaisuuksia sekä nostaa esiin, jos työntekijän ammatillinen näkemys vahvasti eroaa asiakkaiden kokemuksista. Koska aineistoa oli paljon, oli sen läpikäyminen ja oleellisten ilmaisujen poimiminen haastavaa ja aikaa vievää. Haasteellista oli myös asiakkaiden epäsuorien ilmaisujen analysointi ja pohdinta.

GT:n toisen vaiheen mukaan kehiteltyjä luokkia yhdistellään ryhmittelemällä niitä erilaisten ilmiöiden ympärille (Airaksinen s.a.). Näin syntyivät kategoriat, jotka yhdistelivät luokkia kattokäsitteiden alle ja sitoivat niitä laajempiin ilmiöihin ja konteksteihin. Kategorioiden muodostaminen oli kohtalaisen helppoa, sillä suurin osa luokista oli selkeästi liitettävissä joihinkin isompiin ilmiöihin kuten tunteisiin tai kommunikaatioon. Osa luokista oli haasteellisempi sitoa laajempiin ilmiöihin, kuten esimerkiksi ”pystyvyys” ja ”kestävyys”, jotka lopulta muutaman muun luokan kanssa muodostivat kategorian ”itsensä ylittäminen”. Kategorioita pohdimme tarkkaan ja palasimme moneen kertaan analysoimaan, olivatko muodostetut kategoriat riittävän kuvaavia ja tarkkoja. Asiakkaiden haastatteluaineistosta muodostimme yhteensä 12 kategoriaa. Kategorioiden muodostumista kuvaamme alla olevalla taulukolla 1.

Taulukko 1. Esimerkki kategorioiden muodostamisesta

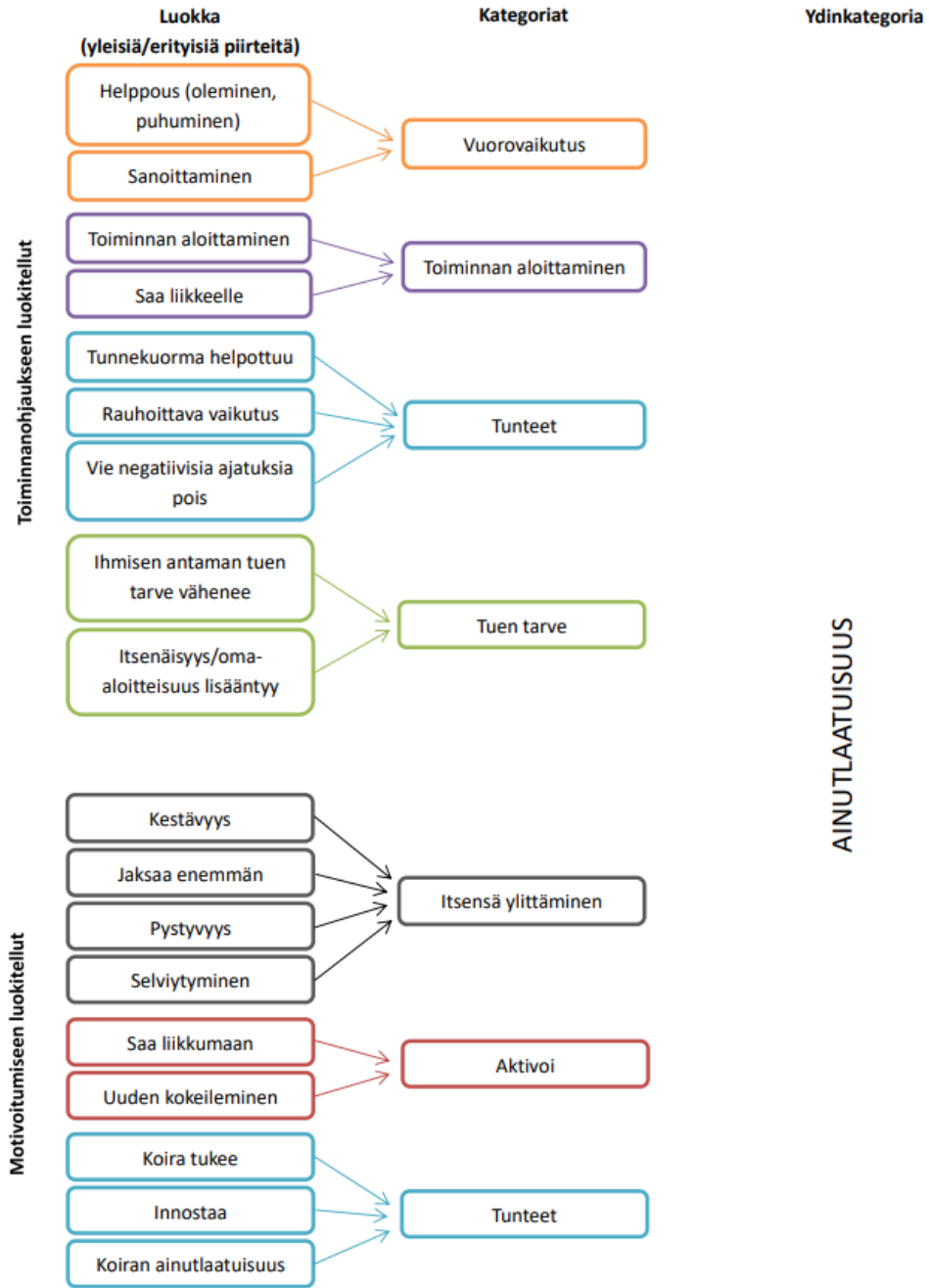
Alkuperäinen ilmaisu	Luokka (yleinen/erityinen piirre)	Kategoria
”..se (koira) ensinnäki vähentää sitä niinkun jännitystä mikä mul on niinkun, kun tonne menee tonne, niinkun julkisissa tilanteissa.”	Tunnekuorma helpottuu	Tunteet
”..en mä olis uskaltanu mennä sinne ollenkaan, niinkun sinne paikkaankaan edes ilman sitä koiraa.”	Pystyvyys	Itsensä ylittäminen

Viimeisessä koodausvaiheessa on tarkoitus luoda ydinkategoria. Ydinkategoria täytyy kuitenkin olla luotuna jo ennen tätä vaihetta, sillä tavoitteena on ymmärtää ydinkategorian sisältö jo analyysiprosessin aikana. (Airaksinen s.a.) Tässä vaiheessa yhdistimme tutkimuksemme kannalta keskeisimmät osiot eli

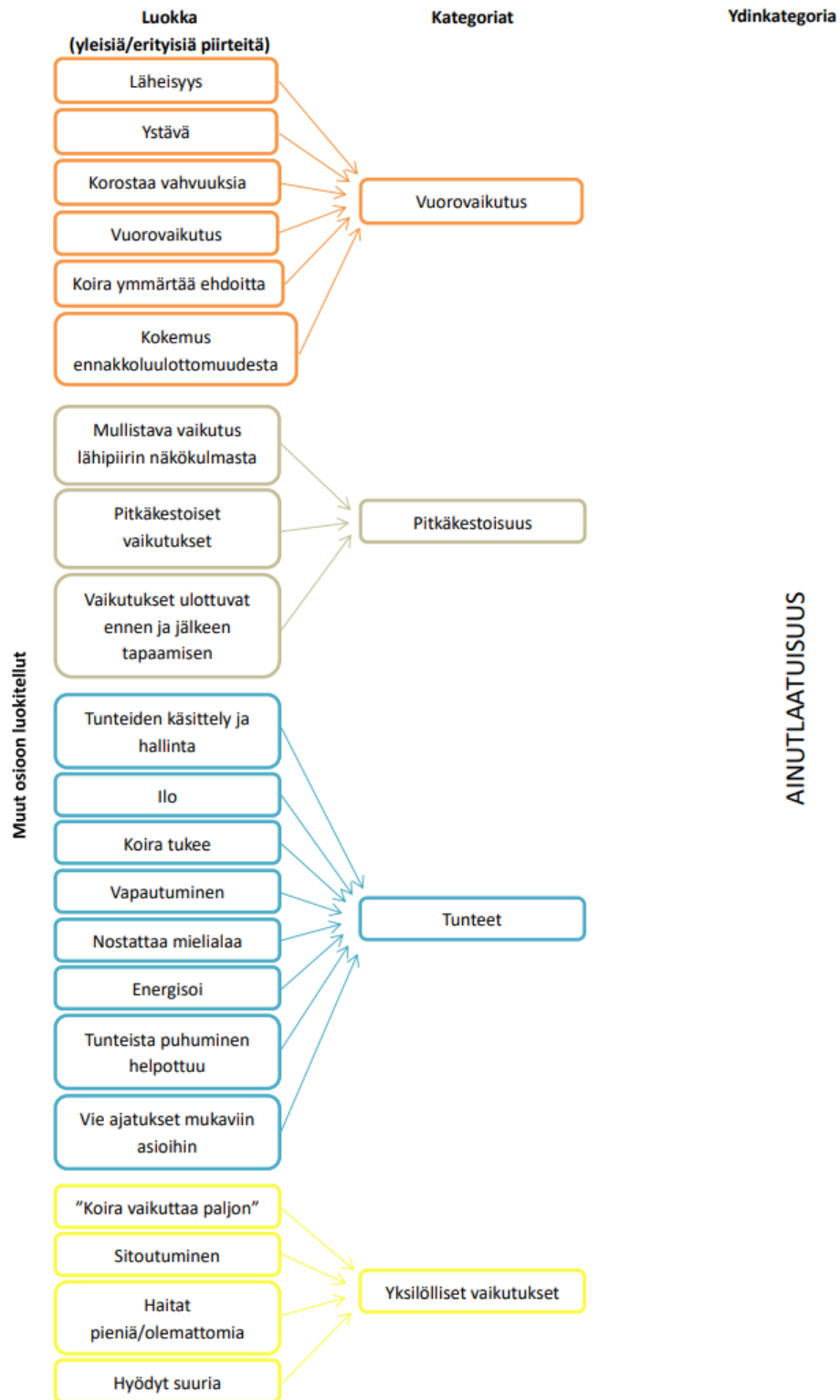
motivoitumisen ja toiminnanohjauksen. Niiden kategorioista poimittiin samankaltaisuuksia ja pohdittiin analyysiprosessissa eniten esiin nousseita erityispiirteitä. Myös muut -osion kategoriat huomioitiin. Ydinkategorian luominen oli haastavaa, koska luomamme kategoriat kuvasivat aineistoa tarkasti, mutta yksittäin eivät kuitenkaan riittävän laajasti ja kokonaisvaltaisesti. Vaikeaa oli löytää yksi termi, joka kattaisi kaikkein oleellisimman sisällön aineistosta. Alkuvaiheen ajatuksemme oli, että ydinkategoria voisi olla esimerkiksi tunteet, vuorovaikutus, yksilölliset vaikutukset ja pitkäkestoisuus. Kuitenkin jokainen näistä termeistä kuvasi vain osaltaan koira-avusteisuuden vaikutusta asiakkaisiin. Lopulta aineistosta nousi esiin ainutlaatuisuus, joka kuvaili mielestämme hyvin sitä, millainen työmenetelmä koira-avusteisuus on ja millaiset ovat sen vaikutukset. Täten ydinkategoriaksi muotoutui termi *ainutlaatuisuus*.

Grounded theoryn viimeisenä vaiheena on tarkoitus luoda teoria analyysiprosessin aikana tulleiden tulkintojen pohjalta ja lopulta ydinkategorian avulla. Teoreettisen mallin tavoite on mahdollistaa jonkin ilmiön ymmärtäminen. (Ainarsinen s.a.) Pohdittuamme analyysiprosessin aikana esiin nousseita erityispiirteitä sekä yhdistellessämme ydinkategoriaa näihin piirteisiin muotoutui tutkimuksemme teoreettinen malli: *”koiran ja asiakkaan ainutlaatuinen vuorovaikutussuhde motivoi asiakasta kohti yksilöllisiä tavoitteita ja parantaa pitkäkestoisesti toiminnanohjaustaitoja”*. Luotu teoria muodostui kategorioiden, ydinkategorian ja analysoinnin aikana tulleiden tulkintojen pohjalta. Esimerkiksi termit vuorovaikutus ja pitkäkestoisuus otettiin mukaan suoraan kategorioista. Teoriaa luodessa pohdittiin seuraavia kysymyksiä: mikä on se vaikuttava tekijä, joka saa motivoitumaan ja tekemään sekä millaisia koiran tuomat vaikutukset ovat? Näihin kysymyksiin kehitetty teoria pyrkii vastaamaan.

Seuraavassa kuvassa 5 esitetään meidän tekemämme poiminnat aineistoista, kategorisoinnit, niiden muotoutumiset ydinkategoriaksi ja teoreettisen mallin pohja.



Kuvio jatkuu seuraavalla sivulla



Kuva 5. Aineiston analysointiprosessi

9 TULOKSET

9.1 Motivoituminen

Aineistosta nousi esille, että koiralla on merkitystä asiakkaiden motivoitumiselle. Koira tukee ja motivoi asiakkaita tekemään haastavilta tuntuvia asioita, joita ovat esimerkiksi erilaisiin sosiaalisiin tilanteisiin lähteminen tai muu kodin ulkopuolella liikkuminen. Jokainen haastateltava nosti esille, että koira helpottaa näihin sosiaalisiin tilanteisiin liittyvää tunnekuormaa, kuten jännitystä, pelkoa ja ahdistusta. Aineistosta nousi esille myös se, että koira tukee, innostaa, energisoi sekä antaa voimaa aloittaa ja suorittaa loppuun asioita tai toimintoja. Eräs asiakas kuvasi koiran vaikutusta hänen motivaatioonsa näin:

”Ilman muuta, siis se on ihan selvä se että niinkun oikeesti mulla ei riitä rohkeus, tai että moniinkaan asioihin ei ois riittäny rohkeus, tai et ois ollu semmonen et tekis mieli tehdä mut en mä uskalla tyylii mut sit se antaa sitä motivaatiota ja sitä voimaa tehdä se, alottaa ja viedä loppuun, se koira. Et niinkun se on hyvin motivoiva kaveri, mä en tiedä miten se sen tekee mut se on semmonen.”

Työntekijä kuvasi haastattelussaan asiakkaiden olevan valmiita ylittämään itsensä ja tekemään vaikeilta tuntuvia asioita, jos koira saa olla mukana. Asiakkaat kertoivat, että koira on mahdollistanut sellaisten asioiden tekemisen ja kokemisen, jotka olisivat ilman koira jääneet tekemättä. Motivoituminen vaikeilta tuntuviin asioihin ei tapahdu lahjonnan tai kannustamisen avulla, vaan asiakkaat tarvitsevat tilanteisiin heille aidosti merkityksellisen tekijän, jotta motivoituminen tehtävää toimintaa kohtaan syntyy. Koira-avusteisessa työskentelyssä koirasta muodostuu monille asiakkaille ystävä – tätä tunnesidettä kuvasivat jokainen haastateltavista sekä työntekijä. Jos ajatella, että kuntoutustyötä tekevä koira olisi kuin luotettava ystävä, voi kenties olla helpompaa ymmärtää, miten suuri vaikutus koiralla voi olla motivoitumiseen. Ystävän kanssa on yleensä kivaa viettää aikaa ja tehdä asioita, ystävät myös tukevat ja kannustavat vaikeissa hetkissä. Työntekijä kuvasi haastattelussaan, että koira voi olla asiakkaille kuin paras ystävä, jonka kanssa tehdään mielellään asioita.

Pohdimme, toimiiko koira asiakkaille enemmän ulkoisena vai sisäisenä motivoivana tekijänä. Todennäköisesti työskentelysuhteen alussa koira on asiak-

kaalle ulkoinen motivoiva tekijä eli se ulkoisesti ohjaa asiakasta tekemään asioita ja toimii välittömänä palkkiona. Ajan kuluessa, sekä koiran ja asiakkaan välisen suhteen kehittyessä, voi koirasta muodostua asiakkaalle hiljalleen sisäinen motivoiva tekijä. Esimerkiksi eräälle asiakkaalle oli kerrottu, että kodin lattioiden täytyy olla siistit, jotta koiran on turvallista tulla asuntoon. Asiakas siivosi, ja välittömänä palkkiona tästä toimi koiran saapuminen asiakkaan kotiin. Nykyisin asiakas pitää mielellään kodin siistinä, jotta koiran on turvallista tulla ja olla hänen luonaan. Asiakas haluaa tehdä siivouksen koiraa ajatellen, ei sen takia, että työntekijä oli määrittänyt jonkinlaiseksi säännöksi tai ehdoksi siistit lattiat, jotta tapaaminen voidaan toteuttaa asiakkaan kotona. Voidaan ajatella, että motivoituminen on lähtenyt sisäistymään ja näin myös työntekijän antaman tuen tarve vähenee. Samankaltaisen esimerkin kertoi yksi haastateltava asiakas ulkona liikkumisen suhteen: *”Joo ja se (koira) on sellainen ainoa tapa millä mä, millä mut saa liikkumaan mikä on nyt, on nyt löytyi”*. Hänen kohdallaan koira on ainut motivoiva tekijä, joka saa hänet liikkumaan ja kävelemään enemmän. Työntekijä oli kannustanut ja yrittänyt motivoida asiakasta liikkumaan kaikin tavoin, mutta vasta koiran mukaan ottaminen oli ollut käännteentekevää. Koiran tultua mukaan työskentelyyn oli ajan myötä asiakkaan toiminta uloslähtötilanteissa muuttunut itsenäisemmäksi ja työntekijän kannustusta tarvittiin koko ajan vähemmän. Koiran vaikutus ja merkitys asiakkaiden motivoitumiselle on suuri. Työntekijä kuvasi, kuinka koira on hänen kaikista käytössä olevista työkaluistaan paras motivaattori: *”Näen, että ömm mun työkaluista mitä mulla on käytettävissä töissä, niin koira on kyllä yksiä parhaimpia motivaattoreita. Ja se on niinku tavallaan se yksi tärkeimmistä asioista tai funktioista mikä sillä (koiralla) on mun työssä.”*

9.2 Toiminnanohjaus ja pitkäkestoisuus

Kehitellyssä teoriassa toteamme koiran vaikuttavan pitkäkestoisesti autistisen aikuisen toiminnanohjaustaitoihin. Jokaisen asiakkaan haastattelusta huomasimme, että koiralla oli ennen tapaamista, tapaamisen aikana ja tapaamisen jälkeen vaikutuksia asiakkaan toiminnanohjaukseen. Esimerkiksi kun asiakas oli tiennyt koiran tulevan tapaamiseen mukaan, oli oma ympäristö siivottu omatoimisesti, jotta koira voisi osallistua. Siivoaminen muutoin on saattanut tuntua ylitsepääsemättömältä, mutta tieto koiran tulemisesta oli tukenut jo enenaikaisesti asiakkaan toiminnanohjautumista. Yhden asiakkaan tukihenkilö

kuvasi koiran vaikutuksia asiakkaaseen muun muassa näin: ”Se on, se on, mä käyttäisin sanaa kokonaisvaltainen. Kun se koiran mukaan tulo näkyy arjessa jo ennen tapaamista, se näkyy sen tapaamisen onnistumisena ja se näkyy niin hirveän monessa asiassa sen tapaamisen jälkeen. Eli palautuminen siitä tapaamisesta on merkittävästi nopeempaa. Niin se on niiko mun mielestä tärkeä huomioida, että se ei ole vaan se tunti tai se hetki vaan sillä on myös vaikutus ennen hetkeä ja hetken jälkeen.” Jokainen haastateltava asiakas koki huomaavansa vaikutuksia omissa tunteissaan tai arjen toimissaan ennen koiran tapaamista. Arjen toimilla tarkoitamme esimerkiksi pukemista, syömistä tai kodin siivoamista. Koiran vaikutus asiakkaiden tunteisiin ennen koiran tapaamista näyttäytyi asiakkaissa lisääntyneenä rauhallisuutena, stressin lievittymisenä ja normaalia positiivisempänä mielialana. Asiakkaiden itsenäinen toimintojen aloittaminen ja itsenäinen ohjautuminen kotioiloissa oli lisääntynyt koiraavusteisen valmennuksen myötä.

Tapaamisen aikana koiran vaikutus toiminnanohjaustaitoihin on merkittävä: se esimerkiksi rauhoittaa haastavissa tilanteissa, saa aloittamaan asioita, joihin asiakas ei muuten tarttuisi, tai menemään paikkoihin, joihin ei asiakas yksin uskaltaisi mennä. Monissa haastatteluissa ilmeni, että koira avustaa ja tukee toiminnanohjauksen aloittamista, mutta sillä on myös iso merkitys toiminnanohjaustilanteiden saattamisessa päätökseen. Autistisille aikuisille saattaa olla tyypillistä paeta hankalista tilanteista pois tilanteisiin liittyvän ahdistuksen tai muiden haastavien tunteiden vuoksi, ja tällaista ilmeni meidänkin aineistossamme.

Tukihenkilö: ”Teil on niin hyvä se synkka, että te osaatte puskea toisianne ja auttaa sun aivoja toimimaan selkeesti niin, että sä pystyt itse sanoittamaan asioita paremmin, mikä tarkoittaa sitä, että sä tuut paremmin ymmärretyks, mikä tarkoittaa sitä, että sul on myös jälkikäteen parempi olo. Sulla vähenee ahdistus, se stressi ei, mut ahdistus vähenee. Nähtiin jopa sellainen ihme, että sä et ollu kyyneleet silmissä, sul ei ollu ihan suu purtu rikki, sulla ei ollu ihan kynnet läpi...”

Asiakas: ”Oli, oli mulla viimeks.”

Tukihenkilö: ”Joojoo, mut ne ei oo niin vahvoja kun ne on. Ja sul ei tuu semmosta, että, sä et joudu koiran kanssa, koiran kanssa sä et oo joutunu pakenemaan tilanteesta kertaakaan.”

Asiakas: ”Mmm-m.”

Koiran ollessa mukana tällaisissa toiminnanohjaustilanteissa, pakenemisen tarvetta tilanteista ei ole tullut ja asiat on saatu päätökseen. Työntekijä kertoi omassa haastattelussaan, että ilman koiraa, monet toiminnanohjaustilanteet olisivat jääneet kokonaan toteuttamatta tai tekemättä. Jokaisen haastateltavan kohdalla nousi myös esiin se, että toiminnanohjaustilanteissa tai tapaamisilla on helpompaa puhua itsestä tai sanoittaa omia tuntemuksia, kun koira on mukana. Toiminnanohjaustilanteilla tarkoitamme tilanteita, jotka vaativat selkeästi asiakkaiden huomiota toiminnan suorittamiseen. Tällaisia tilanteita ovat esimerkiksi asioiminen, asiapapereiden täyttäminen tai jokin selkeä toiminto, kuten jossakin paikassa vieraileminen. Tunteisiin liittyen asiakkaan kertoivat haastatteluissa, että koira selkeästi vähentää stressiä ja ahdistusta mitä uudet tilanteet tai kohtaamiset aiheuttavat. Täten itse toimenpiteet tai tehtävät sujuvat mutkattomammin. Työntekijä uskoi omassa haastattelussaan, että koira tuo olemuksellaan iloa tilanteisiin ja vie negatiivisia tunteita sivuun.

Tapaamisenkin jälkeen koiran tuomia vaikutuksia näyttäytyy asiakkaiden arkielämässä. Monet kokivat olevansa rauhallisempia, iloisempia ja energisimpiä tapaamisten jälkeen. Yhden haastateltavan tukihenkilö kertoi myös, että käyntien aikana tapahtuneet asiat muistuvat helpommin mieleen, kun koira on ollut mukana ja täten asioiden käsittelyä on ollut helpompi jatkaa vielä kotonakin. Työntekijä kertoi, että asiakkaiden läheiset ovat kuvailleet koira-avusteisen valmennuksen alettua, että ilmapiiri ja asiakkaiden tunteiden käsittely ja hallitseminen ovat parantuneet kotona huomattavasti. Kotona asiakkailla ei esimerkiksi mene enää niin usein hermo ja konfliktitilanteet ovat vähentyneet. Koiran vaikutus toiminnanohjauksen taitoihin on näyttäytynyt kotioloissa. Esimerkiksi aikaisemmin mainittu siivoaminen tai vaikkapa syöminen hoituvat nykyisin omatoimisesti, koska näillä on yhteys koiran tapaamiseen. Yhden asiakkaan tukihenkilö kertoi, että he ovat kokeilleet kaikenlaisia terapiamuotoja ja tukitoimia, mutta koira-avusteisen valmennuksen vaste on ollut merkittävä ja ylivoimainen. Koiran vaikutukset ulottuvat pitkäkestoisesti toiminnanohjauksen taitoihin sekä aloitteellisuuteen, ja ovat helpottaneet usean haastateltavan arkielämää. Tukihenkilö kuvasi koiran vaikutuksia näin: *”Niin siinä on niiko selkee ero, et sit sä pystyt niiko vapaammin tekemään illalla kotona asioita, kun se että kun se stressi nousee hirveeks niin sit sä oot niiko tosi jumissa kotona ja sit ei arkitoimet suju senkään vertaa.”*

Koiran vaikutus autististen aikuisten toiminnanohjaukseen näyttäytyy mielestämme lisääntyneenä aloitteellisuutena, erilaisten ärsykkeiden ja tunteiden parempana hallintana, toimintaan ryhtymisenä ja asioiden päätökseen saattamisena. Koira selkeästi saa asiakkaat aloittamaan asioita helpommin. Toiminnanohjauksen aikana tulevien ulkoisten ja sisäisten ärsykkeiden vastaanottaminen ja niihin reagoiminen parantuu. Koira pitää sopivassa suhteessa asiakkaan huomion ympäristössä, asiakkaassa itsessään ja koirassa. Täten haastavassa tilanteessa asiakas ei pysty keskittymään vain yksittäisiin asioihin. Ajatteleminen, että jos asiakkaan keskittyminen olisi esimerkiksi vain asiakkaassa itsessään ja hänen ajatuksissaan haastavissa tilanteissa, ei menisi luultavasti kauaa, kun asiakas kokisi olonsa hyvin ahdistuneeksi ja voisi mennä tilanteessa ”lukkoon”. Jumiutumisen seurauksena asiakas ei enää pystyisi sanoittamaan omia tuntemuksiaan ja lopulta ehkä yrittäisi päästä tilanteesta pois. Samantyyllisen esimerkin kertoi haastattelussa yksi asiakas tilanteesta, jossa koira ei ollut mukana verraten sitä tilanteeseen, jossa koira oli ollut mukana. Kun koira ei ollut mukana, koki asiakas tilanteesta pakenemisen tarpeelliseksi. Koiran ollessa mukana, asiakas ei ole koskaan joutunut pakenemaan tilanteista.

9.3 Tunnekuorma ja yksilöllisyys

Jokaisen asiakkaan haastattelussa nousi vahvasti esille koiran vaikutus tunteisiin. Yleisesti koira vaikuttaa helpottavan jännityksen, ahdistuksen, pelon ja muiden negatiivisten tunteiden kokemuksia, jotka ovat varsin yleisiä autismikirjon henkilöille. Jokainen asiakas toi esille sen, että kokonaan koira ei näitä tunteita poista – haastavat tunteet tulevat ja ovat läsnä koirasta huolimatta, mutta koira helpottaa ja lievittää niitä. Työntekijän mukaan koiran ollessa läsnä asiakkaiden tunteet eivät tule yhtä voimakkaasti näkyviin heidän käytöksessään, vaan asiakas pystyy sanoittamaan tunteitaan paremmin. Asiakkaat ja työntekijä kuvasivat koiran myös tuovan tilanteisiin iloa, parantavan mielialaa ja ilmapiiriä sekä vievän epämiellyttäviä tunteita ja ajatuksia muualle. Koiralla oli myös jokaiseen asiakkaaseen yksilöllisiä vaikutuksia. Koira voi tarjota monelle asiakkaalle luottamuksellisen ja turvallisen vuorovaikutussuhteen, joita autismikirjon henkilöillä voi olla verrattain vähän. Moni autismikirjon hen-

kilö on joutunut kokemaan syrjintää tai kiusaamista esimerkiksi poikkeuksellisten vuorovaikutustaitojen takia. Koira tarjoaa ennakkoluulottoman kohtaamisen, eikä se osaa arvioida kenenkään vuorovaikutustaitoja. Koirasta voi muoutua asiakkaalle läheinen ystävä, jota saa silittää tai halata ja joka vastaanottaa asiakkaan aina yhtä iloisena. Eräs asiakas kuvasi koiraan näin: ”...koira ymmärtää sua ja välittää ja tälle, pitää susta vaikka sä et osaiskaan sanoakaan sitä sanoilla. Et niinkun se koira, sit toinen on et sille koiralle sä kelpaat vaikka sä oot vähän erilainen, kunhan sä oot sen kaveri.”. Koiran ennakkoluuloton kohtaaminen ja koiraan muodostuva ystävyysuhde voivat olla merkityksellisiä kokemuksia henkilöille, joille syrjinnän ja erilaisuuden kokemukset ovat jättäneet kipeitä muistoja.

9.4 Ainutlaatuinen suhde

Aineistoa analysoidessa ja kategorisoidessa huomasimme, että jokaiselle asiakkaalle oli kehittynyt oma yksilöllinen ja ainutlaatuinen suhde koiraan. Haastatteluissa asiakkaat kuvailivat koiraan esimerkiksi sanoilla ystävä, ymmärtäjä, kuuntelija, halinalle, mukava ja kaveri. Yhdistävä tekijä haastatteluiden välillä oli se, että kaikki asiakkaat kokivat koiran kohtaavan heidät ennakkoluulottomasti, iloisesti tai avoimesti. Eräs asiakkaista kuvaili, että koiraan ei haittaa, vaikka hän olisi erilainen tai ei osaisi kertoa koiralle tykkäävänsä koirasta. Koira silti ymmärtää häntä ja välittää hänestä.

Mikäli koira ei ole päässyt johonkin käynnille mukaan niin kuin aiemmin on sovittu, luo se harmitusta asiakkaissa sekä vaikuttaa heidän motivaatioonsa toimintoja kohtaan. Esimerkiksi yhden asiakkaan mukaan koiran poissaolo vaikuttaa näin: ”No siis vähä-, se (toiminta) ainaki on hitaampaa tai huono-, tai niinku, tai kaikki tulee vähän hankalammaks niinku, et niis tapaamisissa et niinkun, vähän niinkun jumittuu ite. Sillai helpommin ku ei oo se koira paikalla. Ja sit ne omat niinkun, negatiiviset ajatukset tulee huomattavasti helpommin esiin sillon. Et se koira niinku auttaa niistä pysymään poissa.” Mielestämme koiran ja asiakkaan välinen ainutlaatuinen vuorovaikutussuhde on kaiken taustalla siinä, että koiralla on niin laaja-alaiset vaikutukset moniin eri asioihin asiakkaiden elämässä. Asiakkaiden suhde koiraan on vahva ja monilla voi olla jopa kokemus, että koira on heidän ainoa ystävänsä, jonka kanssa he ovat

valmiita kokeilemaan uusia ja haastavia asioita. Yksi asiakkaista kuvaili koiraan näin: *”Ku se on yks mun parhaita kavereita se koira ni.”* Jokaiselle haastatettavalle koira oli muodostunut merkitykselliseksi ja sen tuomia hyötyjä kuvailtiin suuriksi. Mielestämme on erittäin mielenkiintoista, miten asiakkaat muodostavat koiraan niin vahvan ja kiintymystä täynnä olevan suhteen. Tämä luo koiraavusteisuuteen ainutlaatuisen leiman. Emme usko, että muihin työskentelytapoihin tai -menetelmiin asiakkaat kiintyvät ja sitoutuvat samaan tapaan kuin eloisaan ja iloiseen koiraan.

Opinnäytetyössä perehdyimme erityisesti toiminnanohjaukseen ja motivoitumiseen sekä niiden ympärille ulottuviin asioihin. Koiran ja asiakkaan välinen ainutlaatuinen suhde tuo toiminnanohjaukseen ja motivoitumiseen sekä moniin muihin asioihin paljon positiivisia vaikutuksia. Keskusteltiin haastatteluissa millaisesta asiasta tahansa, oli selkeästi huomattavissa, että ainutlaatuinen suhde koiraan oli syy, miksi jokin asia tapahtui niin kuin tapahtui tai tuntui joltakin. Asiakkaat kokivat koiran vilpittömänä ystävänä, joka kohtaa heidät ilolla ja ennakkoluulottomasti. Pohdimme voisiko olla niin, että autismikirjon henkilöt kohtaavat usein elämän haastavissa tilanteissa muiden ihmisten turhaumaa, ymmärtämättömyyttä, torumista ja vastakkain asettautumista. Kun joku tukeekin iloisesti vierellä, on se niin merkittävä hyväksymisen kokemus, että koiraan muodostuu nopeasti läheinen ja ainutlaatuinen suhde. Koira on myös puhumaton ja ennakkoluuloton, joka on iso eroavaisuus meihin ihmisiin. Kuitenkin se pystyy luomaan meille ihmisille tunteen, että se ymmärtää ja kuuntelee meitä. Tämä on aika ainutlaatuista.

9.5 Haitat

Haastateltavilta kysyttiin koiran tuomista haitoista. Aluksi asiakkaat saivat arvioida koiran haitallisuutta. He pystyivät valitsemaan vastausvaihtoehdoista ei ollenkaan, vähän, jonkin verran tai paljon. Tämän jälkeen heitä pyydettiin erittelemään, millaista haittaa koirasta on. Kaikki haastateltavat vastasivat aluksi, että koirasta ei ole ollenkaan haittaa. Kuitenkin yksi asiakkaista vastasi hetken mietittyään, että koirasta on vähän haittaa. Asiakas kertoi, että koira voi välillä vahingossa hajottaa jotakin ja koiran ollessa mukana pitää tarkoin suunnitella, mihin tapaamisen aikana voidaan mennä. Koiran jaloista voi myös tulla kuraa

sisälle, ja se voi sisätiloissa kaataa jotakin. Asiakkaan mielestä kaikki nämä ovat täysin normaaleja asioita koiran kanssa toimiessa, mutta siitä koituu vähän haittaa.

Työntekijän näkökulmasta koirasta tuleva haitta voi olla se, että koira joskus vaikeuttaa asiakkaan keskittymistä siihen aiheeseen, mihin pitäisi keskittyä. Koira voi silittelä ja sille voi antaa huomiota, jolloin asiakkaan keskittyminen voi siirtyä liiaksi koiraan. Koira kuitenkin samanaikaisesti helpottaa tilanteiden vaikeutta, koska jos koira ei olisi mukana, todennäköisesti asiakas ei haluaisi tai pystyisi tekemään suunniteltua asiaa ollenkaan. Työntekijän mukaan koiran tuomat hyödyt ovat moninkertaiset verrattuna sen haittoihin. Koira-avusteisuuden haittoja hän kuvaili vielä haastattelun lopussa uudelleen näillä sanoilla: ”*Ja kun, kun mä yritän mieltii et mitä ne haitat vois olla, ni niit on niin vähän. Et niinku ne hyödyt peittoaa ne mahdolliset haitat moninkertaisesti tavallaan.*”

10 POHDINTA

Opinnäytetyömme tulokset ja johtopäätökset ovat hyvin samansuuntaisia kuin aiemmat tutkimustulokset koira-avusteisuudesta. Koira tuo mukanaan monenlaisia hyötyjä ihmiselle niin psyykkisellä, fyysisellä kuin sosiaalisella osa-alueella. Aineistossa esille nousseet haitat olivat myös samansuuntaisia kuin aiemmissa tutkimuksissa.

Opinnäytetyöprosessi oli itsessään opettavainen ja meille tekijöille kokemukseksi uusi. Opinnäytetyötä tehdessä oli etsittävä paljon tietoa ja otettava huomioon monia asioita niin tutkimukseen liittyvän teorian, eettisyyden, menetelmien kuin kohderyhmän osalta. Prosessi oli osittain haastava, mutta vahvuudeksi koimme meidän tekijöiden välisen yhteistyön sujuvuuden. Keskustelimme koko prosessin ajan avoimesti mieltä askarruttaneista asioista ja tarvittaessa autoimme toinen toistamme hankalissa hetkissä. Suurin oivallus ja yllätys opinnäytetyötä tehdessä oli se, kuinka merkityksellinen ystävyysuhteen verrattava vuorovaikutussuhde asiakkaan ja koiran välille voi muodostua. Jo ennen opinnäytetyöprosessin alkamista olimme sitä mieltä, että koira on merkityksellinen asiakkaille. Oli kuitenkin yllättävää, kuinka merkityksellinen koira todellisuudessa asiakkaille on, ja, kun tämän ymmärsimme, oli helppoa ymmärtää myös se, miksi koiralla on niin paljon positiivisia vaikutuksia asiakkaisiin.

10.1 Käyttökelpoisuus

Pyrimme siihen, että opinnäytetyömme on laadukas. Lähteitä on käytetty määrällisesti paljon, ja ne ovat luotettavia. Myös ulkomaista tutkimustietoa on hyödynnetty. Opinnäytetyö saavutti tavoitteensa tuottaa empiiristä tietoa koira-avusteisuudesta ja koiran merkityksestä autististen aikuisten toiminnanohjaukselle ja motivoitumiselle. Aineistosta saaduista tuloksista pystyttiin tekemään jonkinlaisia johtopäätöksiä ja luomaan teoria. Työ myös vastasi kahteen tutkimuskysymykseemme eli miten koira-avusteinen valmennus tukee autististen aikuisten toiminnanohjausta ja millainen merkitys koiralla on autististen aikuisten motivoitumiselle. Jo pienellä osallistujamäärällä näihin kysymyksiin pystyttiin löytämään vastauksia ja konkreettisia esimerkkejä.

Opinnäytetyömme nostaa esiin sen, kuinka tarpeellinen ja toimiva työmenetelmä koira-avusteinen valmennus on ja kuinka suuret hyödyt koira tuo työskentelyyn. Autismikirjo voi aiheuttaa sisäisen motivaation puutetta (Ervast & Raukola-Lindblom 2022b, 86), ja toiminnanohjauksen haasteet nivoutuvat usein autismikirjon ydinoireisiin (Puustjärvi 2022, osa 1). Tästä syystä toiminnanohjaus ja motivoituminen liittyvät vahvasti autismikirjon aikuisten kuntouttavaan työskentelyyn. Opinnäytetyömme tuotti Autismisäätiölle aineistoa täysin uudesta aiheesta. Yksi kehittämisidea työelämäkumppani Autismisäätiölle olisi, että se markkinoisi vieläkin näkyvämmiin tarjoamaansa koira-avusteista valmennusta.

10.2 Luotettavuus

Olennaista laadullisissa tutkimuksissa on arvioida tutkimuksen luotettavuutta ja uskottavuutta. Myös validiteetin ja reliabiliteetin käsitteitä voidaan soveltaa laadullisiin tutkimuksiin tietyiltä osin. (Jyväskylän yliopisto 2021.) Arvioidessa validiteetin onnistumista, keskitytään tyypillisesti siihen, kuinka hyvin tutkimusote ja siinä käytetyt menetelmät vastaavat tutkittavaa ilmiötä. Kun tutkimuksen kohderyhmä ja kysymykset ovat oikeanlaiset, on validiteetti hyvä. Reliabiliteetti tarkoittaa sitä, miten luotettavasti ja toistettavasti mittaus- tai tutkimusmenetelmä mittaa ilmiötä. Tärkeää reliabiliteetissa on mittaustulosten toistettavuus. (Hiltunen 2009.)

Opinnäytetyömme aineistonkeruumenetelmäksi valitsimme puolistrukturoidut haastattelut, sillä halusimme saada kerättyä kohderyhmämme kokemukset mahdollisimman aitoina ja tarkkoina. Aineiston analyysimenetelmäksi valitsimme grounded theoryn. Sen tarkoituksena on tuottaa empiiristä aineistoa tai luoda käsitteellisiä malleja. Koira-avusteisen valmennuksen merkityksestä autististen aikuisten motivoitumiselle ja toiminnanohjaukselle ei ole aiempaa tutkimustietoa, joten grounded theoryn avulla pystyimme tuottamaan empiiristä aineistoa uudesta aiheesta, sekä luomaan käsitteiden avulla teoreettisen mallin. Opinnäytetyön tutkimus- ja haastattelukysymykset koottiin niin, että ne kuvasivat mahdollisimman tarkasti tutkittavaa ilmiötä. Tässä hyödynsimme myös työelämäkumppanimme apua, joka on opinnäytetyömme kohderyhmän vahva osaaja.

Laadullisessa tutkimuksessa tulokset eivät saa olla sattumanvaraisia ja valittujen menetelmien tulee palvella tutkittavaa ilmiötä. Laadullisten tutkimusten luotettavuutta voidaan arvioida monin tavoin. Yksi tapa arvioida luotettavuutta on tarkastellessa sen tulosten yleistettävyyttä tai siirrettävyyttä. (Jyväskylän yliopisto 2021.) Koemme, että valitsemamme tutkimusmenetelmät palvelivat tutkimaamme ilmiötä. Jos opinnäytetyömme haastatteluosuuteen olisi osallistunut enemmän asiakkaita, olisivat saamamme tulokset paremmin kriittistä tarkastelua kestäviä. Tosin vaikka haastatteluihin osallistui vain kolme asiakasta, oli aineistoa litteroituna määrällisesti paljon. Tämä mahdollisti sen, että aineiston analysointimenetelmää eli grounded theorya, voitiin käyttää ja pystyimme luomaan käsitteiden pohjalta myös teoreettisen mallin. Opinnäytetyömme tulosten siirrettävyyttä tukee aiemmat tutkimustulokset koiran merkityksestä ja vaikutuksista autismikirjolaisille. Tämän opinnäytetyön tulokset olivat hyvin samansuuntaisia kuin aiemmat tutkimukset koira-avusteisuudesta. Työmme luotettavuutta tukee myös se, että toimme esiin myös kohderyhmän kokemat haat koirasta.

Tutkimustuloksiin vaikuttaneita tekijöitä pohtiessamme, nousee esille koiran ja asiakkaan pitkään rakentunut ainutlaatuinen suhde. Tutkimustulokset olisivat voineet olla erilaiset, jos asiakkaan kanssa työskentelevä koira ei olisikaan aina sama tai, jos koira-avusteisuutta ei toteutettaisi säännöllisesti tapaamisilla. Tuloksissa painottui merkityksellinen, ystävyyssuhteeseen verrattava suhde koiran kanssa, jonka ajattelemme vaikuttavan vahvasti muun muassa

asiakkaan toimintaan motivoitumiseen ja toiminnan aloittamiseen liittyviin haasteisiin. Asiakkaat myös lähtökohtaisesti haluavat ottaa koiran vastaan. Tuloksiin olisi voinut vaikuttaa, jos haastatteluihin olisi osallistunut asiakas, joka ei olisi kokenut koira hyödylliseksi. Haastatteluihin osallistui vain kolme asiakasta, joka itsessään pitää aineistojen sisällön kapeampana. Isommalla osallistujamäärällä tuloksissa olisi voinut tulla esille enemmän vaihtelevuutta. Osallistujamäärään vaikutti kuitenkin osaltaan se, että resurssipulan takia yksi hyvinvointialue ei voinut myöntää tutkimuksellemme tutkimuslupaa, ja tämä rajasi haastateltavia pois asuinpaikkakunnan mukaan. Myös tutkimuskysymyksillä on keskeinen rooli aineiston muodostumisessa. Kysymyksiä luodesamme opinnäytetyön aihe oli rajautunut vain motivoitumisen tutkimiseen. Kysymyksistä puuttui lähes täysin toiminnanohjaukseen keskittyvät kysymykset, sillä toiminnanohjaus nousi opinnäytetyön toiseksi tutkimuskysymykseksi ja aiheeksi vasta aineiston keräämisen jälkeen. Tällä on voinut olla merkitystä tutkimuksen tuloksiin. Olisivatko tulokset liittyen toiminnanohjaukseen olleet vieläkin selkeämmät ja yksityiskohtaisemmat, jos toiminnanohjauksesta olisi muodostettu yhtä tarkkoja kysymyksiä kuin motivoitumisesta? Kuitenkin toiminnanohjaus voitiin ottaa mukaan opinnäytetyön aiheeksi, sillä se nousi vahvasti esiin aineistoista ja autismikirjolisilla on yleensä haasteita toiminnanohjaustaidoissa.

10.3 Tulosten pohdinta

Työmenetelmänä koira-avusteisuus vaikuttaa merkittävältä. Laadukkaasti ja strukturoidusti toteutetun koira-avusteisuuden hyödyt ovat suuret, ja mahdolliset haitat pienet. Tärkeää on toki huomioida, ettei tämäkään työmenetelmä sovi kaikille asiakkaille vaan koiran tuominen mukaan työskentelyyn on arvioitava aina asiakaskohtaisesti. Koira-avusteisuutta on tutkittu jo jonkin verran, mutta lisää laadukasta tutkimusta tarvitaan vielä. Tästä opinnäytetyöstä tehtävä jatkotutkimus voisi keskittyä tutkimaan esimerkiksi tunteita ja tunnekuormaa sekä motivoitumista vieläkin syvemmin ja laajemmalla osallistujamäärällä. Toisaalta pohdimme koira-avusteisuuden käsitteiden ja kriteerien merkitystä jatkotutkimuksissa. Koko Suomen palveluverkoston kattavia käsitteitä ja tarkempia koira-avusteisuuden kriteerejä ollaan vasta luomassa. Tällä hetkellä koira-avusteisuutta määrittelevät pitkälti kansainväliset kattojärjestöt, joiden

käsitteet ja kriteerit eivät sellaisenaan istu meidän palveluverkostoomme. Tästä syystä koira-avusteisuuden käsitteissä ja määritelmässä on jonkin verran hajontaa. Ennen laajempia jatkotutkimuksia käsitteiden ja kriteerien tulisi vaikiintua Suomessa.

Meidän yhteiskuntamme ei vielä tunnista koira-avusteisuutta ja sen tuomia hyötyjä kovin laajasti. Viime vuosina tietoa on saatu lisää ja tietoisuus työmenetelmästä on lisääntynyt, mutta yhäkin muiden kuin opaskoirien tuominen julkisiin tiloihin on monesti kiellettyä. Jotta koira-avusteisuutta voidaan toteuttaa ja kehittää tulevaisuudessa yhä monimuotoisemmaksi, vaatii se osaltaan myös yhteiskunnan mukautumista ja kykyä nähdä koira-avusteisuudessa nykyistä enemmän mahdollisuuksia kuin haittoja. Tämä toive tuli vahvasti esiin myös teettämässämme haastatteluissa. Työparina koira tuo työskentelyyn valtavasti positiivisia vaikutuksia, joiden kanssa ihminen ei voi kilpailla. Koira tarjoaa sen kanssa työskenteleville asiakkaille aitoja kohtaamisia, läsnäoloa, rakkautta, hyväksyntää ja ennakkoluulottomuutta – jokaiselle jotakin, ainutlaatuisesti.

LÄHTEET

- Airaksinen, J. s.a. Grounded Theory. Teoksessa Vuori, J. (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelma-opetus/kvaliteoreettiset-metodologiset-viitekehukset/grounded-theory/> [viitattu 18.9.2023].
- Alasuutari, P. 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. Tampere: Vastapaino. E-kirja. Saatavissa: <https://www.ellibslibrary.com/fi/book/978-951-768-385-2> [viitattu 17.2.2023].
- Anckarsäter, H., Lundström, S., Kollberg, L., Kerekes, N., Palm, C., Carlström, E., Långström, N., Magnusson, P. K. E., Halldner, L., Bölte, S., Gillberg, C., Gumpert, C., Råstam, M., & Lichtenstein, P. 2011. The Child and Adolescent Twin Study in Sweden (CATSS). *Twin Research and Human Genetics* 6, 495-508. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.cambridge.org/core/journals/twin-research-and-human-genetics/article/child-and-adolescent-twin-study-in-sweden-catss/1381FF2C7183301C9B4318C654A94238> [viitattu 22.8.2023].
- Autismiliitto. 2022a. Tietoa tuesta, palveluista ja kuntoutuksesta. WWW-dokumentti. Päivitetty 21.8.2023. Saatavissa: <https://autismiliitto.fi/tuki-ja-neuvot/neuvontapalvelu/usein-kysyttya/> [viitattu 9.8.2023].
- Autismiliitto. 2022b. Toiminnanohjaus. WWW-dokumentti. Päivitetty: 18.2.2022. Saatavissa: <https://autismiliitto.fi/autismi/toimintakyky/toiminnanohjaus/> [viitattu 16.8.2023].
- Autismiliitto. 2023a. Autismi eri elämänvaiheissa. WWW-dokumentti. Päivitetty: 22.2.2023. Saatavissa: <https://autismiliitto.fi/autismi/autismikirjo-eri-elamanvaiheissa/> [viitattu 2.3.2023].
- Autismiliitto. 2023b. Toiminnanohjaus. WWW-dokumentti. Päivitetty: 31.1.2023. Saatavissa: <https://autismiliitto.fi/toiminnanohjaus/> [viitattu 15.8.2023].
- Autismiliitto. 2023c. Vuorovaikutus ja tunteet. WWW-dokumentti. Päivitetty: 29.6.2023. Saatavissa: <https://autismiliitto.fi/tuki-ja-neuvot/tukikeinot/vuorovaikutus/> [viitattu 9.8.2023].
- Autismisäätiö. 2014. Asperger ja Motivaatio / Asperger and Motivation. WWW-dokumentti. Päivitetty: 4.12.2014. Saatavissa: <https://autismisaa-tio.wordpress.com/2014/12/04/asperger-ja-motivaatio-asperger-and-motiva-tion/> [viitattu 1.9.2023].
- Castrén, M. 2019a. Autismiin liittyvät neurobiologiset havainnot. Teoksessa Timonen, T., Castrén, M. & Ärölä-Dithapo, M. (toim.) Autismikirjo – tausta, diagnostiikka ja tutkimus. Jyväskylä: PS-kustannus, 74–85.
- Castrén, M. 2019b. Diagnostiikan perusta nykykäytännön mukaan. Teoksessa Timonen, T., Castrén, M. & Ärölä-Dithapo, M. (toim.) Autismikirjo – tausta, diagnostiikka ja tutkimus. Jyväskylä: PS-kustannus, 42–52.

Castrén, M., Hotulainen, P. & Vanni, S. 2021. Synapsien karsiutumisen merkitys autismikirjon häiriössä. *Duodecim* 7, 711–720. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.duodecimlehti.fi/duo16150> [viitattu 15.8.2023].

Ervast, L. & Raukola-Lindblom, M. 2022a. Johdanto. Teoksessa Ervast, L. & Raukola-Lindblom, M. (toim.) Hevoset ja koirat eläinavusteisessa työssä – tutkittua tietoa ja kokemuksia. Helsinki: Sanasilta Oy, 13–30.

Ervast, L. & Raukola-Lindblom, M. 2022b. Eläinavusteisuus vuorovaikutuksen kuntoutusta tehostamassa. Teoksessa Ervast, L. & Raukola-Lindblom, M. (toim.) Hevoset ja koirat eläinavusteisessa työssä – tutkittua tietoa ja kokemuksia. Helsinki: Sanasilta Oy, 76–94.

Fine, A. 2019. Handbook on Animal-Assisted Therapy: Foundations and Guidelines for Animal-Assisted Interventions. Lontoo: Academic Press. E-kirja. Saatavissa: <https://kaakkuri.finna.fi/> [viitattu 4.9.2023].

Hallyburton, A. & Hinton, J. 2017. Canine-Assisted Therapies in Autism. A Systematic Review of Published Studies Relevant to Recreational Therapy. *Therapeutic Recreation Journal* 2, 127–142. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://bctra.org/wp-content/uploads/tr_journals/7969-27839-1-PB.pdf [viitattu 31.8.2023].

Haltia, M. 2023. Elinikäinen kuntoutus autismikirjon häiriössä. *Duodecim Käypä hoito*. WWW-dokumentti. Päivitetty: 23.1.2023. Saatavilla: <https://www.kaypahoito.fi/nix03183> [viitattu 17.8.2023].

Hautamäki, L., Ramadan, F., Ranta, P., Haapala, E. & Suomela-Markkanen, T. 2018. Eläinavusteinen terapia. Katsaus tutkimuskirjallisuuteen ja toimintaan Suomessa. Helsinki: Kela. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/236987/Tyopapereita140.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [viitattu 7.9.2023].

Hautamäki, L., Ramadan, F. & Vilhunen, T. 2021. Millainen on hyvä eläinavusteinen interventio? Käsikirja eläinavusteisten menetelmien laadukkaaseen toteuttamiseen eri toimintaympäristöissä. Helsinki: Kela. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/331626/Kuntoutustakehittamassa29_saavutettava.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 7.9.2023].

Helsingin yliopisto s.a. Tietoa tutkimuksesta – kaksosraskauksien genetikasta. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.helsinki.fi/fi/tutkimusryhmat/kaksostutkimus/tietoa-tutkimuksesta> [viitattu 22.8.2023].

Hiltunen, L. 2009. Validiteetti ja reliabiliteetti. Jyväskylän yliopisto. PDF-dokumentti. Saatavissa: http://www.mit.jyu.fi/ope/kurssit/Graduryhma/PDFt/validius_ja_reliabiliteetti.pdf [viitattu 13.10.2023].

Houting, J. 2021. Participatory and Inclusive Autism Research Practice Guides. Brisbane: AutismCRC. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.autismcrc.com.au/access/sites/default/files/resources/Participatory_and_Inclusive_Autism_Research_Practice_Guides.pdf [viitattu 2.3.2023].

- Hyvärinen, M., Suoninen, E. & Vuori, J. s.a. Strukturoitu, puolistrukturoitu vai vähän strukturoitu? Teoksessa Vuori, J. (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteiden tietoaarkisto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/laadullisen-tutkimuksen-aineistot/haastattelut/> [viitattu 19.9.2023].
- IAHAIO. 2014-2018. White paper. International Association of Human-Animal Interaction Organizations. PDF-dokumentti. Saatavilla: <https://ia-haio.org/wp/wp-content/uploads/2021/01/iahaio-white-paper-2018-english.pdf> [viitattu 1.9.2023].
- Juhila, K. s.a. Laadullisen tutkimuksen ominaispiirteet. Teoksessa Vuori, J. (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/mita-on-laadullinen-tutkimus/laadullisen-tutkimuksen-ominaispiirteet/> [viitattu 17.2.2023].
- Juuti, P. & Puusa, A. 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus. E-kirja. Saatavissa: <https://www.el-library.com/fi/book/9789523456167> [viitattu 17.2.2023].
- Jyväskylän yliopisto. 2015. Ankkuroitu teoria eli grounded theory. WWW-dokumentti. Päivitetty 10.4.2015. Saatavissa: <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineiston-analyysimenetelmat/ankkuroitu-teoria-eli-grounded-theory> [viitattu 17.2.2023].
- Jyväskylän yliopisto. 2021. Tutkimuksen toteuttaminen. WWW-dokumentti. Päivitetty 27.9.2021. Saatavissa: <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/tutkimusprosessi/tutkimuksen-toteuttaminen> [viitattu 13.10.2023].
- Kahilaniemi, E. 2020. Eläinavusteinen interventio – asiakkaan toiminnallisuuden tukeminen koira-avusteisin menetelmin. 2. painos. Tampere: Voimatassu Oy.
- Koskennurmi-Sivonen, R. 2007. Grounded theory. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://rkosken.kapsi.fi/gt.html> [viitattu 17.2.2023].
- Koskentausta, T., Koski, A. & Tani, P. 2018. Aikuisen autismikirjon häiriö. *Duodecim* 15, 1493–1500. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.terveysportti.fi/xmedia/duo/duo14424.pdf> [viitattu 8.8.2023].
- Laitinen, S. 2021. Pienten lasten motivaatio. Jyväskylä: PS-kustannus. E-kirja. Saatavissa: <https://kaakkuri.finna.fi/> [viitattu 17.8.2023].
- Lipponen, M., Vainio, I., Ikäheimo, K., Mattila-Rautiainen, S., Raukola-Lindblom, M. & Paasonen, T. 2023. Eläinavusteisuus Suomessa. Helsinki: Eduskunnan eläinavusteinen työryhmä. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://docs.google.com/document/d/15UpY5gmlvun6qzwbhter-zyIbTFqaZ6KPKFc9DEHmt_Y/edit?pli=1 [viitattu 31.8.2023].
- Martela, F. & Jarenko, K. 2014. Sisäinen motivaatio, Tulevaisuuden työssä tuottavuus ja innostus kohtaavat. Eduskunnan tulevaisuusvaliokunnan julkaisu 3/2014. Helsinki: Tulevaisuusvaliokunta. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.xamk.fi/wp-content/uploads/2020/03/sisainen-motivaatio.pdf> [viitattu 3.3.2023].

Opinvoimala s.a. Sisäinen ja ulkoinen motivaatio. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://opinvoimala.fi/sivu/sisainen-ja-ulkoinen-motivaatio> [viitattu 6.3.2023].

Pasanen, L., Meriranta, L. & Leppä, S. 2017. B-solulyymfoomien geenivirheiden kliininen merkitys. *Duodecim* 9, 839–846. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.duodecimlehti.fi/duo13702> [viitattu 11.8.2023].

Puustjärvi, A., Savikuja, T., Virtanen, P. & Mannström, L. 2022. Vinkkejä arjen hallintaan. Teoksessa Savikuja, T. & Puustjärvi A. (toim.) *Nepsy-opas: tukea neuropsykiatriin haasteisiin*. Jyväskylä: PS-kustannus, osa 2. E-kirja. Saatavissa <https://kaakkuri.finna.fi/> [viitattu 9.8.2023].

Puustjärvi, A. 2022. Toiminnanohjaus ja sen ongelmat. Teoksessa Savikuja, T. & Puustjärvi A. (toim.) *Nepsy-opas: tukea neuropsykiatriin haasteisiin*. Jyväskylä: PS-kustannus, osa 1–2. E-kirja. Saatavissa <https://kaakkuri.finna.fi/> [viitattu 9.8.2023].

Sandberg, E. 2021. Pedagoginen tuki varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa. Jyväskylä: PS-kustannus, osa 3. E-kirja. Saatavissa: <https://kaakkuri.finna.fi/> [viitattu 18.8.2023].

Savikuja, T. & Puustjärvi, A. 2022. Arjen hyvinvointi. Teoksessa Savikuja, T. & Puustjärvi, A. (toim.) *Nepsy-opas: tukea neuropsykiatriin haasteisiin*. Jyväskylä: PS-kustannus, osa 2. E-kirja. Saatavissa <https://kaakkuri.finna.fi/> [viitattu 9.8.2023].

Socada, L. 2020. Autismikirjon häiriöt. Lääkärikirja Duodecim. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00355> [viitattu 7.2.2023].

Talentia ry. 2005. Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet. Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö. Ammattieettinen lautakunta. Helsinki: Painotalo Auranen Oy. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://elsilehto.fi-les.wordpress.com/2013/11/sosiaalialan-ammattilaisen-eettiset-ohjeet.pdf> [viitattu 17.2.2023]

THL. 2020. Motivoituminen ja motivointi. WWW-dokumentti. Päivitetty 2.9.2020. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sosku/sosiaalisen-kuntoutuksen-opas/palvelun-sisallot/yksilotyoskentely/motivoituminen-ja-motivointi> [viitattu 8.9.2023].

Terveysverkko s.a. Motivaatio – Mitä motivaatio on ja mistä se syntyy? Finnish Institute of Health and Fitness. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.terveysverkko.fi/tietopankki/terveysliikunta/motivaatio/> [viitattu 6.3.2023].

Timonen, T. 2019a. Autismissa esiintyvät ongelmakokonaisuudet. Teoksessa Timonen, T., Castrén, M. & Ärölä-Dithapo, M. (toim.) *Autismikirjo – tausta, diagnostiikka ja tutkimus*. Jyväskylä: PS-kustannus, 66–73.

Timonen, T. 2019b. Autismitutkimuksen historia. Teoksessa Timonen, T., Castrén, M. & Ärölä-Dithapo, M. (toim.) *Autismikirjo – tausta, diagnostiikka ja tutkimus*. Jyväskylä: PS-kustannus, 10.

Timonen, T. 2019c. Mittareita autismikirjon toteamiseen. Teoksessa Timonen, T., Castrén, M. & Ärölä-Dithapo, M. (toim.) *Autismikirjo – tausta, diagnostiikka ja tutkimus*. Jyväskylä: PS-kustannus, 53–59.

Timonen, T. 2019d. Terapeuttisen kuntoutusohjelman perusteet. Teoksessa Timonen, T., Castrén, M. & Ärölä-Dithapo, M. (toim.) *Autismikirjo – tausta, diagnostiikka ja tutkimus*. Jyväskylä: PS-kustannus, 294–307.

Timonen, T., Castrén, M. & Ärölä-Dithapo, M. 2019. *Autismikirjo – tausta, diagnostiikka ja tutkimus*. *Autismikirjo – tausta, diagnostiikka ja tutkimus*. Jyväskylä: PS-kustannus, 7.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta TENK. 2021. Hyvä tieteellinen käytäntö (HTK). WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://tenk.fi/fi/tiedevilppi/hyva-tieteellinen-kaytanta-htk> [viitattu 17.2.2023].

Vasalampi, K. 2022. Näin motivoit oppimaan. Jyväskylä: PS-kustannus. E-kirja. Saatavissa: <https://kaakkuri.finna.fi/> [viitattu 17.8.2023].

Vuori, J. s.a. Tutkimusetiikka ihmistieteissä. Teoksessa Vuori, J. (toim.) *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietokanto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menestelmaopetus/kvali/tutkimusetiikka/tutkimusetiikka-ihmistieteissa/> [viitattu 13.10.2023].

Asiakkaiden haastattelukysymykset

Vertailevissa kysymyksissä tarkoitamme, että vertaat tapaamisia, joilla koira on ollut mukana niihin tapaamisiin, joilla on ollut työntekijä ilman koira. Työntekijällä tarkoitamme kaikkia sinun kanssasi työskennelleitä ohjaajia. Koiralla tarkoitamme (työntekijän nimi) mukana olleita koiria. Muistutamme tästä vielä erikseen jokaisen vertailevan kysymyksen kohdalla.

- Missä kaikessa koira on mukana arjessa (näillä tukitapaamisilla)?
- Millainen merkitys sinulle on koiran tulemisella luoksesi?
- Kerro omin sanoin, mihin koira auttaa?
- Saako koira sinut tekemään asioita, joita et pystyisi ilman koira tekemään? (vertaileva)
 - o Voitko kertoa esimerkkejä, millaisia asioita?
- Onko sellaisia asioita, joita teet mieluummin silloin, kun koira on mukana? (vertaileva)
 - o Millaisia asioita?
- Kuvaile omin sanoin, miten tapaamiset tai päivät eroavat, kun koira on mukana?
- Mitä sinä ajattelet, kun tiedät, että koira on tulossa tapaamiseen?
 - o Miltä se tuntuu?
- Miltä tuntuu, kun koira ei olekaan mukana tapaamisella, vaikka sen olisi pitänyt olla?
 - o Muuttuuko oma toimintasi sen myötä?
 - o Minkä olet huomannut olevan eri tavalla?
 - o Tuntuuko se erilaiselta?
- Milloin koirasta on sinulle eniten hyötyä?
 - o Kuvaile tilanteita.

- Onko koirasta koskaan haittaa?
 - o Millaista haittaa? (Olisikin halunnut vain jutella, mutta pitääkin lähteä kauppaan?)
 - o Onko ollut tilannetta, jossa olet toivonut, että koira ei olisikaan ollut mukana?
 - o Onko koira ollut joskus esteenä jollekin toiminnalle?

- Oletko tehnyt jotain eri tavalla ennen tapaamista, kun olet tiennyt, että koira tulee käymään? (vertaileva)
 - o Esimerkiksi käynyt suihkussa, siivonnut, harjannut hiukset tai jotakin muuta?

- Oletko tehnyt jotain eri tavalla tapaamisen aikana, kun koira on ollut mukana? (vertaileva)
 - o Millaisia asioita?

- Kuinka paljon arvioit koiran vaikuttavan sinuun? (vertaileva)
 - o Ei ollenkaan, vähän, jonkin verran vai paljon?

- Millä tavalla koira vaikuttaa sinuun?
 - o Esimerkiksi tunteisiin, mitä haluat tehdä tai sanoa.

- Kuinka paljon koirasta on sinulle hyötyä? (vertaileva)
 - o Ei ollenkaan, vähän, jonkin verran vai paljon?

- Kuinka paljon koirasta on sinulle haittaa? (vertaileva)
 - o Ei ollenkaan, vähän, jonkin verran vai paljon?

- Saako koira sinut sitoutumaan tapaamisiin paremmin? (vertaileva)
 - o Millä tavalla?
 - o Miksi?

- Mitä sinulle tarkoittaa motivaatio? Kerro omin sanoin.

Työntekijän haastattelukysymykset

- Mitä koira tuo mukaan sosiaalihojaukseen?

- Millaisia vaikutuksia koiralla on sosiaalihojauksessa? /asiakkaaseen

- Mitä hyötyä ja haittaa koirasta on asiakastilanteissa?
 - o Missä tilanteissa?

- Miten määrittelet käsitteen motivaatio? Mitä se tarkoittaa ja miten ajattelet sen liittyvän koira-avusteiseen työskentelyyn?

- Miten motivaatio näyttäytyy asiakkaiden kanssa?