

ELÄIN TEHOSTAA FYSIOTERAPEUTIN TYÖTÄ

Eläinavusteisen terapian mahdollisuudet fysioterapiassa

Vehniä Miia

Opinnäytetyö

Fysioterapian koulutus
Fysioterapeutti AMK

2021

Fysioterapian koulutus
Fysioterapeutti AMK

Tekijä	Miia Vehniä	Vuosi	2021
Ohjaaja(t)	Anne Rautio		
Toimeksiantaja	Green Care Lapland		
Työn nimi	Eläin tehostaa fysioterapeutin työtä – eläinavusteisen terapian mahdollisuudet fysioterapiassa		
Sivu- ja liitesivumäärä	58 + 2		

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli kartoittaa fysioterapeuttien kokemuksia eläinavusteisen terapian hyödyntämisestä fysioterapiassa. Opinnäytetyöni tavoitteena oli tuottaa toimeksiantajalle tietoa eläinavusteisesta fysioterapiasta, jota se voi hyödyntää yhdistyksensä toiminnassa ja tietoisuuden lisäämisessä eläinten kanssa työskentelystä. Myös muut fysioterapeutit voivat hyödyntää opinnäytetyöstä saatua kokemuseräistä tietoa eri eläinten kanssa työskentelystä ja eläimen tuomasta lisäarvosta fysioterapiaan. Oma tavoite oli perehtyä eläinavusteisen terapiaan ja syventää tuntemusta eläinavusteisen terapian toteutuksesta fysioterapiassa.

Opinnäytetyön tutkimusasetelma oli laadullinen ja tutkimusaineisto kerättiin teemahaastattelulla kolmelta eri eläinavusteista terapiaa hyödyntävältä fysioterapeutilta. Haastattelut toteutettiin Teams -sovelluksessa lokakuun 2021 aikana. Tutkimusaineiston analysointimenetelmänä oli aineistolähtöinen analysointi.

Eläinavusteisen terapian koetaan tuovan monia positiivisia vaikutuksia fysioterapiaan. Haastatteluista nousi vahvasti esille eläimen motivoiva rooli fysioterapiassa, jolloin asiakkaan tavoitteet saavutetaan yleensä tehokkaammin. Eläinten kanssa tehtävien harjoitusten määrä on vain terapeutin mielikuvituksesta kiinni, mutta harjoitteiden tulee olla perusteltuja. Eläimen on tärkeä nauttia työstään ja tähän tarvitaan taitoa lukea eläimen elekieltä ja mielentilaa. Eläinavusteisessa terapiassa työskentelevän eläimen tulee olla tehtävänsä sopiva ja fysioterapeutilla tulee olla tarvittavat tiedot ja taidot terapian toteuttamiseen. Fysioterapeuteilla oli positiivisia kokemuksia eri asiakasryhmien kanssa työskentelystä, mutta on kuitenkin tunnistettava sellaiset tilanteet, joissa eläinavusteinen terapia ei ole suositeltavaa. Merkittävimpinä eläimen tuomina hyötyinä koettiin spastisuuden vähentyminen ja rentoutuminen, joka vaikuttaa taas muun muassa pukeutumiseen, ruokailuun ja nukkumiseen.

Avainsanat

Eläinavusteinen terapia, fysioterapia, Green Care

Physiotherapy
Physiotherapist AMK

Author	Miia Vehniä	Vuosi	2021
Supervisors	Anne Rautio		
Commissioned by	Green Care Lapland		
Subject of thesis	Animal make physiotherapy more effective – possibilities of animal assisted physiotherapy		
Number of pages	58 + 2		

The purpose of this thesis was to find out the experiences of physiotherapists who are specialized in animal assisted therapy. The aim of this study was to produce information about animal interaction for commissioner to use in their activities and raise awareness. Physiotherapists gain experiential information of working with different animals and the value the animal brings. The aim was to enhance the knowledge of the author of the topic.

The research method was qualitative and the material for research was collected by theme interviews. Three physiotherapists participated in the interview. The interviews were recorded in the Teams application in October 2021. The recorded material was transcribed with the help of Word-word processing program. The method of analysis was data-driven analysis.

According to interviewees animal assisted physiotherapy has many positive effects. Due to the motivating effect of the animal, the goals of therapy are usually achieved more effectively. There is an unlimited number of exercises with animals, but all must have a purpose. It is important for the animal to enjoy its work and this requires the ability to read the animal's sign language and state of mind. The animal must be suitable for the work and the physiotherapist must have the necessary knowledge and skills. Physiotherapists had positive experiences working with many different client groups. However, physiotherapists need to identify clients and situations where animal assisted therapy is not recommended. The most significant benefits were in spasticity and relaxation, which has a positive effect on dressing, eating and sleeping, among other things.

Key words

Animal assisted therapy, physiotherapy, Green Care

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 GREEN CARE	8
2.1 Green Care -toiminta	8
2.2 Green Care -palvelut.....	8
2.3 Green Care -menetelmät	9
3 ELÄINAVUSTEINEN TYÖSKENTELY	11
3.1 Eläinavusteisen työskentelyn historiaa	11
3.2 Eläinavusteinen työskentelyn määrittely	12
3.3 Eläinavusteista työskentelyä koskevat ohjeet ja säädökset.....	14
3.4 Eläimen hyvinvointi eläinavusteisessa työskentelyssä	16
4 ELÄINAVUSTEINEN FYSIOTERAPIA	19
4.1 Eläinavusteinen terapia.....	19
4.2 Eläin fysioterapeutin työparina.....	20
4.3 Eläinavusteisen terapian mahdollisuudet.....	21
4.4 Eläimet eläinavusteisessa fysioterapiassa.....	23
4.4.1 Koira-avusteinen fysioterapia	23
4.4.2 Kissa-avusteinen fysioterapia.....	25
4.4.3 Laamat ja alpakat fysioterapiassa	26
5 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT	28
6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	29
6.1 Tutkimusmenetelmä.....	29
6.2 Tiedonkeruumenetelmä	30
6.3 Haastatteluaineiston analysointi	31
7 TUTKIMUKSEN TULOKSET	35
7.1 Eläinavusteinen fysioterapian hyödyntäminen asiakkaan kuntoutuksessa	35
7.2 Eläinavusteisessa fysioterapiassa työskentelevän eläimen hyvinvoinnista huolehtiminen.....	39
7.3 Fysioterapeuttien kokemukset eläinavusteisen terapian tuomasta hyödystä asiakkaalle	41

8 POHDINTA	45
8.1 Pohdintaa tutkimustuloksista ja johtopäätökset	45
8.2 Pohdintaa eettisyydestä ja luotettavuudesta	48
8.3 Pohdintaa opinnäytetyöprosessista ja jatkotutkimusaiheet	50
LÄHTEET	53
LIITTEET	58

1 JOHDANTO

Suomessa on jo 2000 luvulta asti käytetty eläinavusteisia menetelmiä osana sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita. Luontoon ja eläinavusteisuuteen liittyvät toiminnot ovat kasvussa, ja palveluvalikoima on laajentunut vapaaehtoistyöstä aina sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisen toteuttamaan terapiatyöhön. (Hautamäki, Ramadan & Vilhunen 2021.) Green Care on luontoon ja maaseutu ympäristöön liittyvää ammatillista toimintaa, jonka avulla edistetään ihmisten hyvinvointia ja elämänlaatua. Green Care -palveluissa käytetään eri eläin- ja luontoavusteisuuden menetelmiä palvelun tarjoajan ammattialan mukaisesti. Toiminta on tavoitteellista, vastuullista ja ammatillista. (Green Care Finland 2020a.)

Yksi Green Caren menetelmistä on eläinavusteinen terapia. Eläimen mukaan ottaminen kuntoutustyöhön mahdollistaa asiakkaan toimintakyvyn harjoittamisen vaihtoehtoisella, toiminnallisella ja kokemuksellisella tavalla. (Kahilaniemi 2016, 20–21.) Eläinavusteinen terapia on aina ammattilaisen toteuttamaa ja suunnittelemaa toimintaa, jossa asianmukaisesti koulutettu eläin on osana työskentelyä (Hautamäki, Ramadan & Vilhunen 2021). Eläinavusteinen terapia on ajankohtainen aihe ja lisääntynyt paljon viime vuosina (Ikäheimo 2019). Monissa tutkimuksissa kerrotaan eläinavusteisen terapian tulosten olevan positiivisia, mutta tarvitaan kuitenkin lisää tutkimusnäyttöä tulosten vahvistamiseksi (Lasa ym. 2015; Wijker, Leontjevas, Spek & Enders-Slegers 2019; Elmacı & Cevizci 2015; Hautamäki ym. 2018).

Fysioterapeutille eläinavusteinen terapia on yksi kuntoutusmenetelmä muiden palveluiden joukossa. Kuten kaikessa fysioterapiassa, toiminta on tavoitteellista ja terapialla on selkeä suunnitelma ja tavoitteet. Eläimen avulla on tarkoitus saada tuotua fysioterapiaprosessiin jotain perusteltua lisäarvoa. (Hautamäki, Ramadan, Ranta, Haapala & Suomela-Markkanen 2018; Manninen & Tiira 2018.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kartoittaa fysioterapeuttien kokemuksia eläinavusteisen terapian hyödyntämisestä fysioterapiassa. Eläinavusteisesta fysioterapiasta kiinnostuin aiheena oman pitkän eläinalan harrastus- ja työtaus-

tan myötä. Motivaatiota aiheeseen lisää tavoite jatkokouluttautumiseen eläinalalle valmistumisen jälkeen. Työn toimeksiantajana toimiva Green Care Lapland on aluejaosto, jonka tarkoituksena on edistää Cree Care -toiminnasta kiinnostuneiden verkostoitumista, tiedonvälitystä ja toiminnan kehittymistä (Green Care Finland 2020c). Toimeksiantaja saa opinnäytetyöstäni tietoa eläinavusteisesta fysioterapiasta, jota se voi hyödyntää yhdistyksensä toiminnassa ja tietoisuuden lisäämisessä eläinten kanssa työskentelystä. Myös muut fysioterapeutit voivat hyödyntää opinnäytetyöstä saatua kokemuseräistä tietoa eri eläinten kanssa työskentelystä ja eläimen tuomasta lisäarvosta fysioterapiaan. Oma tavoite on perehtyä eläinavusteisen terapiaan ja syventää tuntemusta eläinavusteisen terapian toteutuksesta fysioterapiassa.

Ratsastusterapeuteille on oma koulutuksensa ja ratsastusterapiaa on toteutettu Suomessa jo vuodesta 1991 lähtien. Siitä löytyy paljon laadukkaita tutkimuksia ja halusinkin opinnäytetyössäni kartoittaa muita mahdollisuuksia toteuttaa fysioterapiaa eläinten kanssa. Joten näiden asioiden takia opinnäytetyössäni ei käsitellä ratsastusterapiaa. Fysioterapeuttien haastattelujen ja tutkimustulosten perusteella toivon työn kehittävän eläinavusteista terapiaa sekä lisäävän tietoutta ja kiinnostusta eläinavusteiseen fysioterapiaan.

2 GREEN CARE

2.1 Green Care -toiminta

Green Care on luontoon ja maaseutuympäristöön liittyvää ammatillista toimintaa, jonka avulla edistetään ihmisten hyvinvointia ja elämänlaatua. Palveluissa käytetään eri eläin- ja luontoavusteisuuden menetelmiä palvelun tarjoajan ammattialan mukaisesti. (Green Care Finland 2020e.) Green Care -toiminnan kolme peruselementtiä ovat luontoperustaisuus, kokemuksellisuus (toiminta) ja osallisuus (yhteisö). Hyvinvointivaikutukset muodostuvat näitä tekijöitä eri tavoin yhdistelemällä. Lisäksi Green Care -toiminnan kolme perusedellytystä ovat tavoitteellisuus, ammatillisuus ja vastuullisuus. (Luke, THL & GCF ry 2018.)

Toiminta toteutuu usein luontoympäristössä tai maatilalla, mutta luonnon materiaaleja voidaan tuoda myös kaupunki- ja laitospäristöihin. Luonto- ja eläinavusteisuus sopii varsinkin niihin tilanteisiin, joissa kommunikaatio ja luottamuksellinen vuorovaikutus ovat haastavia. Luonto- ja eläinavusteisuutta voidaan hyödyntää lääketieteellisen hoidon ja ammatillisen keskustelun tukena, kun pyritään saamaan toiminnallisuuteen ja yhteisöllisyyteen perustuvia menetelmiä. (Green Care Finland 2020b.)

Green Care Finland -yhdistys on perustettu vuonna 2010. Green Care -toiminta on herättänyt ihmisten kiinnostusta ja nykyään luonto- ja eläinavusteisen toiminnan palveluita löytyy jo monipuolisesti Suomesta. Green Care -käsitteen alle on pystytty luomaan ammatillista toimintaa, jonka hyvinvointivaikutuksista on tutkimusten avulla saatu kattavaa näyttöä. (Luke, THL & GCF ry 2018.)

2.2 Green Care -palvelut

Green Care -palveluita voidaan soveltaa monelle eri toimialalle. Palveluita toteutetaan yleensä sosiaali- ja terveysalan, kasvatuksen sekä virkistys- ja hyvinvointialan palveluissa. Green Care -palvelut jaetaan kahteen eri palveluryhmään: LuontoHoivan ja LuontoVoiman palveluihin. Nämä eroavat toisistaan palvelujen järjestämisvastuun, asiakasryhmien ja palveluntuottajien koulutusvaatimusten osalta. LuontoHoivan palvelut ovat pääsääntöisesti sosiaali- ja

terveysalan koulutuksen käyneen ammattilaisen, esimerkiksi fysioterapeutin tuottamia palveluita tai yhteistyötä koulutettujen toimijoiden kanssa. LuontoHoi-
van palveluissa työskennellään erityistä tukea tarvitsevien asiakasryhmien kanssa, jotka käyttävät palveluja fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen toimintaky-
vyn tai kuntoutumisen tukena. (Luke, THL & GCF ry 2018.)

LuontoVoiman palvelut ovat kaikille avoimia ohjattuja luontoperustaisia hyvin-
vointi-, kasvatus- ja harrastuspalveluita. LuontoVoiman palveluissa yksittäiset ja
lyhytkestoisetkin luontokokemukset auttavat stressiin ja lisäävät voimavaroja.
Varsinkin ennaltaehkäisevänä toimintana palveluiden avulla voidaan tukea esi-
merkiksi työssäkäyvien jaksamista, suojata mielenterveyden ongelmilta tai aut-
taa ikäihmisten toimintakyvyn ylläpitämisessä. (Green Care Finland 2020d.)
Palveluiden tarjoajalla ei tarvitse olla sosiaali- ja terveysalan koulutusta, mutta
hänen on tiedettävä luonnon hyvinvointivaikutusten syntymekanismit ja hänellä
on oltava taitoja asiakkaan ohjaamiseen. (Luke, THL & GCF ry 2018.)

2.3 Green Care -menetelmät

Palvelun tarjoajan ammattialan mukaisesti hyödynnetään monia eri eläin- ja
luontoavusteisuuden menetelmiä. Menetelmien avulla ammattilainen saa käyt-
ttönsä omia palvelumahdollisuuksia laajentavia työvälineitä. (Green Care Fin-
land 2020b.) Green Care -menetelmät voidaan jakaa neljään eri pääluokkaan:
luonto, eläin, puutarha ja maatila (Luke, THL & GCF ry 2018).

Eläinavusteisia menetelmiä ovat esimerkiksi ratsastusterapia ja sosiaalipeda-
goginen hevostoiminta, eläinavusteinen terapia terapeutin toteuttamana tai
eläinavusteinen toiminta, kuten vierailut vanhainkodeilla ja kaverikoiratoiminta.
Puutarhaa voidaan hyödyntää esimerkiksi aktiivisesti toimimalla tai vain viher-
ympäristöissä oleilemalla. Terapeuttinen puutarhatoiminta on ammattilaisen
ohjaamaa asiakaskeskeistä toimintaa, jossa käytetään aktiivista puutarhanhoi-
toa kuntoutumistavoitteiden saavuttamiseksi. Kuntouttava maatilatoiminta tarjo-
aa päivätoimintapalveluita esimerkiksi mielenterveys- ja sosiaalisen kuntoutuk-
sen asiakasryhmille. Myös koululuokkien ja päiväkotien vierailut maatioilla ovat
opettavaisia kokemuksia. Luontoavusteinen toiminta tarjoaa monia eri toimin-
tamahdollisuuksia, kuten seikkailukasvatusta ja elämyspedagogiikkaa, ympäris-

tökasvatusta tai elvyttävää luontoa rentoutumisharjoituksena. (Green Care Finland 2020e.)

3 ELÄINAVUSTEINEN TYÖSKENTELY

3.1 Eläinavusteisen työskentelyn historiaa

Eläimet ja ihmiset ovat eläneet yhdessä jo yli 50 000 vuotta, ja domestikoitumisen eli kotieläimeksi kesyyntymisen myötä 15 000 vuotta sitten ihmiset alkoivat hyödyntää eläimiä apuna metsästyksessä ja vartioinnissa. Lisäksi eläimet toimivat elintärkeänä ruuanlähteenä ja niitä myös palvottiin. (Kahilaniemi 2016, 18.)

Uskotaan, että eläimiä on ensimmäisen kerran käytetty potilaiden hoidossa vuonna 1792 Englannissa Quaker Society of Friends York Retreatissä. Mielen-terveyspotilaiden terapiaan otettiin mukaan pieniä eläimiä opettamaan potilaille itsehillintää. (Velde, Cipriani & Fisher 2005; Chandler 2012, 18–19.) Seuraava merkittävä tapahtuma oli vuonna 1919 Washingtonin St Elizabethin sairaalassa, kun Yhdysvaltain armeija edisti koirien käyttöä terapeuttisena hoitomuotona psykiatristen potilaiden kanssa (Velde ym. 2005; Chandler 2012, 19–20.)

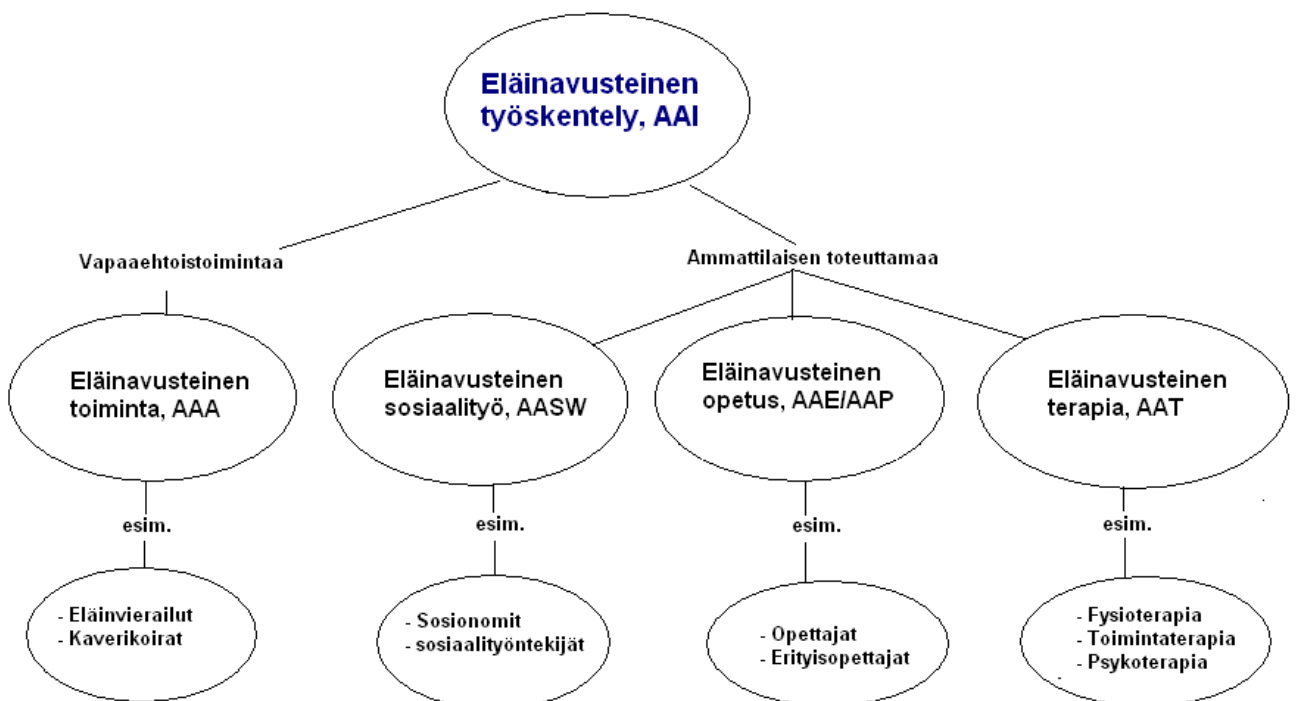
Tohtori Boris Levinson oli lastenpsykologi ja ensimmäinen koulutuksen saanut terapeutti, joka esitteli vuonna 1960 eläimen positiivisia vaikutuksia terapeutin ja asiakkaan väliseen suhteeseen sekä eläimen motivaatiota lisäävän vaikutuksen kuntoutukseen (Chandler 2012, 23). Vuonna 1990 tohtori William Thomas kehitti Eden Alternative -nimisen terapeuttisen ympäristön, jossa yhdistyvät luonto, eläimet sekä pitkäaikainen hoito (Velde ym. 2005).

Delta-organisaatio, nykyisin tunnettu Pet Partners, aloitti Yhdysvalloissa vuonna 1990 terapiaeläin-ohjelman. Organisaatiolla on omat suosituksensa ja vaatimuksensa terapiatyötä tekeville eläimille. Järjestö edistää terapiaeläinten työtä erilaisissa toimintaympäristöissä, kuten kouluissa, hoivakodeissa, vankiloissa, sairaaloissa ja muissa terveysalan palveluissa. (Chandler 2012, 29.) 1990-luvun puolivälin jälkeen eläinavusteinen työskentely on laajentunut osaksi erilaisia kuntoutuspalveluja. Maailmansotien aikana loukkaantui suuri määrä ihmisiä ja myös kuntoutuspalvelujen tarve kasvoi huomattavasti. (Kahilaniemi 2016, 18–19.) Pitkästä historiastaan huolimatta eläinavusteinen työskentely on silti uusi alue asiakkaan hyvinvoinnin, kasvun ja kehityksen edistämiseksi (Chandler 2012, 30).

3.2 Eläinavusteinen työskentelyn määrittely

Eläinavusteinen työskentely on osa Green Caren luonto- ja eläinavusteista toimintaa. Näissä yhdistyvät eläinavusteinen työskentely ja muu maataloilla, talleilla ja luontoympäristöissä tapahtuva kuntoutus- ja virkistystoiminta. Eläinavusteisen työskentelyn avulla edistetään asiakkaan toiminnallista osallistumista palveluihin. Eläimen mukaan ottaminen kasvatus- ja kuntoutustyöhön mahdollistaa asiakkaan toimintakyvyn harjoittamisen vaihtoehtoisella, toiminnallisella ja kokemuksellisella tavalla. Moni eri sosiaali- ja terveystyö, koulutus tai virkistys- ja hyvinvointipalvelun ammattilainen voi toiminnassaan hyödyntää eläinavusteisia menetelmiä. (Hautamäki ym. 2021; Kahilaniemi 2016, 20–21.)

Eläinavusteisen työskentelyn (Animal-assisted Interventions, AAI) toteutustapojen valikoima vaihtelee paljon, ja käsitteiden jaottelu auttaa ymmärtämään työskentelyn eri muotoja (kuviot 1). Eläinavusteinen työskentely on termi, joka kattaa eläinavusteisen toiminnan (Animal-Assisted Activity, AAA), eläinavusteisen terapian (Animal-Assisted Therapy, AAT) sekä eläinavusteisen opetuksen (Animal-Assisted education/pedagogy, AAE/AAP). (Ikäheimo 2013, 10.) Eläinavusteinen sosiaalityö (Animal-Assisted social work, AASW) voi olla joissain lähteissä oma toimintamuotonsa, mutta se saatetaan myös määritellä osaksi eläinavusteista toimintaa. (Kahilaniemi 2016, 20–21; Hautamäki ym. 2021.)



Kuvio 1. Eläinavusteisen työskentelyn määrittely (Mukaillen Kahilaniemi 2016, 21).

Eläinavusteinen toiminta on yleensä vapaamuotoista ja tapahtuu vapaaehtoisten voimin. Eläinvierailujen aikana käydään esimerkiksi laitoksissa ja hoitokodeissa tuomassa iloa asukkaiden arkeen. (Kahilaniemi 2016, 21.) Eläimen ohjaajan tulee olla perehtynyt eläinavusteiseen toimintaan, ja eläimen tulee olla tehtävään soveltuva. Toiminnalla ei kuitenkaan tarvitse olla suunnitelmaa tai tavoitetta. (Ikäheimo 2013, 10.) Eläinavusteisessa toiminnassa voi olla mukana erilaisia eläimiä, kuten koiria, kissoja, lampaita, kanoja ja alpakoita (Green Care Finland 2020a). Eläinavusteinen toiminta on todella arvokasta ja lisää hyvinvointia useiden ihmisten elämään. Käynnit ovat usein yksittäisiä, ja toistuvuudella saataisiin vielä lisää hyvinvointia lisääviä vaikutuksia. (Ikäheimo 2019.) Suomessa eläinavusteista toimintaa on muun muassa Kennelliiton kaverikoirat ja Suomen Karva-kaverit (Kennelliitto 2021; Suomen Karva-kaverit ry 2021).

Eläinavusteinen opetuksella on kasvatuksellinen tai kuntoutuksellinen tavoite edistää osallistujan sosiaalisia ja kognitiivisia taitoja. Eläinavusteista opetusta voivat tarjota opettajat, erityisopettajat tai muu kasvatusalan koulutuksen saanut ammattihenkilö. Eläinavusteinen opetus voi tapahtua ryhmissä tai yksilöllisesti, ja se voidaan toteuttaa kaiken ikäisille henkilöille. (Kahilaniemi 2016, 21; Ikäheimo 2013, 11, 184; AAI 2021.) Opetushallitus, Kennelliitto ry, Allergia-, iho- ja astmaliitto ry, ja Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry ovat laatineet yhdessä ohjeistuksen koirien kanssa työskentelyyn oppilaitoksissa (Opetushallitus 2021). Eläimen osallistuminen mukaan oppitunneille tuo motivaatiota esimerkiksi lukemiseen sekä liikuntatunneille osallistumiseen, ja lisäksi se auttaa keskittymään sekä vähentämään luokissa esiintyvää aggressiivisuutta. Allergia on monella paikkakunnalla kuitenkin esteenä eläimen tuomiseen kouluun, mikä on hidastanut eläinavusteisen opetuksen kehittämistä. (Ikäheimo 2019.)

Eläinavusteisessa terapiassa terveys- tai sosiaalialan koulutuksen saanut terapeutti hyödyntää eläimiä apuna työssään. Eläinavusteiseen terapiaan tulevalla asiakkaalla on diagnoosi, ja terapia etenee tarkoituksen ja tavoitteen mukaisesti. Terapialla on aina suunnitelma, ja se dokumentoidaan. (Ikäheimo 2013, 10–14; Hamunen 2018; Kahilaniemi 2016, 21.) Terapiassa asiakkaalla on

yksilölliset tavoitteet ja niiden toteutumista arvioidaan esimerkiksi kuntoutus-suunnitelmassa. Eläimen tulee olla työhön soveltuva ja koulutettu. Eläin voi olla mukana esimerkiksi psykoterapiassa, fysioterapiassa, puheterapiassa, toiminta-terapiassa tai neuropsykologisessa kuntoutuksessa. (Hautamäki ym. 2021.)

Suomessa eläinavusteista työskentelyä edustavia yhdistyksiä ovat muun muassa Green Care Finland ry, Anima Ry, Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry ja Suomen Ratsastusterapeutit ry (Hautamäki ym. 2021). Kansainvälisesti eläinavusteiseen työskentelyyn liittyen löytyy useita eri järjestöjä. IAHO, the International Association of Human-Animal interaction Organizations edistää eläinten ja ihmisten välistä suhdetta. ISAAT, The International Society for Animal-Assisted Therapy edistää eläinavusteisen terapiaa, opetusta ja toimintaa sekä valvoo koulutuksen laatua. (Ikäheimo 2013,12; Hautamäki ym. 2021.)

ESAAT:n eli The European Society of Animal-Assisted Therapyn tavoitteena on edistää eläinavusteista terapiaa ja yhdenmukaistaa sen koulutus Euroopan alueella (The European Society of Animal-Assisted Therapy 2020a). ESAAT on laatinut standardit teorian ja käytännön osaamiselle, eläinavusteisen terapian kouluttajien osaamistasolle ja luonut menetelmiä varmistamaan osaamisen laadun. (The European Society of Animal-Assisted Therapy 2020b.)

3.3 Eläinavusteista työskentelyä koskevat ohjeet ja säädökset

Valvira eli sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontavirasto valvoo sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten, kuten fysioterapeuttien, toimintaa. Yksityisten sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujen tarjoajan täytyy hakea lupa toimintaansa Aluehallintovirastolta. Viranomaistaholta ei kuitenkaan ole säädetty määräyksiä eläinavusteisten menetelmien toteuttamiseen. (Hautamäki, Ramadan & Vilhunen 2021.) Eläinavusteiseen toimintaa liittyvä ainoa laki Suomessa määrää, että eläintä ei saa kouluttaa tai käyttää siten, että vahingoitetaan sen terveyttä tai hyvinvointia. Eläintä ei saa pakottaa ylittämään luonnollisia kykyjään tai voimiaan. (Eläinsuojeluasetus 396/1996 4;13.1 §)

Eläinavusteiselle terapialle ei ole vielä maailmanlaajuisesti yhteisiä sääntöjä tai suosituksia, eikä Suomessa eläinten koulutukselle tai testaukselle ole yhtenäisiä toimintatapoja (Wijker ym. 2019; Hautamäki ym. 2018). Kaikilla ammattilai-

silla on erilliset, omaa alaansa koskevat ammattieettiset ohjeet. Lisäksi eläinavusteiselle työlle on eri yhdistyksillä ja koulutusta tarjoavilla yrityksillä omat suosituksensa ammattieettiseen toimintaan. (Kahilaniemi 2016, 24; Hautamäki ym. 2018.) Yhteisten käytänteiden puuttuessa on ensiarvoisen tärkeää huolehtia asiakkaiden, ammattilaisten ja eläinten turvallisuudesta. Ammattilaisilla tulee olla riittävä koulutus ja taidot huolehtia eläinten hyvinvoinnista. (Wijker ym. 2019.)

Kaikelle eläinavusteiselle työskentelylle olisikin tärkeää laatia selkeät yhteiset eettiset periaatteet, laatukriteerit, turvallisuusasiakirjat, säännöt ja terminologia. Yhteisesti sovitut käytänteet turvaisivat sekä eläimen että asiakkaan, varsinkin uusien toimijoiden tullessa alalle, ja loisivat pohjaa eläinavusteisen terapian kehittymiselle. (Hautamäki ym. 2018; Tiira 2016.) Myös eläinavusteisen työskentelyn vaikutuksien arvioinnille ja kirjaamiselle tarvitaan lisää tutkimus- ja kehittämistoimia. (Hautamäki ym. 2018.)

Esimerkiksi Green Care -toimijoille tehdyssä laatutyökirjassa kerrotaan eettisistä periaatteista luonto- ja eläinavusteisessa työskentelyssä sekä ohjeistetaan palvelun laadunhallinnassa, toiminnan kehittämisessä ja yrityksen turvallisuusasiakirjan laatimisessa. (Luke, THL & GCF ry 2018). Myös Kuntoutussäätiön tutkijat ovat koonneet yhteistyön tuloksena yhdessä alan ammattilaisten kanssa käsikirjan eläinavusteisten menetelmien laadukkaaseen toteuttamiseen eri toimintaympäristöissä. Käsikirjassa kerrotaan eettisiä toimintatapoja, tutkittua tietoa ja hyviä käytäntöjä eläinavusteisten menetelmien turvalliseen toteuttamiseen. (Hautamäki ym. 2021.)

Kaikkien eläinavusteisuudessa työskentelevien palveluntarjoajien kouluttaminen lisääisi turvallisuutta ja myös tietotaitoa eläimen hyvinvoinnista huolehtimisesta, kuten riittävästä lepotauoista, laadukkaasta ravinnosta ja työaikojen sopivista pituuksista. Ohjaajan tehtävänä on järjestää työolosuhteet eläimelle sopiviksi, sillä eläimen on tärkeä nauttia työstään. (Ikäheimo 2019.) Tulevaisuudessa alalla tarvitaan eläinten sekä terapeuttien sertifiointi (Wijker ym. 2019). Eläimen testaaminen työkäyttöön on aina suositeltavaa, sillä yksikin onnettomuus on liikaa ja saattaa pahimmassa tapauksessa lopettaa koko eläinavusteisen toiminnan. Eläimen ohjaaja saa myös samalla ulkopuolisen arvion kouluttamansa

eläimen turvallisuudesta, käyttöominaisuuksista ja kehittämisen kohteista. (Tiira 2016; Kahilaniemi 2016, 36.)

Eläinavusteiseen työskentelyyn on Suomessa tarjolla ihmisille monia eritasoisia koulutuksia korkeakouluista ammattikouluihin. Valittavana on esimerkiksi sosiiaalipedagoginen koiratoiminta -koulutus tai Eläinavusteisen valmentajan koulutus. (Kahilaniemi 2016, 36.) Keski-Pohjanmaan ammattiopisto tarjoaa Hyvinvoinnin tuottaminen eläinten avulla -koulutusta ja Koulutuskeskus Salpaus Ammattimainen koira-avusteinen toiminta –koulutusta (Kpedu 2021; Salpaus 2021). Jyväskylässä toteutettava Koira-avusteinen kasvatus- ja kuntoutustyö täydennyskoulutus on järjestetty yhteistyössä Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:n kanssa. Koulutus kuuluu tärkeänä osana työkoirakon kouluttautumiseen ammatilliseen koira-avusteiseen toimintaan. (Jamk 2021; Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry 2021b.)

Järjestöiltä löytyy eläimen lajin mukaan omia soveltuvuustestejä, minkä avulla voidaan testata, onko eläin virallisesti sopiva terapiatyöhön. (Green Care 2020b; Hautamäki ym. 2018; Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry 2021c). Suomessa Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry järjestää työkäyttöön tarkoitettuille koirille soveltuvuustestejä, koiran ohjaajalle täydennyskoulutuksen sekä työparille yhdessä työnäytön. Työnäytön hyväksytyn suorittamisen jälkeen työpari on virallinen kasvatus ja kuntoutus koirakko eli koiran ja ohjaajan muodostama kokonaisuus, joka on oikeutettu käyttämään yhdistyksen virallisia liivejä. (Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry 2021c.)

3.4 Eläimen hyvinvointi eläinavusteisessa työskentelyssä

Laadukkaan työskentelyn varmistamiseksi ei riitä vain eläinavusteisen ohjaajan ammatillinen koulutus. Eläimen ohjaajan täytyy tuntea oma eläimensä ja sen lajityypillinen käyttäytyminen. Jo pelkästään vaaratilanteiden välttämiseksi ohjaajan on tärkeä osata lukea eläimen käyttämää elekieltä ja stressin merkkejä. (Kahilaniemi 2016, 29–35.) Esimerkiksi laumaeläin saattaa kokea stressiä, jos se erotetaan turvallisesta laumasta ja viedään pois työskentelemään eri paikkaan (Kasanen 2017). Työskentelyn aikana suositellaan, että eläin voi liikkua

vapaasti. Tällöin eläin voi halutessaan poistua tilanteesta. (Kahilaniemi 2016, 29–35.)

Kaikkien eläinavusteisessa työssä käytettävien eläinten täytyy olla terveitä ja rokotettuja. Eläimen sairastuessa sille annetaan tarpeeksi aikaa parantua, kuten sairausloma ihmisillä. (Ikäheimo 2019.) Eläin olisi hyvä käyttää eläinlääkärin tarkastuksissa vuosittain. Eläimen turkki, kaviot yms. pidetään siisteinä ja kynnet lyhyinä. Eläimelle annetaan vapaapäiviä ja taukoja työpäivän lomassa. (Hautamäki ym. 2021.)

Eläimen kouluttaminen eläinavusteiseen työskentelyyn vie paljon aikaa. Eläimillä on paljon vastuuta ihmisen työparina ollessaan, joten koulutuksen tähän tehtävään täytyy olla laadukasta ja huolellisesta. Eläimelle täytyy myös antaa aikaa kehittyä henkisesti, että se kykenee hallitsemaan itseään ja reaktioitaan. Esimerkiksi koira on henkisesti kypsä vasta noin 3 vuoden iässä. Tietysti on olemassa poikkeuksia, mutta eläimille täytyy antaa aikaa kehittyä ja kypsyä, ennen kuin niiltä odotetaan liikoja. (Fine 2015, 104–105.)

Eläimen hyvinvoinnin arvioinnissa oleellista on havainnoida eläimen yleisvointia. Tähän sisältyy myös oman eläimen tunteminen ja mikä on sille normaalia käytöstä. (Hautamäki ym. 2021.) Hyvinvoiva eläin näyttää hyvinvoivalta. Stressi tai kärsimys saattaa näkyä passivoitumisena, hyperaktiivisuutena tai levottomuutena. Se voi ilmetä stereotypioina, kuten esimerkiksi ympyrän kiertämisenä, hännän jahtauksena, hevosilla imppaamisena (puunpureminen), pelokkuutena tai aggressiivisuutena. Hyvinvoiva eläin osaa rauhoittua, levätä ja nukkua lajilleen tyypillisesti ja se on hyvin harvoin aggressiivinen. Hyvinvoinnin heikkenemisen merkkejä ovat myös ruokahaluttomuus, eläin ei leiki, muutokset vuorovaikutuksessa, eläin välttelee tai muuttuu läheisriippuvaiseksi. (Kasanen 2017.)

Eläinavusteisesta työskentelystä syntyvää stressiä pyritään lievittämään huolehtimalla eläimen perustarpeista sekä lajityypillisistä käyttäytymistarpeista. Käyttäytyminen lajityypillisesti palkitsee itsessään eläintä. Jos eläin ei pääse suorittamaan tätä toimintaa, hyvinvointi heikkenee, vaikka kaikista fysiologisista tarpeista olisikin huolehdittu. (Kasanen 2017.) Eläin kestää jonkin verran asiakkaan tuomaa stressiä, mutta sille on annettava riittävästi aikaa palautua työn jälkeen (Manninen & Tiira 2018; Hautamäki ym. 2021). Oman olotilan huomioi-

minen on myös tärkeää. Eläimen tunteet saattavat tarttua, ja omia tunteita havainnoimalla saattaa huomata, onko eläin stressaantunut vai rento. Stressaantunut eläin tai asiakas helposti tartuttaa oman olotilansa. Rauhallisuus harvemmin tarttuu stressaantuneeseen, joten tämän takia olisi tärkeää asiakastilanteessa saada molemmat osapuolet rentoina tilanteeseen. (Kasanen 2017.)

Eläinavusteista työtä tekevän eläimen hyvinvointia voidaan edistää valitsemalla ensinnäkin työhön ja omaan persoonaan parhaiten sopiva laji, rotu ja yksilö. Eläimellä tulisi olla korkea ärsytyskynnys, riittävästi rohkeutta, hyvä hermorakenne, riittävä oppimiskyky ja sopiva yhdistelmä toimintakykyä sekä kärsivällisyyttä. Eläimen tulee olla myös ihmisystävällinen ja kiinnostunut ihmisistä. Nämä ominaisuudet yhdistyvät usein koiraroduista varsinkin labradorinnoutajissa. (Kasanen 2017.)

Työkäytössä olevan eläimen on tärkeä osata säädellä omaa stressialtistustaan. Eläimelle voidaan opettaa, että se saa koska tahansa poistua tilanteesta ja mennä rauhoittumaan. Eläintä ei kukaan häiritse sen omassa rauhoittumispaikassa ja työskentely jatkuu vasta, kun eläin itse tulee mukaan. Tärkein yksittäinen asia hallitsemaan stressitasoa on eläimen kyky vaikuttaa omaan toimintaansa. (Kasanen 2017.)

4 ELÄINAVUSTEINEN FYSIOTERAPIA

4.1 Eläinavusteinen terapia

Taito eläinavusteisen terapian toteuttamiseen saataisiin parhaiten ammattilaisen oman pohjakoulutuksen ja eläinavusteisen terapian täydennyskoulutuksen avulla. Eläimen kanssa tehtävä toiminta on vain osa terapiaa, ja terapeutti hyödyntää myös muita menetelmiä asiakkaan kuntoutuksen tukena (Hautamäki ym. 2021). Eläinavusteinen terapia perustuu asiakkaan, eläimen ja terapeutin väliseen kolmiulotteiseen suhteeseen. Eläinavusteinen terapia sisältää eri menetelmiä, joissa asiakkaat ovat vuorovaikutuksessa eläinten kanssa, kommunikoiivat eläinten kautta tai ovat aktiivisia eläinten suhteen. (The European Society of Animal-Assisted Therapy 2020a.)

Eläinavusteiseen terapiaan tulevalle asiakkaalla on jokin yksilöllinen tarve, kuten motoristen, sosiaalisten tai kognitiivisten taitojen kehittäminen. Eläimen kanssa työskennellessä voidaan kehittää esimerkiksi asiakkaan hienomotoriikkaa, liikkumista, toimintaa tai liikkeiden ja liikeratojen sujuvuutta. Harjoituksina voidaan käyttää esimerkiksi varusteiden pukemista eläimelle, taluttamista tai herkkujen piilottamista pallon sisälle. Sosiaalisia taitoja voidaan harjoittaa eläimen kanssa kommunikoimalla ja leikkimällä. Leikin aikana asiakas heittäytyy mukaan toimintaan ja käyttää mielikuvitustaan, on sosiaalisessa vuorovaikutuksessa eläimen kanssa ja kehittää itseluottamustaan. Kognitiiviset taidot kehittyvät esimerkiksi eläinavusteista toimintatuokiota suunnitellessa terapeutin kanssa. Samalla myös toiminnanohjaustaidot kehittyvät. (Välimaa 2017.)

Kaikkia eläimiä ei ole mahdollista kouluttaa terapiaeläimiksi, vaan niistä on kyettävä valitsemaan koulutukseen sopivimmat ja siihen parhaiten vastaavat (Fine 2015, 109). Olosuhteet ja vaatimukset vaihtelevat paljon työpaikasta riippuen. Esimerkiksi koulukoira työskentelee isoissa luokissa, psykoterapiakoira yhden asiakkaan kanssa tai terapiakoira fysioterapeutin kanssa kuntouttaa vaikeasti vammaisia. (Ikäheimo 2019.)

4.2 Eläin fysioterapeutin työparina

Eläimen avulla saadaan tuotua fysioterapiaprosessiin joltain perusteltua lisäarvoa. Fysioterapeutti ja asiakas laativat tavoitteet fysioterapialle ja näiden pohjalta fysioterapeutti valitsee asiakkaalleen sopivat harjoitteet, joita asiakas pääsee toteuttamaan yhdessä eläimen kanssa. (Manninen & Tiira 2018.) Eläinavusteista terapiaa voidaan hyödyntää asiakkaan tavoitteeseen pääsemisessä, jos ammattilainen kokee sen olevan tarkoituksenmukaista (Kahilaniemi 2016, 24–30).

Eläimen ottaminen mukaan terapiaan on aina hyvin yksilöllistä. Fysioterapeutti saattaa kokea eläimestä olevan hyötyä asiakkaalle tai asiakas voi erikseen toivoa eläimen ottamista mukaan terapiaan. Kaikkien asiakkaiden kanssa eläintä hyödynnetään tilanteeseen sopivalla tavalla. Fysioterapeutin tehtävänä onkin jokaisen asiakkaan kohdalla arvioida, hyötyykö asiakas eläimen mukaan ottamisesta vai ei. (Hautamäki ym. 2018.) Eläinavusteisen terapian toteuttamisesta voi myös kieltäytyä, jos toimintaan liittyy riskejä tai haittaa ammattilaiselle, asiakkaalle tai eläimelle (Kahilaniemi 2016, 24–30).

Fysioterapeutti noudattaa työskentelyssään ammatillisia sekä eläimen hyödyntämistä koskevia eettisiä ohjeita (Manninen & Tiira 2018). Yleensä asiakkaat ohjautuvat eläinavusteiseen fysioterapiaan Kelan kautta, maksusitoumuksella sosiaali- ja terveydenhuollon palveluista tai yksityisinä asiakkaina (Hautamäki ym. 2018).

Fysioterapeutin täytyy kyetä yhteistyöhön sekä asiakkaan että eläimen kanssa (Manninen & Tiira 2018). Fysioterapeutin tehtävänä on kommunikoida eläimen ja asiakkaan välillä. Eläimelle täytyy selkeästi kertoa, mitä siltä halutaan. Esimerkiksi koirat lukevat paljon helpommin ihmisen eleitä kuin suullisia käskyjä. Myös ihmisen ja koiran elekieli eroaa toisistaan, esimerkiksi halaaminen ja silmiin katsominen tarkoittaa eri asiaa koiralle kuin ihmisille. Tämän takia terapeutin tärkeä tehtävä on kouluttaa ja valita persoonallisuudeltaan sellaisia eläimiä tehtäviin, jotka nauttivat ihmisen seurasta. (Fine 2015, 106.) Myös ohjaajan tulee tuntea eläimen mukanaolo luontevana ja kyetä jakamaan eläimen mielenkiinto muiden ihmisten kanssa (Ikäheimo 2019).

Kaikista eläimistä ei ole mahdollista eikä kannattavaa muokata työkaveria eläinavusteiseen fysioterapiaan. Tämän takia ihmisten kotona asuvat eläimet ovat helppo valinta, sillä yleensä ne miellyttävät asiakkaita ulkonäöltään ja luonteeltaan. (Ikäheimo 2013, 102.)

4.3 Eläinavusteisen terapian mahdollisuudet

Eläimen tuomisella mukaan fysioterapiaan on monia positiivisia vaikutuksia ihmisiin. Eläimen koskettaminen vapauttaa oksitosiinia eli mielihyvähormonia ja laskee stressihormonin määrää. Jo pelkästään koiran silmiin katsominen saa oksitosiinin määrän ihmisessä kolminkertaistumaan. (Latvala-Sillman & Anundi 2018, 13–16.) Eläintä koskettaessa mieliala paranee, pelko ja ahdistus vähenee. Oksitosiinin vapautuessa kortisoli, syke ja verenpaine alentuu ja tätä kautta stressi vähenee. (Beetz, Uvnäs-Moberg, Julius & Kotrschal 2012.) Kaikilla asiakkailla on erilaiset fyysiset, psyykkiset ja toiminnalliset tarpeet, mutta miltei kaikki kuitenkin hyötyvät eläimen motivoivasta, rauhoittavasta ja stressiä lieventävästä vaikutuksesta (Hautamäki ym. 2018).

Eläimen läsnäolo parantaa hoitoon osallistumista ja asiakkaiden tyytyväisyyttä. Lisäksi eläinavusteisen terapian avulla voidaan täydentävänä hoitomuotona vähentää kroonisesta kivusta johtuvaa unettomuutta sekä parantaa elämänlaatua iäkkäillä ihmisillä. (Rodrigo-Claverol ym. 2019.) Eläin voi toimia fysioterapian aikana rentouttavana ja yhteistyötä lisäävänä tekijänä asiakkaille, joilla on ongelmia itsensä ilmaisun kanssa. Käyttäytymishäiriöistä kärsivien lasten kanssa eläimen tuominen terapiaan auttaa usein varautunutta lasta voittamaan ahdistuksensa. Eläimen mennessä iloisesti tervehtimään, lievittää tämä ensimmäinen kohtaaminen lapsen jännitystä jokaisen terapia-käynnin alussa. (Fine 2015, 144.)

Eläin voi osoittautua erittäin hyödylliseksi positiivisen suhteen luomisessa myös iäkkääseen asiakkaaseen. Asiakkaat, joilla on ollut eläimiä aikaisemmin, saattavat kokea eläimen läsnäolon erittäin positiivisena. Eläimen läsnäolo virkistää vanhuksen muistia ja herättää muistelemaan menneitä elämänkokemuksia. Tämä helpottaa ihmisten ajattelua ja vuorovaikutusta terapeutin kanssa. Jo

eläimen läsnäolo vanhuksen elämässä lisää päivittäistä toimintaa dramaattisesti verrattuna vanhuksiin, joilla ei ole lemmikkejä samassa taloudessa. (Fine 2019.)

Koira-avusteisen terapian avulla voidaan vähentää autismin kirjoa sairastavien asiakkaiden stressiä ja agorafobiaa eli julkisten paikkojen pelkoa, sekä parantaa kommunikointia ja itsetuntemusta. Eläin-avusteista terapiaa voidaan lisäksi pitää arvokkaana lisänä fysioterapeutin työvälineisiin autismin kirjon hoitoon. (Wijker ym. 2019.) Eläinten avulla voidaan autismin kirjoa sairastavia kannustaa ja rohkaista sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Eläimet saattavat saada autistiset lapset viihtymään terapeuttisissa ja sosiaalisissa ympäristöissä paremmin, sillä lapset käyttäytyvät sosiaalisemmin aikuisten kanssa eläinten läsnä ollessa verrattuna leluihin. Eläimen ollessa mukana autistisilla lapsilla on havaittu olleen matalampi kortisolitaso ja sosiaalisissa tilanteissa eläimet voivat vähentää lapsien ahdistusta. (Fine 2015, 226.)

Eläimen kanssa työskentelyyn liittyy aina epävarmuustekijöitä eläimen lajille tyypillisestä ja joskus jopa odottamattomasta käyttäytymisestä johtuen (Kahilaniemi 2016, 36). Eläimen on oltava asiakkaan tarpeisiin soveltuva. Esimerkiksi isokokoinen tai temperamentiltaan liian vilkas koira ei sovi kaikille. Myös asiakkaan allergia, aggressiivinen tai pelokas käytös tai antibioottiresistentit bakteerit vaikuttavat eläinavusteisen terapian käyttömahdollisuuksiin. Joillain asiakkailla saattaa olla myös uskonnollisia tai kulttuurillisia esteitä eläimen kanssa työskentelyyn. (Manninen & Tiira 2018.) Eläinallergian kanssa asiakkaat kuitenkin usein pärjäävät ottamalla allergialääkkeen ennen fysioterapiaa ja allergiaoireet saattavat myös poistua siedättämisen seurauksena fysioterapiaprosessin aikana. (Hautamäki ym. 2018.)

Kela on hyväksynyt ainoastaan ratsastusterapian fysio- tai toimintaterapiana eläinavusteiseksi kuntoutusmuodoksi. Ratsastusterapia kuuluu Kelan vaativan lääkinnällisen kuntoutuksen korvauksen piiriin, kun kuntoutuksen tarve on perusteltu. (Kela 2021.) Eläinavusteisen kuntoutuksen rahoitus on kuitenkin hankalaa. Sairaanhoidopiirit ovat osittain tukeneet hevosavusteista ja koira-avusteista psykoterapiaa, toimintaterapiaa ja fysioterapiaa. Eläinten hoitaminen on kuitenkin vaativaa, kokoaikaista ja se vie rahaa. Eläimen kanssa tehtävästä työstä on monia positiivisia vaikutuksia, mutta se on myös kalliimpaa. (Ikäheimo

2019.) Eläinavusteinen terapia ei ole vielä kovin yleistä ja sen takia fysioterapiaan tullessa välimatkat saattavat olla asiakkaille pitkiä. Tästä seuraa taas lisää kustannuksia, joka hankaloittaa terapiaan tulemistä. (Hautamäki ym. 2018.)

Ulkona toteutettavaan fysioterapiaan vaikuttaa esimerkiksi sääolosuhteet ja lisäksi eläimen mielentila ja terveys. Näiden kaikkien tekijöiden yhteen sovittaminen kysyy fysioterapeutin ammattitaitoa ja aiheuttaa enemmän kuormitusta, kun terapeutti joutuu koko ajan miettimään keinoja edetä kohti tavoitteita tinkimättä eläimen hyvinvoinnista. (Hautamäki ym. 2018.)

Vaikka kaikkia huolenaiheita ei voida täysin ehkäistä, on terapeutin kuitenkin oltava tietoinen niistä. Terapeutin olisi esimerkiksi hyvä miettiä, kuinka käsitellä rakastetun eläimen sairastuminen tai kuolema asiakkaan kanssa. Fysioterapiaan sitoutuneilla asiakkailla saattaa olla vaikeuksia hyväksyä nämä väistämättömät tapahtumat. Kuitenkin noudattamalla sekä eläinten, että potilaiden hyviä lääketieteellisiä käytänteitä, voidaan vähentää mahdollisten zoonoosien (tartuntatauteja, joiden aiheuttajat voivat siirtyä eläimistä ihmisiin ja päinvastoin), vammojen ja allergioiden riskiä huomattavasti. Terapeutin tulee olla tietoinen kaikista asiakkaan peloista ja allergioista ennen eläimen ottamista mukaan terapiaan. Näin varmistetaan, ettei eläin vaikeuta terapian sujumista tai aiheuta uusia traumoja. (Fine 2019.)

4.4 Eläimet eläinavusteisessa fysioterapiassa

4.4.1 Koira-avusteinen fysioterapia

Koiran läsnäololla ja osallistumisella terapiaan on monia positiivisia vaikutuksia (Koirat Kasvatus ja kuntoutustyössä 2021a). Koiran avulla saadaan lisättyä asiakkaan motivaatiota harjoitteiden tekemiseen. Koira innostaa omalla läsnäolollaan, se tervehtii iloisesti ja ottaa kontaktia. Koira ei anna negatiivista palautetta asiakkaalle. Asiakkaat osallistuvat aktiivisemmin ja harjoitukset onnistuvat useammin, ja he myös jaksavat tehdä harjoituksia pidemmän aikaa. Asiakkaat ovat myös valmiita tekemään haastavampia ja keskittymiskykyä vaativampia harjoituksia. Koiran kanssa työskennellessä asiakas keskittyy eläimeen ja omaan

liikkumiseen kiinnitetään vähemmän huomiota. (Ikäheimo 2013, 150–156; Hautamäki ym. 2018.)

Kontakti koiraan vähentää lihasjänteyttä ja kehittää tuntoaistia. Työskentely koiran kanssa eri asennoissa ja tasoilla kehittää liikkuvuutta, oman kehon hahmottamista, lihasaktiiviteettia, koordinaatiota, tasapainoa, sosiaalista kanssakäymistä ja puhetta sekä katsekontaktia. Esimerkiksi koiran harjaamisessa tulee useita toistoja, joiden avulla annetaan tuntoärsykeitä asiakkaalle ja kehitetään lihasaktiiviteettia sekä hienomotoriikkaa. Tai valjaiden pukeminen ja koiran taluttaminen kehittää hahmottamiskykyä, tasapainoa ja liikkuvuutta. (Ikäheimo 2013, 150–156; Hautamäki ym. 2018.)

Koira-avusteisen terapian avulla aivohalvauksen ja fyysisiä sekä henkisiä vammoja kokeneet lapset oppivat selviytymään ahdistuksistaan ja peloistaan sekä asettamaan tavoitteita ja luomaan suunnitelmia tavoitteidensa saavuttamiseksi. Lapset paransivat taitojaan käyttää kehoaan kykyjensä mukaan. Viestintätaidot parantuivat lasten vastaanottaessa ja pyytäessä apua koiran kanssa työskennellessä sekä empatiakyky itseään kohtaan ja hoitokoiran välillä kehittyi. Koiran avustamaa hoitoa voidaan kehittää ja käyttää tukivälineenä aivohalvauksen ja fyysisen sekä henkisen vamman omaavien lasten kuntoutuksessa. Koiran avustamasta hoidosta saatavat yksilölliset ja sosiaaliset hyödyt voivat auttaa ehkäisemään, parantamaan ja kehittämään erilaisia vammaisia lapsia. (Elmacı & Cevizci 2015.)

Harjoituksia voidaan tehdä joko yhdessä tai erikseen koiran kanssa. Harjoituksesta riippuen asiakas voi tehdä tehtävän ensin ja levähtäessään hän antaa eläimelle luvan suorittaa annettu tehtävä. Koiralle on mahdollista kommunikoida asiakkaan tilanteesta sekä koiralle opetetuista taidoista riippuen suullisesti tai käsimerkein. Näin fyysisten harjoitusten ohella käydään läpi myös muistitoimintoja, kommunikointia ja tarkkaavaisuutta. (Manninen & Tiira 2018.)

Eläinavusteisessa terapiassa koiran tärkeimpiä ominaisuuksia on yhteistyöhalukkuus ja kiinnostus ihmisiin (Fine 2015, 103–104). Koiran tulee olla hermora-kenteeltaan vahva ja sen on siedettävä hyvin erilaisia ärsykeitä. Asiakkaat saattavat liikkua oudosti eri apuvälineillä, pitää kovaa ääntä tai tehdä äkkinäisiä liikkeitä. Koira voi työssään joutua kohtaamaan erilaisia pintoja ja hajuja ja koi-

ran tulee olla tottunut kaikkiin näihin. Terapiakoiran tulee olla sosiaalinen ja se ei saa pelätä ihmisen kosketusta. Hyvä terapiakoira lukee ihmisen elekieltä erinomaisesti ja puheen merkitys voi olla vähäisempi. Osalle asiakkaista puheen tuottaminen saattaa olla hankalaa ja koiran voi opettaa tottelemaan hie-
man epäselkeitäkin käskyjä. (Ikäheimo 2013, 154–155.)

Koiran rotu ja yksilöllisyys vaikuttaa paljon koiran luonteeseen. Osa on rauhallisempia ja osa on aktiivisempia. Tämän vuoksi eri koirat sopivat eri tilanteisiin ja erilaisten asiakkaiden kanssa työskentelyyn. Fysioterapeutin on hyvä jo pennun hankintavaiheessa ajatella, minkälaista työparia hän hakee itselleen. Hyvä vaihtoehto on myös olla kaksi eri koiraa, joiden väliltä voi valita asiakkaalle parhaiten soveltuvan. Esimerkiksi pieni koira ei ole niin pelottava ja sen kanssa voidaan tehdä eri tehtäviä. Toinen luonteeltaan lempeämpi ja isokokoisempi koira voi taas rauhoittaa ja tuoda turvaa toisille asiakkaille. Tällöin toinen koirista saa myös ansaitun lepotauon työtehtävistä. (Hautamäki ym. 2018.)

4.4.2 Kissa-avusteinen fysioterapia

Monet asiakkaista suosivat mieluiten kissoja, kuin muita eläimiä. Kissat ovat pienempiä ja vähemmän uhkaavia, joten monet ihmiset eivät pelkää niitä. Kissat voivat olla aktiivisia ja leikkisiä ja niiden kanssa on viihdyttävää leikkiä ja katsella niiden liikkumista. (Chandler 2012, 67–68.)

Asiakkaat yleensä pitävät kissoista kovasti, mutta eivät oman elämäntilanteensa vuoksi kykene pitämään omia lemmikkejä. Kissojen kanssa työskentely eroaa koirista tai muista eläimistä. Kissat tarvitsevat aikaa tutustua asioihin omaan tahtiinsa. Fysioterapiassa edetään pienin askelin ja annetaan kissalle aikaa tottua uusiin asioihin, kuten pyörätuoliin tai asiakkaan erilaiseen liikkumiseen. Ympäristö on hyvä pitää rauhallisena. Fysioterapia suunnitellaan aina huolellisesti ja esimerkiksi kissan kynnet pidetään lyhyenä. (Lonka 2019; Lonka 2017.) Kissoja voidaan kouluttaa, mutta ne eivät hallitse yhtä suurta määrää taitoja kuin esimerkiksi koirat. Kissa saattaa myös tarvita enemmän taukoja ja rauhallista lepoa. (Chandler 2012, 67–68.)

Terapiakissan tulee olla rauhallinen, hyvätapainen ja sietää stressaaviakin tilanteita. Kissan ei kuitenkaan tarvitse tietää mitään peruskomentoja, kunhan se

maltaa pysyä aloillaan esimerkiksi asiakkaan sylissä siliteltävänä. (Chandler 2012, 67.) Hyvä terapiakissa on rento, utelias ja pitää ihmisten huomiosta. Kissa voi hakea itsenäisesti kontaktia puskemalla ja ilmaisee haluavansa tutustua asiakkaaseen. Asiakkaan silityksiin kissa reagoi kehräämällä. Kissan ollessa mukana fysioterapiassa asiakas jaksaa tehdä harjoituksia enemmän ja pidempään. Lisäksi kivun tuntemus pienenee. (Lonka 2019; Lonka 2017.) Kissan ollessa asiakkaan sylissä, se stimuloi tuntoaistia, osoittaa kiintymystä ja tarjoaa pitkäaikaista seuraa (Chandler 2012, 67).

4.4.3 Laamat ja alpakat fysioterapiassa

Luonne on tärkeintä terapiakäyttöön tarkoitettulla alpakalla tai laamalla. Eläimen perusluonne vaikuttaa kaikkeen toimintaan ja luonne periytyy, joten on tärkeää valita hermorakenteeltaan vahvoja sekä ihmiseen luottavia yksilöitä. Terapiaeeläimen ystävällinen ja varma käytös yllättävissäkin tilanteissa on avainasemassa terapiaeläintä valitessa. (Ikäheimo 2013, 112–113.)

Asiakkaan tarpeiden mukaan on hyvä, jos saatavilla olisi useampia erilaisia terapiaeläimiä. Laama on sosiaalinen eläin ja kiinnostuu positiivisesti ihmisistä, mutta samalla se pitää kohteliaasti etäisyyttä, eikä tunge suoraan iholle. Alpakoilla ja laamoilla on eri luonteenpiirteitä, osa eläimistä ottaa enemmän kontaktia, kuten innokkaasti nuuhkimalla kasvoja. Osa taas jättää enemmän tilaa ja ottaa kontaktia hienovaraisemmin. Laama rauhallisena eläimenä antaa asiakkaalle aikaa ja tilaa lähestyä eläintä, tällöin asiakas voi edetä omaan tahtiinsa. (Ikäheimo 2013, 112–113; Pracht lamas 2020.)

Alpakoita ja laamoja löytyy eri kokoja ja värejä. Isokokoiset ja tummat yksilöt saattavat pelottaa osaa asiakkaista ja tumman värisestä eläimestä saattaa olla vaikeampi lukea sen ilmeitä (Ikäheimo 2013, 112–113). Laama tai alpaka on kuitenkin hevosta pienempi eläin, joten kynnys lähestyä eläintä on usein matalampi. Laaman tai alpakan ollessa mukana terapiatilanteessa, ne herättävät ihmisten huomion ja kiinnostuksen outoina eläiminä. Niiden avulla voidaan motivoida ihmistä liikkumaan ja rohkaista kokeilemaa uusia asioita, kuten lähestymään vierasta eläintä. Asiakas voi suorittaa yhdessä eläimen kanssa erilaisia tehtäviä ja ratoja, esimerkiksi esteitä tai tasapainotehtäviä. Eläimestä voi ottaa

tukea, ja kosketus kehittää tuntoaistia. Eläintä voidaan hoitaa esimerkiksi ruokkimalla tai harjaamalla sitä. Laama ja alpakkaterapian avulla voidaan kehittää asiakkaan itsevarmuutta onnistumisen kokemuksilla, kommunikointitaitoja, motorisia taitoja, lihasvoimaa ja joutavuutta, kehon koordinaatiota sekä kehotietoisuutta. Eläinten kanssa työskentely kehittää asiakkaan keskittymiskykyä ja näin lisää terapeuttisten tavoitteiden onnistumista. (Pracht lamas 2020.)

AATLA (Animal Assisted therapy with Llamas and Alpacas) on saksalainen koulutusinstituutti, joka ainoana Euroopassa kouluttaa terveys- ja sosiaalialan ammattilaisia erikoistumaan alpakoiden ja laamojen terapiakäyttöön (Ikäheimo 2013, 109). Opiskelu kestää 2,5 vuotta ja se toteutetaan työn ohessa (Animal Assisted Therapy with Llamas and Alpacas 2020).

5 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Opinnäytetyöni tarkoituksena on kartoittaa fysioterapeuttien kokemuksia eläinavusteisen terapian hyödyntämisestä fysioterapiassa. Tavoitteena on tuottaa toimeksiantajalle tietoa eläinavusteisesta fysioterapiasta, jota se voi hyödyntää yhdistyksensä toiminnassa ja tietoisuuden lisäämisessä eläinten kanssa työskentelystä. Myös muut fysioterapeutit voivat hyödyntää opinnäytetyöstä saatua kokemuseräistä tietoa eri eläinten kanssa työskentelystä ja eläimen tuomasta lisäarvosta fysioterapiaan. Oma tavoite on perehtyä eläinavusteisen terapiaan ja syventää tuntemusta eläinavusteisen terapian toteutuksesta fysioterapiassa.

Tutkimuskysymykset:

- Miten fysioterapeutit hyödyntävät asiakkaan kuntoutuksessa eläinavusteista terapiaa?
- Miten fysioterapeutit huolehtivat eläinavusteisessa terapiassa työskentelevän eläimen hyvinvoinnista?
- Mitä hyötyä fysioterapeutit kokevat eläinavusteisen fysioterapian tuovan asiakkaalle?

6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

6.1 Tutkimusmenetelmä

Laadullinen tutkimus koostuu teoriasta, empiirisestä osasta ja tutkijan tulkinnoista. Teoria tarkoittaa tutkimuksen viitekehystä eli tutkimuksen teoreettista osuutta, jossa kuvataan mitä ilmiöstä jo tiedetään. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 18; Kananen 2014, 53.) Teorian merkitys on välttämätöntä. Sitä tarvitaan tutkimuksen metodien, etiikan ja luotettavuuden hahmottamiseen, Teoriaa tarvitaan koko tutkimuskokonaisuuden hahmottamiseen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 19, 22.)

Laadullisen tutkimuksen avulla pyritään ymmärtämään ja selittämään tutkittavaa kohdetta ja saamaan tietoa vähemmän tunnetusta ilmiöstä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 85). Tutkimuksen kohteena voi olla yksi ihminen tai erilaiset ryhmät, mutta tutkimus voi myös kohdistua ilmiöön. Kiinnostuksen kohteena on usein ihmisten kokemusmaailma eli kokemukset ja näkemykset tutkittavasta ilmiöstä. Tutkimus on usein kuvailevaa, siinä tutkitaan yksittäistä ilmiötä ja asiasta pyritään saamaan mahdollisimman paljon tietoa. Tutkimustuloksia ei voida yleistää, sillä se koskettaa vain tutkimuksen kohdetta. (Kananen 2014, 16–19, 31.)

Laadullisen tutkimuksen avulla saadaan mahdollisuus ymmärtää ilmiötä syvällisemmin. Tutkimuksen kannalta on oleellista, että tiedonantajaksi valitut henkilöt tietävät tutkittavasta ilmiöstä mahdollisimman paljon. Laadukkaan aineiston takaamiseksi tiedonantajat valitaan käyttäen teoreettista eli harkinnanvaraista otantaa. Aineiston riittävä määrä riippuu paljonko ja millaista tietoa tiedonantajilta saadaan. Laatu on määrää tärkeämpää. (Kananen 2014, 18, 96–97.)

Opinnäytetyöni tutkimusasetelma on kvalitatiivinen eli laadullinen. Eläinavustein fysioterapia on vielä vähän tutkittu aihe, joten koen laadullisen tutkimuksen sopivan tähän opinnäytetyöhön hyvin tutkimusmenetelmäksi. Laadullisen tutkimusmenetelmän avulla pystyn tutkimaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti fysioterapeuttien ajatuksia sekä ottamaan huomioon tutkittavien oma näkökulma tutkimuksen aiheeseen. Laadullinen tutkimusmenetelmä antaa vapauden kerätä kokemuseräistä tietoa itse valitsemieni kysymysten avulla.

6.2 Tiedonkeruumenetelmä

Teemahaastattelun avulla saadaan tietoa vähemmän tunnetusta asiasta. Teemahaastattelun avulla annetaan tilaa vastaajan puheelle ja keskustelu etenee aina haastateltavan ehdoilla. Tutkija voi tehdä tarkentavia ja täydentäviä kysymyksiä haastattelun aikana. (Kananen 2014, 76–77.) Valitsin opinnäytetyöni tiedonkeruumenetelmäksi puolistrukturoidun teemahaastattelun, koska tarkoitus on kuvata haastateltavien kokemuksia ja selvittää mielipiteitä mahdollisimman laajasti tutkimuksen aiheesta.

Tutkijan täytyy tietää jo ennalta käsiteltävästä aiheesta, jotta hän voi laatia teemat keskusteluun. Teema tarkoittaa isompaa kokonaisuutta kuin kysymys. (Kananen 2014, 76.) Teemat perustuvat tutkimuksen viitekehykseen ja teemojen avulla pyritään löytämään vastauksia tutkimuksen tarkoituksen ja tutkimustehtävän mukaisesti (Tuomi & Sarajärvi 2009, 75). Kirjoitin opinnäytetyöni viitekehyksen lähes valmiiksi ennen teemahaastattelurungon (Liite 2) tekemistä. Tällöin teemat perustuivat teorian tietoon ja tutkimuskysymyksiini ”Miten fysioterapeutit hyödyntävät asiakkaan kuntoutuksessa eläinavusteista terapiaa?”, ”Miten fysioterapeutit huolehtivat eläinavusteisessa terapiassa työskentelevän eläimen hyvinvoinnista?” ja ”Mitä hyötyä fysioterapeutit kokevat eläinavusteisen fysioterapian tuovan asiakkaalle?”

Haastattelun aikana keskustellaan teemojen aiheista. Teemojen avulla varmistetaan, että kaikki aiheeseen liittyvät asiat käydään haastattelun aikana läpi. Keskustelun aikana saattaa tulla esiin uusia aiheita, jotka tutkijan tulee havaita ja käydä läpi. Teemahaastattelu alkaa yleisistä asioista ja etenee teeman sisällä yksityiskohtaisempiin ja tarkempiin kysymyksiin. (Kananen 2014, 76–77.) Kaikkien haastateltavien kanssa pyritään käymään läpi kaikki teemat (Tuomi & Sarajärvi 2009, 75). Haastatteluun valikoitui neljä eri teemaa, jotka olivat työpari eläinavusteisessa terapiassa, eläimen hyvinvoinnista huolehtiminen eläinavusteisessa terapiassa, eläinavusteisen terapian hyödyntäminen ja asiakkaat eläinavusteisessa terapiassa.

Tutkimuksen kannalta on tärkeää, että tiedonantajat tietävät tutkittavasta aiheesta mahdollisimman paljon tai heillä on kokemusta aiheesta. Tiedonantajat

valitaan tarkasti harkiten ja heidän tulee olla tutkimuksen tarkoitukseen sopivia. Tutkimuksen kohteena ovat yleensä tutkittavien kokemukset, joten otannan ei tarvitse olla niin suuri kuin määrällisessä tutkimuksessa. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 85–88.) Aineiston määrään vaikuttaa myös tutkimusongelman rajaus. Tutkijan tulee perehtyä aineistoon jo keräämisvaiheessa, näin aineiston kerääminen ja analyysi tapahtumat samanaikaisesti. Tarvittavan materiaalin keräämiseen ei ole tarkkoja numeroita, mutta aineistoa kerätään tarvittava määrä tutkitavan asian selvittämiseksi. Tämä voi kuitenkin olla ikuisuuskysymys. Laadullisen tutkimuksen tiedon keräämisen lopettaminen on siis aina tutkijan harkintakyvyn päätettävissä. (Kananen 2014, 95–98.) Haastattelun opinnäytetyössäni kolmea jo pitkään alalla toiminutta fysioterapeuttia Suomesta, joilla on kokemusta eri eläinlajeista, asiakasryhmistä ja eri ympäristöissä eläinavusteisen terapian toteuttamisesta. Haastateltavat valikoituivat mukaan suositusten ja toimeksiantajan toiveiden perusteella. Kohdejoukoksi valikoitui monipuolinen ryhmä, joilla on paljon tietoa tutkittavasta aiheesta.

Haastattelun onnistumisen kannalta on suositeltavaa, että haastateltavalle annetaan mahdollisuus tutustua kysymyksiin, teemoihin tai aiheeseen jo etukäteen. Tällöin saadaan mahdollisimman paljon tietoa tutkittavasta aiheesta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 73.) Teemahaastattelut nauhoitetaan, ettei haastattelijan tarvitse keskittyä muistiinpanojen tekemiseen. Huomion tulee olla koko ajan haastateltavassa ja hänen vastauksissaan ja sen analysoinnissa. Nauhoittamalla haastattelut saadaan tilanne mahdollisimman luonnolliseksi. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 85.) Kysyin haastateltavilta suostumuksen haastatteluun osallistumiseen. Lähetin haastateltaville teemahaastattelurungon luettaviksi jo ennen haastattelua, jolloin he ehtivät rauhassa tutustua teema-alueisiin. Haastattelut suoritettiin yksilöllisesti lokakuun 2021 aikana Teams -sovelluksen välityksellä ja haastattelut nauhoitettiin haastateltavien luvalla. Haastattelujen nauhoitteet lätasin pilvipalveluun. Haastattelut ovat kestoltaan noin 60 minuuttia.

6.3 Haastatteluaineiston analysointi

Kerätyn aineiston analysointimenetelmänä on aineistolähtöinen eli induktiivinen analysointi. Analyysi on aineistolähtöinen, eli aikaisemmillä tiedoilla tai teorioilla ei ole mitään vaikutusta lopputulokseen. Analyysin avulla vahvistetaan lukijalle,

että tulokset on saatu analyysin avulla, eikä tekijän oman tulkinnan perusteella. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 95–96.)

Aineisto litteroidaan eli äänitetyt haastattelut kirjoitetaan tekstimuotoon. Litteroinnin jälkeen analyysin tekeminen alkaa aineiston alkuperäisilmaisujen pelkistämisestä eli redusoinnista. Redusoinnissa aineisto selkeytyy ja tiivistyy, jotta se saadaan käsiteltävään muotoon. (Kananen 2014, 103–104.) Pelkistämistä tehdessä lähdetään käymään aineistoa läpi tutkimuskysymykset ja tutkimuksen tarkoitus mielessä. Näin löydetään tutkimuksen kannalta oleelliset asiat. Oleellisista asioista kertovat lauseet pelkistetään yksittäisiksi ilmaisuiksi. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 101, 109.) Haastatteluista saadun aineiston litterointiin käytin tekstinkäsittelyohjelmaa muuttamaan puheen tekstiksi. Tämän jälkeen perehdyin haastatteluiden sisältöön ja alleviivasin tekstistä asiat, jotka vastaavat opinnäytetyön tutkimuskysymyksiä. Litteroinnin jälkeen poimin tekstistä alleviivat kohdat taulukkoon. Alkuperäisen ilmauksen viereen muodostin pelkistetyksen (taulukko 1).

Pelkistäminen on vasta yksi välivaihe, joka mahdollistaa analyysin. Sen aikana ei siis vähennetä aineiston laadullista sisältöä. Tähän ei ole olemassa yhtä ja ainoaa tapaa, vaan se on jokaisen tutkijan oma tuotos. (Kananen 2014, 104.)

Taulukko 1. Esimerkki alkuperäisen ilmauksen pelkistyksestä

Alkuperäinen ilmaus	Pelkistys
”Se kyllä on koiralle aika rankkaa työtä ja siinä on hirmuisen tärkeätä, että osaa lukea sitä koiran tällöisiä stressisignaaleja, koiran elekieltä. Nehän voi olla hyvin, hyvin pieniä, ne eleet, jolla se koira yrittää ilmoittaa, että tämä ei oikein ehkä nyt ole enää kivaa. Eli se on ihan hirmuisen tärkeä asia, että me osattaisiin lukea niitä koiria ennen kuin se menee sitten siihen sijaiskäyttäytymiseen. Sittenhän se stressi on jo aika pitkällä, kun ne	Työ on koiralle rankkaa Fysioterapeutin on tärkeä osata lukea koiran käyttämiä stressisignaaleja ja elekieltä Sijaiskäyttäytymisen alkaessa koiran stressi on jo pitkällä

rupeaa tekemään ihan jotain muita toimintoja, mutta niistä pienistä eleistä pitäisi pystyä lukemaan sitä koiraa.”	
”ihmisen täytyy omalla tavallaan myös pitää eläimistä, että sen täytyy olla niinku avoin sille, jos sinulla on koko ikänsä ollut esimerkiksi kissakammo ja sie inhoot kissoja nii tietenkään et voi sille viedä sitä, että kyllä se täytyy lähteä siitä kysymyksestä asiakkaalle myöskin, että haluatko että otan että minulla olisi hei kissa ja että haluat sie että se tulee joku kerran mukaan. Niin sehän lähtee siitä, että sen asiakkaan kanssa yhteistuumin sovitaan sitä asiasta.”	Eläimen tuominen mukaan terapiaan yhteisestä sopimuksesta Asiakkaan tulee pitää kissoista

Nämä pelkistykset ryhmitellään eli klusteroidaan joukoiksi samanlaisia ilmaisuja. Joukot samaa tarkoittavia ilmaisuja yhdistetään kategorioiksi ja annetaan sisältöä kuvaava nimi (taulukko 2). Aineisto tiivistyy, sillä yksittäiset pelkistetyt ilmaiset yhdistyvät isompiin kokonaisuuksiin. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 101, 110.)

Aineiston ryhmittelyä seuraa abstrahointi eli käsitteellistäminen. Aineistosta erotetaan tutkimuksen kannalta tärkeä informaatio, jonka perusteella laaditaan käsitteitä. Pelkistettyjen ilmausten kielellisistä ilmauksista edetään teoreettisiin käsitteisiin. Abstrahointia jatketaan yhdistelemällä saman sisältöä olevia alakategorioita toisiinsa ja muodostamalla yläkategorioita (taulukko 3). Yläkategoriat nimetään sisällön mukaan ja yhdistetään pääkategorioiksi. Käsitteitä yhdistelemällä saadaan lopulta vastaus tutkimustehtävään. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 101, 111–112.)

Taulukko 2 alakategorioiden muodostaminen.

Pelkistetty ilmaus	alakategoriat
--------------------	---------------

Eläinavusteinen terapia motivoi kuntoutujia Asiakas jaksaa paremmin keskittyä ja motivoitua eläimen mukana ollessa. Asiakas lähtee mieluummin ulos koiran kanssa, kun kävelylle lähtöön on jokin syy.	Eläinavusteinen terapia motivoi kuntoutujaa harjoitteiden tekemiseen.
eläimellä tulee olla mahdollisuus poistua paikalta halutessaan koiran tulee tietää mihin mennä rauhoittumaan halutessaan Eläintä ei saa pakottaa	Eläin on tilanteessa vapaaehtoisesti

Taulukko 3 esimerkki abstrahoinnista

Alakategoria	Yläkategoria	Pääkategoria
Eläimen on tärkeä viihdyä työssä	Eläimen lukutaito	Eläimen hyvinvoinnista huolehtiminen
Eläinavusteinen terapia motivoi kuntoutujaa harjoitteiden tekemiseen.	Eläimen vaikutus asiakkaaseen	Eläimen merkitys fysioterapiassa
Työn tulee olla eläimelle turvallista	Turvallisuudesta huolehtiminen	Eläinavusteisen terapian toteuttaminen

7 TUTKIMUKSEN TULOKSET

7.1 Eläinavusteinen fysioterapian hyödyntäminen asiakkaan kuntoutuksessa

Haastatteluiden perusteella eläimen kanssa tehtäviä harjoituksia on rajaton määrä, mutta olennaista on, että kaikilla on jokin tarkoitus. Eläimen avulla saadaan tuotua jotain perusteltua lisähyötyä fysioterapiaan. Fysioterapialla on aina tavoite ja fysioterapeutin tulee tarkasti miettiä eläimen merkitys asiakkaan kuntoutuksessa. Terapian kirjaaminen ja dokumentointi on myös olennaista terapian tuomien vaikutusten osoittamiseen.

”Kunhan niissä on sitten aina se selkeä tavoite, että tämän jutun ideahan on se, että mitä ikinä sä teet, niin se on tavoitteellista. Täytyy aina muistaa, että se on se lisäarvo, sen koiran pitää tuoda joku lisäarvo siihen työskentelyyn. Niin kivaa kun se on, että se koira siellä on, mutta se ei ihan riitä.”

”Myös eläin terapiassa on sitten se tavoite. Mikä on sinun se tämän hetken terapian tavoite, että miten sen kanssa edetään? Sen terapeutin tehtävä on luoda siihen niitä tavallaan välineitä.”

Fysioterapeutit kertoivat monipuolisesti eri eläinten kanssa tehtävistä harjoituksista, kuten koordinaatioon, motoriikkaan ja 2-kätiseen toimintaan liittyviä tai suunnittelua ja rauhoittumista vaatia harjoituksia. Eläimiä voidaan hyödyntää myös liikkuvuusharjoituksissa, kestävyysharjoituksissa ja lihasvoimaharjoittelussa. Eläimen kautta voidaan löytää yhteys asiakkaaseen, sillä eläin on turvallinen aihe aloittaa keskustelu, jonka jälkeen asiakas voi vapautua puhumaan omista ongelmistaan. Eläimen avulla voidaan terapiassa myös rentoutua ja oppia luottamaan.

”Joku tällöinen 2-kätinen toiminta, että koiran tassujen rasvaus. Joudut pitämään siitä tassusta kiinni ja sitten sun pitäisi vielä tehdä semmoista hyvin tarkkaa keskittynyttä puuhaa, kun sä rasvaat... esineiden nimeämistä ja samalla sitten kuljetaan jossain ja esineitä laitetaan lattialle ja koira kerää niitä ämpäriin.”

”Otetaan vaikka vuohi talutushihnaan ja lähdetään semmoiselle motoriiikka radalle... Tai sitten jos me otetaan hevonen, niin sen kanssa erilaisia kurkotuksia ja muita voi tehdä hoitotoimenpiteiden yhteydessä... jos on tosi vaikea ottaa kontaktia, niin just eläimen kautta voidaan keskustella tai että hän voi pyytää jotakin temppuja tekemään ja, sitä kautta sitten löytyy se yhteys. Sitten taas joku tämmöinen nuori, jota ei saa tekemään mitään, niin lähdetään vaikka lenkille koiran kanssa, että siinä on joku syy, miksi me mennään ulos.”

”Ihminen voi hoitaa sen kissan turkkia. Silittää sitä, harjata. Sitten se voi myös leikittää... Me naurettiin monesti sitä, että asiakas ei ollut aikaisemmin saanut kättä tonne, että miten se nyt menee. Eli asiakas vain nauroi, että se on kyllä tämä kissan ansiota... sitten oli semmoisiakin, että tehtiin jotain lantion nostoa, niin sitten kissa meni sieltä alta välillä, että sain myös tätä pitoa lisää siihen...”

Eläimen tuominen mukaan fysioterapiaan tapahtuu yhteisessä sopimuksessa asiakkaan kanssa. On myös tärkeä tietää, milloin eläintä ei ole turvallista ottaa mukaan terapiaan, kuten ympäristöstä tai asiakkaasta johtuvista syistä. Asiakkaan allergia, väkivaltainen käyttäytyminen, heikko immuunipuolustus, arvaamattomuus tai pelokkuus voi olla esteenä eläinavusteiselle terapialle. Fysioterapeutit kertoivat ympäristön turvallisuudesta huolehtimisen olevan myös tärkeää, ettei esimerkiksi kissa säikähtäessään pääse pakenemaan. Eläimen sairastuminen, narttukoirilla kiima-aika ja myös raakaruokinta mainittiin esteenä terapiatyölle. Eläinavusteisen terapian toteutuksessa tulee ottaa huomioon, että voimakkaiden lääkkeiden tai ulosteiden hajut saattavat häiritä eläintä.

”Vaikka ihminen ei pysty tuottamaan puhetta, ei pysty kommunikoimaan niin me otetaan selville kuitenkin sieltä taustalta, perheeltä, että onko tämä ihminen semmoinen, joka tykkää koirista. -- On minulla joskus ollut kuntoutuja, joka pelkäsi koiria, mutta hän halusi silti tulla. Ja sitten sen terapioiden jälkeen hän sanoo, että kyllä on kauhean kiva tämmöinen, että häntä ei pelota tämän koiran kanssa yhtään.

”Jos on tämmöisiä tosi aktiivisia lapsia, joilla on vaikka vähän voimankäytön ongelmaa, niin täytyy sitten harkita, että voiko siihen ottaa eläintä ja voiko se vaan olla vaikka aidan takana.”

”No tietysti allergiset ja sitten jos on tavallaan vähän semmoisia epävakaita ihmisiä.... Ihmisen täytyy myös pitää eläimistä, että sen täytyy olla avoin sille, jos sinulla on koko ikänsä ollut esimerkiksi kissakammo ja sie inhoot kissoja, nii tietenkään et voi sille viedä sitä.”

Fysioterapeutin tehtävänä on tukea eläimen ja asiakkaan vuorovaikutusta. Eläimelle on opetettu taitoja, joita voidaan hyödyntää asiakkaan kanssa ja fysioterapeutti ohjaa asiakkaalle oikeita tapoja toimia eläimen kanssa. Useamman eri eläimen kanssa työskennellessä terapeutin tulee myös valita asiakkaan tarpeisiin parhaiten soveltuva eläin. Yksi fysioterapeutti oli työskennellyt usean eri koiran kanssa, yksi kissojen ja yksi työskentelee koirien, kissojen, possujen, vuohien, lampaiden, kanojen, pupujen, hevosten ja ponien kanssa. Kaikilla fysioterapeuteilla oli paljon kokemusta eläimistä jo ennen eläinavusteisen työskentelyn aloittamista. He painottivat eri asioiden tärkeyttä omassa osaamisessaan. Koulutuksen ja eläimen testauksen avulla varmistettaisiin, että eläin soveltuu työhön, se on turvallista ja eläimen hyvinvoinnista huolehditaan. Toisen mukaan terapeutin kokemus eläinten parissa ja eläimen tunteminen sekä vastuullisuus olivat tärkeämmässä roolissa. Kolmas kertoi käyneensä muita koulutuksia eläimiin liittyen ja saaneensa hyvän tukiverkoston ympärilleen eläinten parissa työskentelevistä terapeuteista.

”... työssäkäyvät koirat ne täytyy olla testattuja, että ne katsotaan, että se koira soveltuu siihen työhön. Että koira tykkää siitä työstä. Se on sille koiralle turvallista. Se on eettisesti oikein ja se koiran hyvinvointi on semmoinen tosi tärkeä asia siinä, koska me helposti käytetään koiraa liikaa.”

Fysioterapeutit kertoivat terapiassa käytettävän eläimen hyväksi ominaisuuksiksi muun muassa avoimuus, rohkeus ja ystävällisyys. Terapiatyöhön valittavan eläimen tulee olla tehtävänsä soveltuva. Eläimen on tärkeä nauttia ihmisten lähellä olost ja työskentelystä vieraidenkin ihmisten kanssa. Fysioterapeutit kertoivat, että kouluttaminen tapahtuu positiivisen vahvistamisen kautta. Eläimen ja terapeutin suhteella on iso merkitys, sillä eläimen tulee luottaa ohjaajaan ja olla tämän hallinnassa koko ajan. Koirilla on tärkeää rakentaa yhteistyötä temppujen opettelun sijasta. Kissoilla vahvistetaan aktiivisuutta ja ihmisen kanssa työskentelyä.

“... se oli selkeästi halukas toimimaan ja tekemään, et ehkä mä korostin sille sitä puolta, koska näin, että se nautti siitä. Sen hermorakenne oli niin älyttömän hyvä. Ja se oli hyvin tottunut käsittelyyn. Se rakasti ihmisten läheisyyttä. Ja se tykkäsi siitä, että häntä kosketaan...”

“Tämä ei ole mitään toko koulutusta. Ne painotukset on vähän erilaiset sitten tähän tämän työn tyyppiseen työhön. Eli se on enemmän koiran hallintaa ja sitä yhteistyön rakentamista ja semmoista.”

Haastatteluissa nousi esille, että hyvä terapiaeläin lukee asiakasta ja osaa muuttaa omaa käytöstään tarpeen mukaan. Haastateltavien mukaan eläin osaa lähestyä erilaisia asiakkaita eri tavalla, varovaisesti ja rauhallisesti tai reippaasti tervehtien. Terapiatyössä oleva eläin tulee olla eläinlääkärin tarkastama, terve ja rokotettu. Kissoilla sterilointi tai kastroidi on myös suositeltavaa. Eläin tulee pitää siistinä, turkki puhtaana ja kynnet lyhyinä.

“Koirahan sitten lukee semmoisia tilanteita, että on hyvin vaikeasti vammautunut henkilö, niin se koira kyllä osaa sitten mennä sen ihmisen lähelle eri lailla, kuin semmoisen henkilön luo, jolla esimerkiksi motoriikka pelaa enemmän. Koira lähestyy sitä ihmistä ihan eri lailla, hyvin varovasti asettuu siihen eteen.”

“Jos asiakas oli oikein väsynyt, niin sitten mä huomasin, että kissakin oli semmoinen verkkaisliikkeinen. Et se vaistos sen väsymyksen. Ja sitten saatto olla, että se meni helposti just makoilemaan sen asiakkaan päälle tai johonkin kipeisiin kohtiin.”

Haastatteluissa tuli esille monia eri asiakasryhmiä, joiden kanssa eläinavusteisesta työskentelystä oli positiivisia kokemuksia. Lapset ja nuoret olivat kuitenkin yleinen ryhmä eläinavusteisessa terapiassa. Asiakkailta oli muun muassa motorisia ongelmia, keskittymisvaikeutta, ongelmia motivaatiossa tai masennusta. Myös dementikoiden, afaatikoiden, traumataustaisten ja sulkeutuneiden asiakkaiden kanssa eläinten avulla on saatu positiivisia kokemuksia. Aloite eläinavusteisen terapian toteutukseen fysioterapeuttien mukaan tuli yleensä moniammatillisen työryhmän suosituksesta, fysioterapeutilta itseltään tai asia-

kas itse oli kuullut asiasta ja hakeutunut fysioterapeutin luo. Haastateltavien mukaan eläinavusteinen terapia on kuitenkin vielä huonosti tunnettua.”

”Toivoisin, että myös siis aikuisten kanssa tehtäisiin tätä työtä, että kyllähän mä oon nyt selvästi omassa työssäni sen kokenut, että mitä se tuo tullessaan...”

”Pääasiassa lapset ja nuoret. Tällöiset erilaiset ongelmat mitä niillä on, motorisia haasteita ja muuta, mutta sitten niillä on sen lisäksi jotain ADHD tai muuta keskittymisongelmaa tai motivaation ongelmaa tai masennusta tai jotakin muuta. Ja toivon, että sitä ehkä enemmän käytettäisiin myös vanhusten kanssa, että niilläkin on ihan samanlaista suhtautumista sitten, kun eläin tuodaan siihen tilanteeseen.”

”Sulkeutuneita ihmisiä, meillä on psyykkisiä ongelmia. On vaikea ottaa kontaktia. On vaikea ilmaista itseään. Niin heille ihan tosi loistavaa on eläin, koska eläin ei arvostele. He avautuu siinä. Myöskin afaatikot. Eläin toimii ihan älyttömän hyvin. Sieltä alkaa tulla sanoja, mitä ei ole aikaisemmin tullut, vaikka oot kuin houkutellut... Stressaantuneet ja jonkun trauman kärsineet. On tullut se lukko, ettei kukaan saa enää koske minuun ja ei halua itse koskea kehenkään. Se vieraantuminen kosketukselle, omalle kosketukselle ja sille, että sallii toisen koskettaa itseensä. Niin eläin toimii siinäkin mun mielestä tosi hyvin välikapaleena.”

7.2 Eläinavusteisessa fysioterapiassa työskentelevän eläimen hyvinvoinnista huolehtiminen

Kaikissa fysioterapeuttien haastatteluissa nousi esille eläinten hyvinvointi tärkeänä asian eläinavusteisen fysioterapian toteutuksessa. Ensiarvoisen tärkeää on, että terapeutti tuntee eläimen ja osaa lukea eläimen käyttäytymistä. Haastatteluiden mukaan eläimen hyvinvoinnista huolehditaan muun muassa tarjoamalla eläimelle mahdollisuus lajinomaiseen käyttäytymiseen, kohtelemalla eettisesti, huolehtimalla turvallisuudesta ja tunnistamalla stressin merkit. Eläimen tulee nauttia työstään. Tähän tarvitaan taitoa lukea eläintä, jotta fysioterapeutti ymmärtää eläimen mielentilaa ja eläimen elekieltä, kuten lähtee eläin mielellään töihin tai haluaako eläin taukoa.

”Erittäin tärkeä asia on se, että se koira nauttii siitä työnteosta. Se ei joudu jatkuvasti kovan käsittelyn kohteeksi, sillä on siellä riittävästi tilaa, sillä on paikka mihinkä se menee lepäämään ja sillä on paikka mihinkä se poistuu silloin, jos tapahtuu jotain semmoista epämiellyttävää.”

”Sitä eläintähän ei saa pakottaa mihinkään. Ei missään kohta siinä terapiassa, ei lähtemisessä, ei kuljettamisessa eikä missään, että se täysin menee sen eläimen ehdoilla se homma.”

Eläimen stressin merkkien tunnistaminen on tärkeää jo terapian turvallisuuden kannalta. Stressin jatkuessa pitkään eläin saattaa muuttua aggressiiviseksi, olla haluton työskentelemään tai poistua paikalta. Fysioterapeutit mainitsivat stressin merkkeinä omista eläimistään muun muassa silmien levottomat liikkeet, haukottelu, huulien nuoleminen ja toiminnasta kieltäytyminen. Eläimellä tulee olla turvallinen olo terapiassa. Vieraan ihmisen käsittely saattaa olla eläimelle stressaavaa, joten tällöin tulee varmistaa eläimen turvallisuudentunne. Kaikki mainitsivat myös tärkeänä aiheena sen, että eläin on terapiatilanteessa vapaaehtoisesti ja saa poistua paikalta halutessaan.

”... ja koirista huomaa kyllä myöskin, että ne hakeutuu johonkin rauhaan... ja kissat ja muut, niin nehan vetäytyy sitten itse pois, että ne ei halua tulla. Tai vaikka possun kanssa täytyy katsoa, että onko sillä hyvä olla, että voiko sen kanssa nyt tehdä juttuja. Jos se näyttää siltä, että se tarvitsee rauhaa niin ei me oteta väkisin sitä eläintä siihen. Just se palautuminen ja se missä mielentilassa ne eläimet on, niin se on aika tärkeä, ettei niitä ei voi pakottaa näihin hommiin, niitten täytyy itse haluta.”

”Se täytyy myös huomioida, että jos kissa alkaa osoittaa väsymyksen ja kärsimättömyyden merkkejä. Niin silloin täytyy lopettaa ja sitten valveutunut terapeuttia huomaa omasta eläimestä sen jo ennen kuin kukaan muu huomaa sitä... Mun mielestä tärkeintä on, että se eläin on mahdollisuus vetäytyä siitä, jos se haluaa.”

Haastatteluista kävi ilmi, että oman eläimensä lajinomaisen käyttäytymisen tunnistaminen on tärkeää eläimen hyvinvoinnin kannalta. Fysioterapeutit kertoivat omilla eläimillään lajityyppilisinä tarpeita muun muassa koirilla haistelu, juokse-

minen, leikkiminen ja kissoilla saalistaminen, sosiaalisuus ja lämmöstä nauttaminen. Tarjoamalla eläimelle lajityypillistä käyttäytymistä sekä huolehtimalla perustarpeista, eläin pääsee palautumaan kunnolla työpäivän jälkeen.

”Palautumiseen, että se saa tehdä jotain semmoista, mistä se (eläin) todella paljon tykkää. Pidät niitä pauseja siinä työssä ja se koira pääsee ulos ja pääsee haistelemaan. ...kaikki mikä rauhoittaa sitä koiraa ja mistä sitten tykkää, että se voi käyttää sitä hajuaistia hyväksi ja voihan niitä erilaisia tehtäviäkin sitten myös sen mukaan tehdä... usein jos vaan ollut mahdollista, niin lähteä sitten lenkille, että koira saa juosta vapaana ja sitten mahdollisesti toisen koiran kanssa leikkiä Et saa oikein irrotella kunnolla sen työpäivän jälkeen”

”Tavallaan se leikki eli kissa leikkii saalistamista. Kissahan on sitten semmoinen, mikä viihtyy lämpöisessä ja lähelläkin, että haluaa sitä kosketusta. Se sai tulla siihen lähelle ja olla hellittävänä. Ja seurahan on myös lajinomaista, kissahan ei ole se yksin kulkija.”

Eläimen kanssa työskennellessä on tärkeä huolehtia työajoista, riittävästi palautumisesta ja lepotaudioista. Fysioterapeuteista kaksi kertoi työskennelleen eläimensä kanssa 1–2 kahtena päivänä viikossa 1–2 asiakkaan kanssa. Yksi fysioterapeutti työskentelee viitenä päivänä viikossa useamman eri eläimen kanssa, jolloin työmäärää saadaan jaettua. Työn rasittavuus tulee myös huomioida eläimen elämässä, kuten työ ja kilpailulajit saattavat olla liian rasittava yhdistelmä eläimelle. Helposti sokeutuu omalle eläimelleen, joten työaikojen noudattamisen on tärkeää. Haastatteluista nousi esille, että hienointa olisi saada useampi eri eläin erityyppiseen harjoitteluun.

7.3 Fysioterapeuttien kokemukset eläinavusteisen terapian tuomasta hyödyistä asiakkaalle

Kaikki fysioterapeutit kertoivat eläimen motivoivan asiakasta, jolloin hän jaksaa keskittyä ja yrittää pidempään vaikeissakin harjoituksissa. Näin saadaan tehtyä useampia toistoja ja fysioterapia on tehokkaampaan useampien toistomäärien seurauksena. Asiakkaat myös tulevat mielellään eläinavusteiseen terapiaan, jopa normaalisti vastahakoiset kuntoutujat. Harjoituksien aikana asiakkaat keskittyvät eläimeen ja toistoja tulee ihan huomaamatta. Fysioterapeuttien mukaan

eläimen avulla saavutetaan asetetut tavoitteet yleensä nopeammin ja paremmin, kuin ilman eläintä toteutetussa terapiassa.

”Eläimen läsnäolo on siinä se, millä se (asiakas) jaksaa keskittyä ja motivoitua. Semmosen asiakkaan kanssa, jota on vaikea motivoida, niin saa tehtyä tosi paljon enemmän siinä tilanteessa... Asiakkaillahan ihan tavalliset fysioterapeuttiset tavoitteet, joskus niihin pääsee nopeampaa, kun ei tarvi semmoiseen motiivointiin käyttää aikaa niin sitten ne tuloksetkin on nopeampia.”

”Asiakkaat tekee enempi, kun eläin mukana. Ne tavallaan unohtaa sen, että he jumppaa tai et se on niinku suoritus.”

Eläinavusteisella terapialla koettiin olevan positiivisia vaikutuksia asiakkaan toimintakykyyn. Fysioterapeutit kertoivat haastatteluissa spastisuuden vähentyneen terapian aikana, jolloin ruokailu on helpottunut ja toiminnallisten harjoituksia tekeminen, kuten pukeutuminen on ollut helpompaa. Asiakkaan aktiivisuus ja sosiaalisuus oli myös lisääntynyt eläimen käynnin myötä, kun kokemusta on haluttu jakaa kavereille, ja suunnitella jo seuraavaa käyntiä.

”Hyvä esimerkki tällöinen käsi (spastinen), että sen terapian jälkeen, kuntoutuja on esimerkiksi mennyt ruokailemaan, niin hänen on ollut helpompi ruokailla ja käyttää sitä ylärajaa, koska sitä on rentoututtu ja sitä on optimoitu siinä terapiassa... sen terapian jälkeen tehdään joku tällöinen toiminnallinen harjoitus, joku pukeutuminen tai tällöinen, niin sitten se on ollut helpompaa sen ylärajan kanssa toimiminen sen terapian jälkeen...”

”Se aktivoi sitä asiakasta, kun asiakas jo suunnittelee seuraavaa terapia käyntiä ja miten se ilahduttaa tätä eläin terapeuttia... Mikä aktivoi sitten heitä, että heillä on jotain mitä he odottaa. Eli se luo sitä aktiivisuutta arkeen ja sitten lähetetään kuvia kavereille, että mulla oli tällöinen kissa täältä. Ja se vaikuttaa siihen sosiaalisuuteen myöskin. Kokemusta halutaan jakaa.”

Haastattelussa nousi esille myös eläimen fysiologinen vaikutus. Eläin tuo asiakkaalle mielihyvää ja aktivoi oksitosiinihormonit ja näin vähentää kipuimpulssien kulkua. Lisäksi eläimen läsnäolo aktivoi parasympaattista hermostoa, jolloin asiakas rauhoittuu ja rentoutuu. Rentoutuneessa tilassa asiakkaiden liikelaajuus-

det ovat myös paremmat. Terapiassa saatu rentoutunut olo vaikuttaa myös positiivisesti nukkumiseen.

”Ja sitten kun asiakas on rentoutunut siinä hetkessä, niin monet kuvaa myös sitä, että kun siinä on päivän aikana ollut se rentoutumisen hetki, ne nukkuu seuraavan yön huomattavasti paremmin. Tavallaan se stressireaktio on sitten hetkeksi katkennut siellä päivän aikana... Joillekin ihan riittävä, että ne näkee sen(eläimen) ja sit ne alkaa puhua omista eläimistään sen takia, kun se terapeutin eläin on siinä. Sitten kun sinä teet sillä aikaa sitä terapiaa, niin eihän se mieti sitten, että jos joku vaikka vähän sattuu. Sillon tavallaan se mielihyvä käynnistyy taas siellä kehossa.”

”Ja verrattuna perinteiseen fysioterapiaan, niin selkeästi esimerkiksi se yläraaja rentoutuu nopeammin koiran kanssa työskennellessä. Siihen varmaan liittyy nyt se lämpö ja koiran turkki ja semmoinen tunto palaute.”

Eläimen avulla saadaan asiakkaalle onnistumisen kokemuksia ja tätä kautta myös mieliala kohenee. Eläin myös antaa suoraa palautetta asiakkaalle. Erilaisia eläimiä kohdatessa asiakas oppii, että omalla käytöksellä olevan vaikutusta tilanteeseen.

”Toisaalta se(asiakas) tarvitsee myös erilaisia kohtaamisia, että sitten on hyvä käyttää myös erilaisia eläimiä. Sekin näkee, että ei kaikki välttämättä kestäkään sitä, että härppii joka paikkaan ja juoksentelee. Sekin on hirveän terapeutista lapsille, joilla on ongelmia vuorovaikutustilanteissa, niin nähdään niitä erilaisia eläinten reaktioita näissä tilanteessa.”

”... fysioterapeutin työssä se on tärkeää, että se koira pystyy työskentelemään toisen henkilön kanssa. Se tuo just sitä semmoista hienoa, että mä pystyn tämän koiran kanssa toimimaan ja se tottelee minua ja vaikka mä en juuri sanonutkaan selkeästi vaikka maa niin se silti meni maahan. Niin se tuo siis semmoisia onnistumisen tunteita. ”

Haastateltavat kertoivat eläimen tuovan vaihtelua fysioterapiaan ja antavan uusia näkökulmia asioihin. Eläimen kanssa työskentely on motivoivaa asiakkaille, mutta myös fysioterapeuteille.

“Tosi mukavaa ja antoisaa itsellekin ja sitten myös ruokkii sitä omaa mielikuvitusta asioiden suhteen, että kaikki ei ole aina just niinku itse suunnittelet. Vaan se voi tuoda myös semmoisia uusia näkökulmia ja näkemyksiä asioihin. Ja sitten se myös rikkoo niitä tavallaan vakiintuneita käsityksiä. Ja on kiva nähdä, että miten kissa myöskin kehittyy siinä terapiassa.”

“... ajatellaan että se on kuntoutujalle mielekkäämpää, niin on kyllä itsellekin mielekkäämpää, kun on näitä karvatassuja ja muita mukana siinä tilanteessa, niin se tuo myös fysioterapeutille semmoista mielekkyyttä siihen työhön.”

8 POHDINTA

8.1 Pohdintaa tutkimustuloksista ja johtopäätökset

Opinnäytetyöni johtopäätöksinä on, että eläimen koetaan tuovan monia positiivisia vaikutuksia fysioterapiaan. Haastatteluista nousi vahvasti esille eläimen motivoiva rooli fysioterapiassa, jolloin asiakkaan tavoitteet saavutetaan yleensä tehokkaammin. Fysioterapeuteilla tulee olla kokemusta ja riittävät taidot eläinten kanssa työskentelyyn, sillä eläimen hyvinvoinnista ja terapian turvallisuudesta huolehtiminen vaatii taitoa lukea eläintä. Eläimen on myös tärkeää nauttia työstään. Fysioterapeuteilla on positiivisia kokemuksia eri asiakasryhmien kanssa työskentelystä, mutta on tärkeää tunnistaa myös sellaiset tilanteet, joissa eläinavusteisen terapian toteuttaminen ei ole suositeltavaa. Eläimen kanssa tehtävien harjoitusten monipuolisuus mahdollistaa yksilöllisesti asiakkaan tarpeiden huomioimisen. Eläinavusteisen fysioterapian tuomat vaikutukset parantavat asiakkaiden toimintakykyä myös arjessa.

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli kartoittaa fysioterapeuttien kokemuksia eläinavusteisen terapian hyödyntämisestä fysioterapiassa. Koska tarkoituksena oli kartoittaa kokemuksia, uskon laadullisen tutkimusmenetelmän ja teemahaastattelun olleen tähän toimivin ratkaisu. Työn teoriaosuudessa avasin eläinavusteiseen terapiaan liittyen aiheita, jotka koin lähdemateriaaleihin tutustuttuani tärkeimmiksi. Teoriaosuus antoi kattavan tietopohjan teemahaastatteluiden toteutusta varten ja tukee tutkimuksesta saatuja tuloksia. Opinnäytetyöni tietoperustassa avataan toimeksiantajani Creen Care toimintaa, joten työ toimii samalla hyvänä keinona Green Care toiminnan levittämiseen.

Opinnäytetyöni tavoitteena oli tuottaa toimeksiantajalle tietoa eläinavusteisesta fysioterapiasta, jota se voi hyödyntää yhdistyksensä toiminnassa ja tietoisuuden lisäämisessä eläinten kanssa työskentelystä. Myös muut fysioterapeutit voivat hyödyntää opinnäytetyöstä saatua kokemuseräistä tietoa eri eläinten kanssa työskentelystä ja eläimen tuomasta lisäarvosta fysioterapiaan. Oma tavoite oli perehtyä eläinavusteisen terapiaan ja syventää tuntemusta eläinavusteisen terapian toteutuksesta fysioterapiassa. Tavoitteideni mukaisesti opinnäytetyöni tietoperustassa ja fysioterapeuttien haastatteluiden tuloksissa tuodaan kattavas-

ti kokemusperäistä tietoa eläinavusteisesta fysioterapiasta, sen toteuttamisesta, hyödyistä ja eläimen hyvinvoinnista. Uskon työstäni löytyvän hyödyllistä tietoa toimeksiantajalle sekä eläinavusteisesta terapiasta kiinnostuneille, ja näin onnistuneen täyttämään tavoitteet tietouden lisäämisessä. Omat tavoitteeni ovat myös toteutuneet opinnäytetyöprosessin aikana. Tietoperustaa kirjoittaessa perehdyin laajasti eläintenavusteiseen terapiaan ja haastatteluista sain konkreettista tietoa eläinavusteisen terapian toteutukseen. Ammatillista kasvua on tapahtunut koko prosessin ajan.

Miltei kaikki asiakkaat hyötyvät eläimen motivoivasta, rauhoittavasta ja stressiä lieventävästä vaikutuksesta fysioterapiassa (Hautamäki ym. 2018). Eläimen läsnäolo parantaa hoitoon osallistumista ja asiakkaiden tyytyväisyyttä (Rodrigo-Claverol ym. 2019). Myös kaikissa haastatteluissa eläimen motivoivan vaikutus nousi esille. Asiakkaat myös tulevat mielellään eläinavusteiseen terapiaan, jopa normaalisti vastahakoiset kuntoutujat. Merkittävimmin eläimen tuomina hyötyinä koettiin spastisuuden vähentyminen ja rentoutuminen, joka vaikuttaa taas muun muassa pukeutumiseen, ruokailuun ja nukkumiseen.

Eläintä koskettaessa oksitosiini eli mielihyvähormoni vapautuu, sen vaikutuksesta kortisoli, syke ja verenpaine alentuu ja tätä kautta stressi, pelko ja ahdistus vähenee ja mieliala paranee. (Beetz, Uvnäs-Moberg, Julius & Kotrschal 2012.) Tutkimustuloksissa nousi esille samankaltaisia, eläimen läsnäolosta syntyviä fysiologisia vaikutuksia. Fysioterapeuttien kokemusten mukaan asiakas rentoutuu ja rauhoittuu, jolloin kivun tuntemus vähenee sekä keskittyminen paranee eläinavusteisen terapian aikana. Epäsuorasti eläimen koettiin vaikuttavan myös asiakkaan sosiaalisuuteen ja aktiivisuuteen arjessa sekä nostavan mielialaa.

Eläimen on kuitenkin oltava asiakkaan tarpeisiin soveltuva. Asiakkaan allergia, uskonto, aggressiivinen tai pelokas käytös vaikuttavat eläinavusteisen terapian käyttömahdollisuuksiin. (Manninen & Tiira 2018.) Haastatteluissa tuli myös ilmi, että eläin tuodaan mukaan vain yhteisestä sopimuksesta. Eläimen tuomia hyötyjä ei voida saavuttaa, jos asiakas ei halua työskennellä eläimen kanssa. Tämän takia on tärkeää selvittää etukäteen omaisilta tai taustoista asiakkaan suhtautuminen eläimiin. Fysioterapeuteilla oli mukana työssään perinteisiä Suoma-

laisia kotieläimiä. Kotona asuvat eläimet ovat helppo valinta, sillä yleensä ne miellyttävät asiakkaita ulkonäöltään ja luonteeltaan. (Ikäheimo 2013, 102). Harvinaisempien eläinten hyötynä olisi, että asiakkailla ei ole niistä ennakkokäsityksiä, jotka voisivat vaikuttaa terapiaan.

Eläinavusteisuuden toteutuksessa on ensiarvoisen tärkeää huolehtia asiakkaiden, ammattilaisten ja eläinten turvallisuudesta. Ammattilaisilla tulee olla riittävä koulutus ja taidot huolehtia eläinten hyvinvoinnista. (Wijker ym. 2019.) Ohjaajan tehtävänä on järjestää työolosuhteet eläimelle sopiviksi, sillä eläimen on tärkeää nauttia työstään. (Ikäheimo 2019.) Haastatteluiden perusteella fysioterapeuteilla on erilaisia ajatuksia eläinavusteisen terapian toteuttamiseen vaadittavasta taustasta, mutta kaikilla oli kuitenkin pitkä kokemus eläimistä jo ennen työn aloittamista. Haastatteluissa nousi esille myös tärkeänä taito lukea eläimen elekieltä ja mielentilaa, jotta voidaan huolehtia turvallisuudesta eläimen hyvinvoinnista.

Opinnäytetyötä tehdessä on selvästi noussut esille eläinavusteisen terapian totutukseen tarvittavien taitojen ja koulutuksen tärkeys. Kukaan eläinavusteista terapiaa toteuttava ei varmasti tarkoituksella laiminlyö eläimen hyvinvointia tai turvallisuutta, mutta terapian toteutukseen sisältyy monia asioita, mitä terapeutti ei välttämättä ole osannut ottaa huomioon. Terapeutilla voi olla kokemusta ja taitoa ymmärtää omaa eläintään, mutta haastatteluissa kerrottiin esimerkiksi myös eläimen ruokinnan vaikuttavan terapian toteutukseen. Koulutustarjontaa eläinavusteiseen työskentelyyn on nykyaikana hyvin saatavilla, joten näissä käymällä terapeutti saisi valmista tietoa eläinavusteisen terapian turvalliseen toteutukseen. Haastatteluista nousi ilmi, että eläinavusteisella fysioterapialla olisi monia mahdollisuuksia myös moniammatilliseen työskentelyyn, jolloin muut ammattilaiset voisivat hyödyntää omassa terapiassaan eläimen tuomia vaikutuksia.

Tutkimustuloksia ja johtopäätöksiä tarkastellessa tulee kuitenkin muistaa, että tulokset ovat vain kolmelta eläinavusteista terapiaa toteuttavalta fysioterapeutilta. Tuloksia ei voida siis yleistää kaikkia koskeviksi. Myös eläimen tuomat vaikutukset asiakkaisiin ovat aina yksilöllisiä, joten eläimen tuomia hyötyjä voi olla muitakin, kuin työssä tuodaan esille.

8.2 Pohdintaa eettisyydestä ja luotettavuudesta

Tutkimuksen luotettavuuden arviointiin ei ole olemassa yhtä ja ainoaa tapaa. (Kananen 2014, 145; Tuomi & Sarajärvi 2009, 140.) Tutkimusta tarkastellaan kokonaisuutena, jolloin sen johdonmukaisuus eli koherenssi painottuu luotettavuuden arvioinnissa (Tuomi & Sarajärvi 2009, 140). Pysin siihen, että opinnäytetyön luotettavuus olisi mahdollisimman hyvä. Tein työtä yksin ja tiedän, että se saattaa vaikuttaa tutkimuksen luotettavuuteen. Pysin ottamaan asian huomioon koko työskentelyn ajan ja ajattelemaan sekä kyseenalaistamaan tutkimusta monelta eri kantilta. Pysin työssä perustelevaan ja kirjaamaan ylös jokaisen vaiheen. Opinnäytetyö on toteutettu tämänhetkisen osaamistasoni perusteella. Opinnäytetyötä kirjoittaessa sain aina välipalautetta ohjaavalta opettajalta sekä opponointipariltani.

Tutkimuksen luotettavuutta ja laatua tarkastellaan usein reliabiliteetin (tulosten pysyvyys) ja validiteetin (oikeiden asioiden tutkiminen) kautta. (Kananen 2014, 147; Tuomi & Sarajärvi 2009, 136.) Luotettavuuskriteereinä voivat toimiva myös mm. vahvistettavuus, luotettavuus, arvioitavuus ja saturaatio (kylläntyminen). Tutkijalla on vastuu työn luotettavuudesta. Hän ohjaa tutkimuksen etenemistä huomioiden luotettavuuden työn eri vaiheissa. Dokumentaatio tuo työlle uskottavuutta. Tutkimuksen valitut menetelmät tulee perustella. Tämä tarkoittaa myös sitä, että tutkijan täytyy olla perehtynyt jo etukäteen erilaisiin menetelmiin ja niiden soveltuvuuteen. (Kananen 2014, 146, 151, 153.)

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan lisätä keräämällä eri lähteistä toisiaan tukevia tuloksia. Mitä useampi lähde todistaa samaa asiaa, sitä luotettavampi tulkinta on. (Kananen 2014, 152.) Tietoperustaan pyrin etsimään ja käyttämään mahdollisimman tuoretta tietoa eri lähteistä, jotta se tukisi työn luotettavuutta. Tietoa on etsitty laajasti suomen-, englannin- ja saksankielisistä lähteistä. Lähteissä olen pyrkinyt hyödyntämään kirja-, ja internetlähteitä, artikkeleita sekä tutkimuksia. Lähteitä on käyty kriittisesti läpi ja pyritty selvittämään niiden luotettavuutta ennen hyväksymistä mukaan opinnäytetyöhön.

Tutkimuksen reliabiliteetti eli toistettavuus tarkoittaa sitä, että tutkimusta uusittaessa saadaan samat tutkimustulokset. (Kananen 2014, 147). Teemat ovat

amat kaikille haastateltaville ja ne ovat luettavissa työn lopussa. Analyysivaiheessa on kuvattu selkeästi vaihe vaiheelta analyysin toteutus, mutta teema-haastattelun luonteen takia tulkintaan saattaisi kuitenkin tulla eroja.

Aineiston keruu tapahtui teemahaastatteluina Teams –sovelluksen kautta. Haastattelin yksin kaikki tiedonantajat. Ennen haastattelua olin tehnyt teema-haastattelurungon, jonka avulla varmistetaan, että kaikkien haastateltavien kanssa käydään läpi samat teemat. Haastattelun sujuvuuden takaamiseksi teemahaastattelurunko oli lähetetty tiedonantajille luettavaksi. Varmistin myös ennen haastatteluiden aloitusta kaikkien välineiden toimivuuden. Opinnäytetyön haastattelulomake oli käynyt ohjaavalla opettajalla ennen haastattelun aloitusta hyväksyttävänä. Kysyn haastattelun aikana tarkentavia kysymyksiä vahvistamaan tutkimuksen luotettavuutta ja ehkäisemään väärinymmärryksiä.

Saturaatio eli kylläntyminen toimii myös tutkimuksen luotettavuutta lisäävänä keinona. Saturaatiossa tutkimuksen tulokset alkavat toistaa itseään eli saavutetaan kylläntymispiste. (Kananen 2014, 154.) Tiedonantajat ovat kaikki kokeneita fysioterapeutteja, jotka työskentelevät eläinten kanssa. Koen tämän perusteella määrän olevan riittävä tutkimuksen luotettavuuden lisääjänä. En mainitse työssä nimiä tai mistä päin Suomea vastaajat ovat anonymiteetin säilymisen vuoksi. Aineiston ja kyselyn tulosten käsittelyssä ja raportoinnissa huolehditaan eettisyydestä. Kerätty aineisto on vain omassa käytössäni ja se hävitetään asianmukaisesti opinnäytetyön valmistuttua.

Tutkimukseen osallistuminen oli vapaaehtoista ja kaikkia osallistujia kohdeltiin tasavertaisesti. Osallistujille kerrottiin totuudenmukaisesti tutkimuksen tarkoitus, tavoite, kuka tutkimuksen tekee ja mihin tuloksia käytetään. Kerroin huolellisesti ja totuudenmukaisesti tutkimuksen eri vaiheet ja kerron työssä usean eri haastatteluun vastanneen mielipiteitä sekä vertailen saatuja tuloksia tietoperustaan. Käytän myös suoria lainauksia vahvistamaan kerrottua tietoa.

Hyvä tieteellinen käytäntö ohjaa tutkimuksen eettisyyttä, luotettavuutta ja tuloksien uskottavuutta. Rehellisyys, huolellisuus, tarkkuus ja selkeä raportointi kuuluvat kaikkiin tutkimuksen vaiheisiin. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2021.) Toteutin tutkimuksen alusta loppuun saakka noudattaen eettisiä periaatteita ja

Hyvää tieteellistä käytäntöä. Valmis opinnäytetyö myös tarkistetaan Ouriginal plagioinnin esto-ohjelmalla. Työ ei ole tuottanut rahallista hyötyä kenellekään.

8.3 Pohdintaa opinnäytetyöprosessista ja jatkotutkimusaiheet

Opinnäytetyön aihe on alusta asti ollut selkeä, sillä halusin tehdä työn eläinavusteiseen fysioterapiaan liittyen oman kiinnostuksen ja eläintaustan takia. Itseltäni löytyy kokemusta eläimistä yli kymmenen vuoden ajalta. Olen aikaisemmin opiskellut eläintenhoitajaksi ja koirahierojaksi sekä työskennellyt monissa erilaisissa eläinalan ammateissa. Olen kouluttanut omia koiria tavoitteellisesti eri lajeihin ja käynyt kokeissa ja kilpailuissa.

Opinnäytetyöprosessin alkaessa keväällä 2020 eläinavusteiseen fysioterapiaan liittyen oli vain muutamia töitä koirista ja hevosista, mutta muiden eläinten mahdollisuuksia oli tukittu hyvin vähän. Tästä syntyikin idea, että halusin selvittää minkä eri eläinten kanssa fysioterapeutit työskentelevät. Työn tekeminen oli myös hyvä keino saada lisää tietoa eläinten monipuolisuudesta ja kehittää omaa ammattitaitoa.

Eläinavusteisesta terapiasta kiinnostuneet voivat saada opinnäytetyöstä suunta, mitä eläimiä käytetään ja mitä eläinavusteisen terapian toteutuksessa tulee ottaa huomioon. Työn avulla voidaan saada myös lisää tietoa eläinavusteisesta terapiasta ja sen mahdollisuuksista esimerkiksi maksajatahoille, omaisille ja yhdistyksille. Joskus nämä saattavat olla este fysioterapiaan pääsulle, joten on hyvä selkeyttää, miksi kyseistä menetelmää käytetään. Työn avulla voidaan lisästä myös asiakkaiden tietoutta eläinavusteisuuden laajasta kentästä ja herätetään kiinnostusta sen mahdollisuuksiin.

Opinnäytetyön tutkimusasetelmaksi muodostui laadullinen tutkimus, jonka tutkimusaineisto kerättiin teemahaastatteluilla. Laadullisen tutkimusmenetelmän ja teemahaastattelun avulla sain syvällistä ja kokemusperäistä tietoa aiheesta. Työ alkoi teoriaosuuden kirjoittamisella ja tarkoituksen ja tavoitteiden miettimisellä. Työn teoriaosuuden kirjoittamiseen oli hyvin aikaa ja tämä mahdollisti myös taukojen pitämisen ja työhön palaamisen niin sanotusti uusin silmin. Työn tarkoitus ja tavoitteet ovat muovautuneet opinnäytetyön prosessin aikana lopulliseen muotoonsa. Tietoperustaa kirjoittaessa selvisi, että varsinkin Suomessa

eläinavusteisen terapian hyödyntäminen fysioterapeuttien keskuudessa on vielä melko vähäistä. Maailmalla eläinavusteisessa terapiassa käytettävien eläinten kirjo on kuitenkin laaja. Käytössä on myös toimintatapa, jossa tehdään yhteistyötä terapiakäytössä olevan eläimen omistajan ja fysioterapeutin kanssa. Tällöin fysioterapeutin ei tarvitse omistaa terapiassa käytettävää eläintä, vaan eläimen omistaja kouluttaa terapiatyössä käytettävän eläimen ja lainaa tätä työkäyttöön.

Haastattelemaan tutkimukseen osallistuvia fysioterapeutteja pääsin lokakuussa 2021. Teemahaastatteluissa oli neljä teemaa, työpari eläinavusteisessa terapiassa, eläimen hyvinvoinnista huolehtiminen eläinavusteisessa terapiassa, eläinavusteisen terapian hyödyntäminen fysioterapiassa ja asiakkaat eläinavusteisessa terapiassa. Teemojen avulla saatiin haastatteluista kattava kuva eläinavusteisen terapian toteutuksesta. Haastatteluiden analyysin kanssa meinasi tulla kiire, haastatteluista saadun laajan materiaalin takia. Tutkimuskysymykset ohjasivat tutkimuksen analyysia. Analyysin tekeminen ja teemojen muodostaminen oli ajoittain haastavaa. Koen kuitenkin, että tiiviillä aikataululla keskityin analysointiin tarkemmin ja osasin rajata pois aiheen ulkopuolelle kuuluvat asiat. Opinnäytetyön sain valmiiksi ajallaan.

Opinnäytetyöprosessin aikana opin laadullisen tutkimuksen tekemisestä sekä teemahaastattelun toteutuksesta. Sain myös arvokasta tietoa eläinavusteista terapiasta ja sen toteutuksesta. Pääsin myös työharjoittelussa seuraamaan ratsustusterapian sekä koira-avusteisen terapian toteutusta, joka vain herätti lisää mielenkiintoa aiheeseen. Työn toimeksiantajalta Green Care Lanlandin edustajalta sain myös hyviä vinkkejä lähteistä ja apua haastateltavien löytämiseen sekä työn teoriaosuuden kirjoittamiseen. Kokonaisuudessaan opinnäytetyön tekemisestä jäi positiivinen kuva. Yksin työtä tehdessä sai edetä omaan tahtiin. Opinnäytetyön kirjoittaminen on ollut motivoiva prosessi, kun olen saanut yhdistää sekä fysioterapiaa että henkilökohtaisia mielenkiinnon kohteita.

Olisi mielenkiintoista saada lisää tietoa määrällisen tutkimuksen muodossa, kuinka moni fysioterapeutti hyödyntää eläinavusteista terapiaa Suomessa ja minkä eläimen kanssa. Haastatteluissa nousi myös usein esille, että eläinavus-

teinen terapia ei vielä ole kovin tunnettua. Olisikin mielenkiintoista tehdä tutkimusta, kuinka tätä aihetta voitaisiin lähteä tekemään enemmän tunnetuksi.

LÄHTEET

AAII 2021. Animal assisted intervention international. Viitattu 17.3.2021
<https://aai-int.org/aai/animal-assisted-intervention/>.

Animal Assisted Therapy with Llamas and Alpacas 2020. Ausbildung. Viitattu 11.11.2020 <https://www.aatla.de/ausbildung/>.

Beetz, A., Uvnäs-Moberg, K., Julius, H., & Kotrschal, K. 2012. Psychosocial and psychophysiological effects of human-animal interactions: the possible role of oxytocin. *Frontiers in psychology*. *Front. Psychology* 3:234. Viitattu 2.3.2021
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2012.00234>.

Chandler, C. 2012. *Animal Assisted Therapy in Counseling*. E-kirja. Taylor & Francis Group. Viitattu 30.3.2021 <https://luc.finna.fi/lapinamk/>, Ebook Central.

Elmacı DT. & Cevizci S. 2015. Dog assisted therapies and activities in rehabilitation of children with cerebral palsy and physical and mental disabilities. *Int J Environ Res Public Health* 2015, 12(5) 5046-5060. Viitattu 17.11.2020 <https://doi.org/10.3390/ijerph120505046>.

Eläinasuojeluasetus 7.6.1996/396. Viitattu 2.8.2021
(<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1996/19960396>).

Fine, A. 2015. *Handbook on Animal Assisted Therapy: Theoretical Foundations and Guidelines for Practice*. Burlington: Academic Press. E-kirja. Viitattu 10.11.2020 <https://luc.finna.fi/lapinamk/>, ebook central.

Fine, A. 2019. *Handbook on Animal-Assisted Therapy: Foundations and Guidelines for Animal-Assisted Interventions*. Elsevier Science & Technology. E-kirja. Viitattu 2.1.2021 <https://luc.finna.fi/lapinamk/>, ebook central.

Green Care Finland 2020a. Eläinavusteiset menetelmät. Viitattu 23.9.2020
<https://www.gcfinland.fi/green-care-/menetelmat/elainavusteiset-menetelmat/>.

Green Care Finland 2020b. Green Care. Viitattu 23.9.2020
<https://www.gcfinland.fi/green-care-/>.

Green Care Finland 2020c. Green Care Lapland. Viitattu 9.10.2021
<https://www.gcfinland.fi/yhdistys/aluetoiminta/green-care-lapland/>

Green Care Finland 2020d. Luotohoiva & luontovoima. Viitattu 23.9.2020
<https://www.gcfinland.fi/green-care-/luotohoiva---luontovoima/>.

Green Care Finland 2020e. Menetelmät. Viitattu 23.9.2020
<https://www.gcfinland.fi/green-care-/menetelmat/>.

Hamunen, H. 2018. Koira tehostaa fysioterapeutin työtä - "kukaan ei ole nyrpistänyt nenäänsä". *Työelämä* 9/2018. Viitattu 10.10.2020
<https://www.tehylehti.fi/fi/tyoelama/koira-tehostaa-fysioterapeutin-tyota-kukaan-ei-ole-nyrpistanyt-nenaansa>.

Hautamäki, L., Ramadan, F., Ranta, P., Haapala, E. & Suomela-Markkanen, T. 2018. Eläinavusteinen terapia: Katsaus tutkimuskirjallisuuteen ja toimintaan Suomessa. Helsinki: Kela. Työpapereita 140. Viitattu 11.11.2020 <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/236987/Tyopapereita140.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Hautamäki, L., Ramadan, F. & Vilhunen, T. 2021. Millainen on hyvä eläinavusteinen interventio? – Käsikirja eläinavusteisten menetelmien laadukkaaseen toteuttamiseen eri toimintaympäristöissä. Helsinki: Kela. Kuntoutusta kehittä-mässä 29/2021. Viitattu 22.7.2021 https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/331626/Kuntoutustakehittamassa29_saavutettava.pdf.

Håkansson M. 2017. Green Care- päivät. Fysioterapeutin luento. Nature and horses as resources for human health and wellbeing 31.8.2017. Viitattu 2.2.2021 <https://www.youtube.com/watch?v=QBcH-Wbbjos&feature=youtu.be&list=PLPkuv7SHimyXjeScOwk2LaQNlaaDrR3Aa>.

Härkäpää, K., Kippola-Pääkkönen, A., Buchert, U., Järvikoski, A. & Kallinen, M. 2020. Asiakkaiden ja terapeuttien äänellä. Kokemuksia ja arvioita Kelan vaativasta lääkinnällisestä kuntoutuksesta. Helsinki: Kela. Sosiaali- ja terveysturvan raportteja 21/2020. Viitattu 5.6.2021 https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/311183/Raportteja21_saavutettava.pdf?sequence=6&isAllowed=y.

Härkäpää, K., Kippola-Pääkkönen, A., Buchert, U., Järvikoski, A. & Kallinen, M. 2020. Liitteet teoksesta Asiakkaiden ja terapeuttien äänellä. Kokemuksia ja arvioita Kelan vaativasta lääkinnällisestä kuntoutuksesta. Viitattu 5.6.2021 https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/311183/Raportteja21LIITTEET_saavutettava.pdf?sequence=7&isAllowed=y.

Ikäheimo, K. 2013. Karvaterapiaa: Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Solution Models House.

Ikäheimo, K. 2019. Mietteitä eläinavusteisuuden tulevaisuudesta. Teoksessa M. Ylilauri ja A. Yli-Viikari (toim.). Kohti luonnollista hyvinvointia – Näkökulmia luontoperustaisen toiminnan kehittämiseen. Vaasa: Vaasan yliopisto. Levón-instituutin julkaisuja 143, 103–106. Viitattu 3.3.2021 <https://osuva.uwasa.fi/bitstream/handle/10024/8172/978-952-476-861-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Jamk 2021. Koira-avusteinen kasvatus- ja kuntoutustyö täydennyskoulutus 10 op. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Viitattu 1.5.202 https://amp.jamk.fi/asio/kurssiilmo/jamk/index.php?resource=76480%2FKoira-avusteinen_kasvatus-_ja_kuntoutusty%F6_t%E4ydennyskoulutus_10_op%2Fesite%2F&ss_lang=fin.

Kahilaniemi, E. 2016. Eläinavusteinen interventio; asiakkaan toiminnallisuuden tukeminen koira-avusteisin menetelmin. Terälahti: Voimatassu.

Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä: Miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kasanen, I. 2017. Green Care –päivät. Eläinlääketieteen tohtori, eläinavusteisen valmentajan luento. Eläinten hyvinvointi eläinavusteisessa toiminnassa 22.11.2017. Viitattu 3.8.2021 <https://www.youtube.com/watch?v=-evyvvvgBUaM&list=PLTba3E9wQ9bmgDu6-X0uujbgqCfsmMNei&index=10>.

Kela 2019. Kansaneläkelaitos terapian palvelukuvaus. Viitattu 19.10.2020 https://www.kela.fi/documents/10180/9184001/Kelan+terapioiden+palvelukuvaus_FI_.pdf/7343813d-471f-49df-b638-9fefc597a28f.

Kela 2020. Kansaneläkelaitos vaativa lääkinällinen kuntoutus. Viitattu 19.10.2020 <https://www.kela.fi/documents/10192/3239622/Vaativa%20l%C3%A4%C3%A4kinn%C3%A4llinen%20kuntoutus.pdf>.

Kela 2021. Kansaneläkelaitos vaativa lääkinällinen kuntoutus. Viitattu 4.3.2021 <https://www.kela.fi/documents/10192/3239622/Vaativa%20l%C3%A4%C3%A4kinn%C3%A4llinen%20kuntoutus.pdf>.

Kennelliitto 2021. Kaverikoirat. Viitattu 17.3.2021 <https://www.kennelliitto.fi/koirat/kaverikoirat>.

Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry 2021a. Koira hyvinvoinnin tukena. Viitattu 1.5.2021 <http://www.kasvatus-kuntoutuskoirat.fi/koira-tyoparina/koira-hyvinvoinnin-tukena/>.

Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry 2021b. Koira-avusteinen kasvatus- ja kuntoutustyö täydennyskoulutus 10 op. Viitattu 1.5.2021 <http://www.kasvatus-kuntoutuskoirat.fi/koira-tyoparina/koira-avusteinen-kasvatus-ja-kuntoutustyo-taydennyskoulutus/>.

Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry 2021c. Polku kasvatus- ja kuntoutuskoirakoksi. Viitattu 4.2.2021 <http://www.kasvatus-kuntoutuskoirat.fi/koira-tyoparina/polku-kasvatus-ja-kuntoutuskoirakoksi/>.

Kpedu 2021. Keski-pohjanmaan koulutusyhtymä. Hyvinvoinnin tuottaminen eläinten avulla. Viitattu 25.3.2021 [https://www.kpedu.fi/hakijalle/koulutustarjonta/koulutus/hyvinvoinnin-tuottaminen-el%C3%A4inten-avulla-\(luonto--ja-ymp%C3%A4rist%C3%B6alan-perustutkinnon-osa\)_\(_l5544\)](https://www.kpedu.fi/hakijalle/koulutustarjonta/koulutus/hyvinvoinnin-tuottaminen-el%C3%A4inten-avulla-(luonto--ja-ymp%C3%A4rist%C3%B6alan-perustutkinnon-osa)_(_l5544)).

Lasa, M., Bocanegra, M., Alcaide, V., Arratibel, A., Donoso, V. & Ferriero G. 2015. Animal assisted interventions in neurorehabilitation: a review of the most recent literature. *Neurologia* 2015, vol 30, issue 1, pages 1-7. Viitattu 1.6.2021 <https://doi.org/10.1016/j.nrleng.2013.01.010>.

Latvala-Sillman, P. & Anundi, E. 2018. Työparina koira: Koira sosiaali-, terveys- ja kasvatustieteen työssä. Helsinki: Sanasilta Oy.

Lonka, K. 2017. Kissamainen tassuterapeutti Morris tekee tärkeää työtä. Nutrolin 22.6.2017. Viitattu 7.12.2020 <https://www.nutrolin.fi/2017/06/22/kissamainen-tassuterapeutti/>.

Lonka, K. 2019. Morriksen terapeuttiset tassut. Nutrolin 25.1.2019. Viitattu 7.12.2020 <https://www.nutrolin.fi/2019/01/25/morriksen-terapeuttiset-tassut/>

Luke, THL & GCF ry. 2018. Suomalainen Green Care – LuontoHoivan ja LuontoVoiman laatutyökirja. Luonnonvarakeskus, Terveysten ja hyvinvoinnin laitos ja Green Care Finland ry. Viitattu 15.3.2021 <https://jukuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/542460/green-care-tyokirja-2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Manninen, P. & Tiira, K. 2018. Koira-avusteinen fysioterapia voi auttaa kuntoutuksessa. Fysioterapia 01/2018, 44–49.

Mattila-Rautiainen, S. 2011. Ratsastusterapia. Jyväskylä: PS-kustannus.

Mattila-Rautiainen S. 2019 Ratsastusterapian fysioterapeuttinen näkökulma. Teoksessa M. Ylilauri ja A. Yli-Viikari. Kohti luonnollista hyvinvointia – Näkökulmia luontoperustaisen toiminnan kehittämiseen. Levón-instituutin julkaisuja 143, 107–109. Viitattu 3.3.2021 <https://osuva.uwasa.fi/bitstream/handle/10024/8172/978-952-476-861-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Opetushallitus 2021. Koirat koulussa – koira-avusteisen toiminnan ohjeistus oppilaitoksille. Viitattu 26.9.2021 <https://www.oph.fi/fi/opettajat-ja-kasvattajat/koirat-koulussa-koira-avusteisen-toiminnan-ohjeistus-oppilaitoksille>.

Pracht lamas 2020. Lamatherapie. Viitattu 11.11.2020 <https://www.prachtlamas.de/therapie/>.

Rodrigo-Claverol M., Casanova-Gonzalvo C., Malla-Clua, B., Rodrigo-Claverol E., Jove-Naval J. & Ortega-Bravo M. 2019. Animal-assisted intervention improves pain perception in polymedicated geriatric patients with chronic joint pain: a clinical trial. International Journal of Environmental Research & Public Health 2019, 16 2843. Viitattu 15.11.2020 <https://doi.org/10.3390/ijerph16162843>.

Salpaus 2021. Koulutuskeskus Salpaus. Ammattimainen koira-avusteinen toiminta. Viitattu 25.3.2021 <https://www.salpaus.fi/koulutusesittely/ammattimainen-koira-avusteinen-toiminta/>.

Suomen Karvakaverit ry 2021. Viitattu 16.3.2021 <https://suomenkarvakaverit.fi/>.

Suomen Ratsastusterapeutit 2019. Ratsastusterapia. Viitattu 20.10.2020 <https://suomenratsastusterapeutit.fi/ratsastusterapia/>.

The European Society of Animal-Assisted Therapy 2020a. Definition animal-assisted therapy. Viitattu 3.11.2020 <https://www.en.esaat.org/index.php?id=19&L=1>

The European Society of Animal-Assisted Therapy 2020b. Accredited professional and basic training. Viitattu 15.8.2021
<https://www.en.esaat.org/index.php?id=8&L=1>.

Tiira, K. 2016. Muu eläinavusteinen toiminta ja sen tulevaisuus. Luentomateriaali docplayer 2016. Viitattu 30.11.2020 <https://docplayer.fi/10993772-Muu-elainavusteinen-toiminta-ja-sen-tulevaisuus-katriina-tiira-ft-tutkija.html>.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2021. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Viitattu 4.10.2021
https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf.

Tuomi J. & Sarajärvi A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi Oy.

Velde, B., Cipriani, J. & Fisher, G. 2005. Resident and therapist views of animal-assisted therapy: Implications for occupational therapy practice. Australian Occupational Therapy Journal 2005, 52(1) 43–50. Viitattu 30.3.2021
<https://doi.org/10.1111/j.1440-1630.2004.00442.x>.

Välimaa L. 2017. Eläinavusteista työskentelyä hyvinvointipalveluihin. Lapin ammattikorkeakoulun verkkolehti 1/2017. Viitattu 2.3.2021
<https://blogi.eoppimispalvelut.fi/lumenlehti/2017/04/27/elainavusteista-tyoskentelya-hyvinvointipalveluihin/>.

Wijker C., Leontjevas R., Spek A. & Enders-Slegers MJ. 2019. Process Evaluation of Animal-Assisted Therapy: Feasibility and Relevance of a Dog-Assisted Therapy Program in Adults with Autism Spectrum Disorder. Animals 2019, 9(12) 1103. Viitattu 15.11.2020 <https://doi.org/10.3390/ani9121103>.

LIITTEET

- Liite 1. Toimeksiantosopimus
- Liite 2. Teemahaastattelurunko

Liite 1. Toimeksiantosopimus

OPINNÄYTETYÖN TOIMEKSIANTOSOPIMUS

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

Toimeksiantaja	Nimi (esim. yritys) Green Care Finland ry:n aluejaosto Green Care Lapland Yhteystiedot (yhteyshenkilö, puhelin, sähköposti) Sanna Vinblad		
	Työn aihe Eläin tehostaa fysioterapeutin työtä - eläinavusteisen terapian mahdollisuudet fysioterapiassa		
Tekijä	Nimi Miia Vehniä Katuosoite Puhelin	Opiskelijanumero Postinumero Sähköpostiosoite	Postitoimipaikka
	Suoritettava tutkinto Fysioterapeutti AMK		Ryhmätunnus R75F18S
Lapin AMK	Yhteyshenkilön nimi (ohjaaja) Mika Rahkola Toimipaikka ja osoite Jokiväylä 11 C, 96300 Rovaniemi Puhelin +358 20 798 6000		Tehtävänimike Lehtori Sähköpostiosoite
Toimeksiantosopimuksen ehdot			
Ohjaus	Ohjaava opettaja valvoo työtä ammattikorkeakoulun puolesta ja antaa työn edellyttämiä ohjeita ja neuvoja. Ammattikorkeakoulu ja opettaja eivät ole konsulttivastuussa työstä.		
Dokumentointi	Ammattikorkeakoulun opinnäytetyöt ovat julkisia. Työstä laaditaan ammattikorkeakoulun opinnäyteohjeen mukainen kirjallinen esitys, josta toimitetaan yksi kansitettu kappale ammattikorkeakoulun kirjastoon tai julkaistaan sähköisessä muodossa Theseus-verkkokirjastossa. Työ arkistoidaan oppilaitoksella sekä tulostettuna että sähköisessä muodossa.		
Oikeudet	Opinnäytetyön tekijänoikeudet kuuluvat tekijälle. Toimeksiantaja saa rinnakkaisen käyttöoikeuden opinnäytetyön tuloksiin opinnäytetyön valmistuttua. Ammattikorkeakoululla on jatkuvasti voimassa oleva oikeus käyttää tuloksia omassa opetus- ja TKI-toiminnassaan. Sopijapuolilla on mahdollisuus sopia muista opinnäytetyön tuloksista koskevista oikeuksista kuitenkin niin, että tämän sopimuksen nojalla ammattikorkeakoulun saamat oikeudet säilyvät voimassa.		
Keksinnöt	Jos tekijä on osallisena keksintöön, joka patentoidaan, mainitaan hänet yhtenä keksijöistä. Mahdollisesta keksintökorvauksesta sovitaan erikseen noudattaen ammattikorkeakoulun tai toimeksiantajan keksintöohjeen linjauksia. Opinnäytetyön tai sen osan julkaiseminen tai hyödyntäminen ei saa vaarantaa sen tai sen osan suojaamista patentilla tai hyödyllisyysmallilla.		
Vastuut	Opinnäytetyön tulos toimitetaan sellaisena kuin se on. Tekijä tai ammattikorkeakoulu eivät anna tulokselle takuuta eivätkä vastaa sen soveltuvuudesta toimeksiantajan tarpeisiin. Sopijapuolet ovat vastuussa toisilleen sopimusrikkomuksen aiheuttamista välittömistä vahingoista. Vastuun syntyminen edellyttää tahallaan tai törkeällä huolimattomuudella aiheutettua sopimusrikkomusta.		
Lisäksi sovitaan	Opinnäytetyön tekemisestä ei makseta korvauksia. Opinnäytetyö julkaistaan Green Care Finland ry:n nettisivuilla ja Green Care Finland & Lappi Facebook ryhmässä/sivuilla. Toimeksiantajan edustaja kutsutaan opinnäytetyön julkistamistilaisuuteen. Lisäksi sovitaan, että työn valmistumisen tavoite asetetaan vuodelle 2021.		
Salassapito	Ohjaavilla opettajilla ja opinnäytetyön tekijöillä on salassapitovelvollisuus työn aikana esille tulleisiin luottamuksellisiin asioihin. Toimeksiantajan tulee tarkistaa, että julkaistava opinnäytetyö ei sisällä salassa pidettävää aineistoa. Tarvittaessa käytetään toimeksiantajan erillistä salassapitosopimusta.		
Tätä sopimusta on laadittu kolme (3) samansisältöistä kappaletta, yksi (1) kullekin sopimuksen osapuolelle. Sopimus perustuu ammattikorkeakoulun hyväksymään opinnäytetyösuunnitelmaan ja se astuu voimaan allekirjoitushetkellä.			
	Paikka ja päivämäärä	Allekirjoitus	
Toimeksiantaja	Rovaniemi 23.11.2021	Sanna Vinblad	
Tekijä	Rovaniemi 23.11.2021	Miia Vehniä	
Lapin AMK	ROVANIEMI 23.11.2021	Mika Rahkola	

Liite 2. Teemahaastattelurunko

Teema 1: Työparisi eläinavusteisessa terapiassa

Teema 2: Eläimen hyvinvoinnista huolehtiminen eläinavusteisessa terapiassa

Teema 3: Eläinavusteinen terapian hyödyntäminen fysioterapiassa

Teema 4: Asiakkaat eläinavusteisessa terapiassa

- Asiakkaiden valikoituminen
- Eläinavusteisen terapian hyödyt
- Eläimen ja asiakkaan vuorovaikutus
- Eläinavusteisen terapian tunnettavuus