

Opinnäytetyö
Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosiaalipalvelutyö
2012

Johanna Lundén

HÄNNÄNHEILAHDUKSIA

– Koira-avusteisen työskentelyn pilottiprojekti
Turun kaupungin ympärivuorokautisessa hoidossa
olevien vanhusten parissa



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

OPINNÄYTETYÖ (AMK) | TIIVISTELMÄ

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaalialan koulutusohjelma | Sosiaalipalvelutyö

2012 | 75+11

Marjatta Hahtola

Johanna Lundén

HÄNNÄNHEILAHDUKSIA – KOIRA-AVUSTEISEN TYÖSKENTELYN PILOTTIPROJEKTI TURUN KAUPUNGIN YMPÄRIVUOROKAUTISESSA HOIDOSSA OLEVIEN VANHUSTEN PARISSA

Kehittämistyön tarkoituksena oli seurata ja dokumentoida Turun kaupungin vanhusten ympärivuorokautisen hoidon yksiköissä toteutettavaa koira-avusteisen työskentelyn pilottiprojektia helmikuusta syyskuuhun 2012. Projekti tukee Green care ideologian leviämistä Suomeen. Keskeisin kehittämistyöni tavoite on koira-avusteisen työskentelyn ja sen hyödyntämisen tunnetuksi tekeminen.

Keskityin projektin aikana toiminnan merkityksen ja mahdollisten sillä aikaansaatuisten muutosten kartoittamiseen vanhusten, henkilökunnan ja yksiköiden ilmapiirin kannalta. Pyrkimyksenä oli myös koira-avusteisen työskentelyn menetelmien kehittäminen vanhusten hyvinvoinnin lisäämiseksi. Aineistoa työhön on saatu havainnoinnin, kyselykaavakkeiden, palautteiden ja valokuvauksen kautta.

Pitkäjänteinen ja tavoitteellinen koira-avusteinen työskentely Turun vanhuskeskusten laitoshoidon yksiköissä on tuonut yhteisöllisyyttä, iloa, virkistystä ja vaihtelua vanhusten arkeen. Vierailut ovat aktivoineet asukkaita liikkumaan ja lisänneet sosiaalista kanssakäymistä.

ASIASANAT:

Eläinavusteiset metodit, Koira-avusteinen työskentely, Green care, vanhustenhoito

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Degree Program of Social Services | Development and Management of Social Services

November 2012 | 75+11

Marjatta Hahtola

Johanna Lundén

WAGGING TAIL -CANINE-ASSISTED PILOTPROJECT IN TURKU CITYS ELDERLY FACILITYCARE

The aim of this development work is to follow and document the Canine Assistance pilot project which was carried out by the City of Turku in three of their 24-hour elderly persons care facilities between February and September 2012. The project was initiated through a drive to introduce Green Care ideology into Finland. The main goal of my development work is to promote the possibilities of Canine Assistance activities.

The focus was aimed at the changes which occurred to the clients, the staff and to the general atmosphere of the care facilities, through the implementation of the project. In particular I wanted to pay special attention to the development of Canine Assistance methods and activities, in order to further increase the well-being of clients. The material which my thesis consists of has been collected through observation, inquiry, feedback and photography.

Long-span and goal-directed Canine Assistance work in facility care units in Turku has brought about increases in communality, joy, refreshment and variation to elderly people's lives. The visitations have motivated residents to become more mobile, and increased their social interaction.

KEYWORDS:

Animal-assisted activities, Canine-assisted activities, Green care, Elderly care

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	7
2 KEHITTÄMISTEHTÄVÄ JA PILOTTIHANKKEEN TAVOITE	9
3 GREEN CARE	17
3.1 Eläinavusteisen työskentelyn perusteita	19
3.2 Eläinten vaikutuksia ihmisten hyvinvointiin	24
4 KOIRA-AVUSTEINEN HYVINVOINTIPROJEKTI TURUN KAUPUNGIN YMPÄRIVUOROKAUTISEN HOIDON YKSIKÖISSÄ, KÄYTÄNNÖN TOTEUTTAMINEN	32
5 AINEISTON ANALYYSI	50
6 TULOKSET	51
7 POHDINTA JA ARVIOINTI	56
7.1 Vanhustenhoidon tulevaisuudennäkymiä	56
7.2 Leppoistaminen, tekeminen ja oleminen	60
7.3 Koira-avusteisen työskentelyn mahdollistaminen pysyvästi vanhustenhuollon käytäntöön	61
7.4 Koira-avusteisen työskentelyn jatkumahdollisuuksia	62
7.5 Sosionomin kompetenssin kehittyminen	65
7.6 Valokuvaus	66
8 JOHTOPÄÄTÖKSET	68
LÄHTEET	71

LIITTEET

Liite 1. Tutkimuslupa-anomus.

Liite 2. Koira-avusteinen hyvinvointiprojekti vanhuksille Turun kaupungin ympärivuorokautisen hoidon Kutomokodissa

Liite 3. Kyselylomake henkilökunnalle

Liite 4. Koira-avusteisen pilottiprojektin jälkikartoitus mukana olleiden yksiköiden henkilökunnalle.

Liite 5. Koirat -lehti

Liite 6. Koira-avusteisen hoidon tuloksia, mäntyrinne vk. Os.6

Liite 7. Rento(a)

KUVAT

Kuva 1 Tapaamisten riemua (©Lundén 2012).	13
Kuva 2 Suomen Karva-Kaverit logo (http://suomenkarvakaverit.fi/)	20
Kuva 3 Iloa ja läheisyyttä (©Lundén 2012)	24
Kuva 4 Koiramaista jutustelua (©Lundén 2012).	30
Kuva 5 Jalkajumppaa (©Lundén 2012)	31
Kuva 6 Johanna, Viljo ja Maarit (©Lenkkeri 2012)	34
Kuva 7 Halaaminen onnistuu myös vuodepotilaiden kanssa (©Lundén 2012)	37
Kuva 8 Halaustekniikka (©Lundén 2012)	38
Kuva 9 Keskustelukumppanit (©Lundén 2012).	39
Kuva 10 Venytyksiä ja taivutuksia (©Lundén 2012).	40
Kuva 11 Kävelykoulu (©Lundén 2012).	41
Kuva 12 Käsijumppaa (©Lundén 2012).	43
Kuva 13 "Nenäterapiaa" (©Lundén 2012).	44
Kuva 14 Halauksia omaisilta (©Lundén 2012).	45
Kuva 15 Henkilökuntahali (©Lundén 2012).	52
Kuva 16 Kuvakollaasi (©Lundén 2012).	53
Kuva 17 Rentoa yhdessäoloa rinnakkain (©Lundén 2012).	60
Kuva 18 TYD Keränen 2012 (http://www.jk9.fi/template.php?navi=5).	64
Kuva 19 Suukkoja havainnointimuistiinpanojen kirjoittajalle (©Lenkkeri 2012).	66
Kuva 20 Kaverukset (©Lundén 2012).	69

KUVIOT

Kuvio 1 Green Care (www.gcfinland.fi).	17
Kuvio 2 GC-menetelmät (www.gcfinland.fi).	19
Kuvio 3 AAA:n ja AAT:n erot, mukailten http://www.deltasociety.org/page.aspx?pid=321 .	22
Kuvio 4 SWOT-analyysi.	54

TAULUKOT

Taulukko 1 Projektin kokonaiskuvaus

33

1 JOHDANTO

Koira-avusteinen työskentely on uudenlainen tapa Suomessa tuottaa hyvinvointia erilaisten asiakasryhmien parissa. Se sisältää heiluvia häntiä, nappisilmiiä, halauksia, iloa ja naurua. Ammattimaisesti toteutettuna työskentelyn yksilölliset tavoitteet voivat kohdistua niin psyykkiseen kuin fyysiseen hyvinvointiin ja olla sekä toimintakykyä edistäviä että ylläpitäviä.

Vanhusten laitoshoidon se sopii rikkomaan rutiineja, lievittämään yksinäisyyttä, nostamaan esiin hellyyttä ja tunteita sekä saamaan aikaan yhteisöllisyyttä ja lisääntynyttä sosiaalista kanssakäymistä.

Turun kaupungin vanhusten ympärivuorokautisen hoidon yksiköissä toteutettiin koira-avusteisen työskentelyn pilottiprojekti vuoden 2012 aikana. Tavoitteelliset koiravierailut tapahtuivat viikoittain. Projekti tukeutuu Green Care –ideologian tulon Suomessa. Green Care toiminta liittyy luontoon ja maaseutu ympäristöön pyrkimyksenään edistää ihmisten hyvinvointia ja elämänlaatua.

Keskeisin kehittämistyöni tavoite on koira-avusteisen työskentelyn ja sen hyödyntämisen tunnetuksi tekeminen. Projektin myötä havaittiin monia koira-avusteisen työskentelyn tuottamia positiivisia merkityksiä vanhuksille sisältäen virkistykseen, päivätoiminnan ja kuntoutuksen osa-alueet. Samalla työskentelyä kehitettiin asiakaslähtöisesti jatkoa silmällä pitäen. Aineiston keruu on tapahtunut havainnoiden, haastattelun, lomakekartoituksilla, palautteen keräämisellä ja valokuvaten.

Kaikki toimintamuodot eivät sovi kaikille. On hyvin yksilöllistä, millaisia mahdollisuuksia ja hyötyjä koira-avusteinen työskentely tuo kullekin asiakkaalle. Koira-avusteisen työskentelyn merkityksistä voidaan olla monta mieltä riippuen henkilökohtaisesta suuntautumisesta ja asenteista, mutta yksi asia on kiistaton: Se vilpittön ilo, riemu ja hyvinolontunne, joka suorastaan hehkui osasta vanhuksia heidän kohdatessaan koiran.

Jokainen meistä voi omalta kohdaltaan miettiä hetken tärkeyttä ja merkitystä. Montako kertaa vaikkapa viikon aikana kokee hetkiä, jolloin syystä tai toisesta on vilpittömän onnellinen? Niistä hetkistä löytyy voima jaksaa eteenpäin arjen aherruksessa meillekin, jotka vielä ”tuottavina yksilöinä” olemme vahvasti mukana työ- ja perhe-elämän pyöryksessä. Voi ainoastaan kuvitella näiden hetkien merkitystä laitosrutiinien keskellä eläville vanhuksille.

2 KEHITTÄMISTEHTÄVÄ JA PILOTTIHANKKEEN TAVOITE

Vanhusten kasvava määrä pakottaa hoito- ja vanhainkodit kehittämään uusia hoito- ja terapiamuotoja, jotka tähtäävät henkilökunnan taakan vähentämiseen samalla ylläpitäen hoidon hyvää tasoa. Perinteisen hoidon kehittämistä tarvitaan myös siksi, että siinä oletuksena asiakas on sairas ja passiivisessa roolissa. Virikkeiden vähäisyys ja sopivasti haasteellisen oppimisympäristön puute johtavat väistämättä psyykkisen ja fysiologisen tilan rapautumiseen.

Turun kaupungin ympärivuorokautisessa hoidossa on viisi vanhuskeskusta, joissa jokaisessa on erilaisia yksiköitä vanhuksille, jotka eivät enää kykene asumaan kotonaan edes tuetusti. Yhteensä ympärivuorokautisen hoidon piiriin kuuluu noin 1400 asukasta sisältäen vanhainkodit, tehostetun palveluasumisen ja pitkäaikaissairaanhoidon. Lisäksi kaupungilla on noin 600 ostopalvelupaikkaa. Laitoksissa asuvien vanhusten toimintakyky on yleensä alentunut fyysisesti. Osa heistä on vuodepotilaita, osa liikkuu pyörätuolilla ja valtaosalla on keskivaikea tai vaikea muistisairaus. Monille heistä tämä on viimeinen asuinpaikka, jossa ollaan loppuun asti. Elämän ehtoosta pyritään ympärivuorokautisen hoidon piirissä tekemään mahdollisimman hyvä. (Palaveri, suullinen tieto 15.5.2012 Kristiina Hellsten)

Viriketoiminta

Vanhusten arki laitoksessa saattaa olla yksitoikkoista. Toimintakyvyn heikettyä mahdollisuudet osallistua laitoksen ulkopuolella tapahtuvaan toimintaan vähenevät. Asukkaille tulee järjestää heidän hyvinvointinsa edistämiseksi aktiviteetteja, joihin heillä omien resurssiensa mukaan on mahdollisuus osallistua.

Viriketoiminnan keskeisiä tavoitteita ovat yhdessä oleminen ja tekeminen, joilla vastataan asiakkaan henkisiin tarpeisiin. Omia kiinnostuksen kohteita vastaavat viriketoiminnan muodot edesauttavat toimintakyvyn säilymistä. Myös uusien ja innostavien toimintamuotojen löytäminen on tärkeää. (Airila 2002, 17-20.)

Toiminnanohjaaja Marjut Nummen (sähköposti 30.10.2012) mukaan Turun kaupungin vanhustyössä on haluttu hyvän perushoidon, ravitsemuksen ja fyysisen puolen ohella huolehtia myös vanhusten elämänlaadusta laitosoissa. Kaikilla ympärivuorokautisessa hoidossa olevilla vanhuksilla on yksilöllinen kulttuurisuunnitelma, joka on tehty yhdessä vanhuksen ja/tai omaisten kanssa erillisen Elämänkaari-lomakkeen pohjalta. Siinä kartoitetaan mm. vanhuksen kiinnostuksen kohteita, harrastuneisuutta sekä henkilökohtaista elämänhistoriaa. Kulttuurisuunnitelma on kirjattu Pegasos-potilastietojärjestelmään, joten sen toteutusta pystytään seuraamaan. Kulttuurisuunnitelman avulla pystytään tarvittaessa myös kohdentamaan oikeanlaiset tapahtumat yms. asiakkaiden kiinnostuksen mukaan.

Jokaisessa vanhuskeskuksessa on toiminnanohjaajia ja/tai askartelunohjaajia 2-5, keskuksen koosta riippuen. Ohjaajat järjestävät asukkaille erilaista ryhmätoimintaa useita kertoja päivässä. Ryhmätoimintana voi olla esimerkiksi erilaiset musiikkituokiot, muistelut, tuolijumpat, pelaamiset, aivojumpat, monipuoliset sekä soveltavat kädentaidot, luku- ja/tai keskustelupiirit yms. Retkillä ja ulkoilulla on myös suuri rooli ohjaajien työssä.

Ryhmätoiminnan lisäksi ohjaajat järjestävät osastoille sekä yhteisiin tiloihin esiintyjä, tapahtumia sekä juhlia. Vapaaehtoisten käyntien organisointi sekä muiden yhteistyötahojen kanssa tapahtuva yhteistyö ovat myös ohjaajien tehtäviä. Vapaaehtoiset käyvät myös monessa yksikössä ilahduttamassa vanhuksia ja järjestävät heille erilaisia virkistystuokioita.

Ohjaajien lisäksi keskuksissa on fysioterapeutteja, jotka antavat tarvittaessa asukkaille fyysistä kuntoutusta. Hoitajilla ovat myös suuressa roolissa, koska heillä on työssään kuntotuttava työote, joka tarkoittaa sitä, että asukkaita aktivoidaan ja heidän fyysistä toimintakykyään ylläpidetään kaikilla hoitotyön osaluilla. Myös asukkaiden omatoimisuutta tuetaan ja rohkaistaan.

Osastoilla on myös nimetyt virikevastaavat, jotka vastaavat yhdessä muun henkilökunnan kanssa siitä, että osastoilla järjestetään ja siellä tapahtuu erilaista

viriketoimintaa. Yksilöllisyyteen ja sen huomioimiseen koetetaan panostaa laitoshoidossa, kuten myös tässä projektissa.

Laitoshoidon laatua on lähdetty kehittämään pienin askelin. Vanhusten liikkuminen laitoksen ulkopuolella on vaikeaa, joten Turun kaupungin vanhustoimessa laitosten kehittämisen kokeilumenetelmäksi on valittu mm. eläinavusteinen työskentely, jossa koirat ohjaajansa kanssa vierailevat vanhusten luona yksiköissä. Projekti tukee Green Care -ideologian tuloa Suomeen. Tämän projektin tuloksia käytetään apuna tulevan toiminnan suunnittelussa ja hyvien käytäntöjen esilletuomisessa. Toimintatapa on mahdollista yhdistää myös laajempaan Green Care-kenttään, josta löytyy paljon toimijoita ja monipuolista osaamista ja elementtejä, kuten kasveja, puutarhaympäristöä ja päivätoiminnan järjestämistä maatiloilla. Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus (MTT) on mukana sekä kehittämässä Green Care -toimintaa että tutkimassa toimintatapoja, joilla voidaan edistää Green Care -toiminnan vaikutusten ja vaikuttavuuden arviointia.

Turun kaupungin vanhusten ympärivuorokautisen hoidon pilottiprojektissa on tarkoituksena, että koira-avusteinen työskentely on tavoitteellista. Käyntien tavoitteellisuus määritellään huomioiden asiakasryhmä sekä heidän tarpeensa. Koira-avusteisen työskentelyn tavoitteet voivat olla psyykkisiä tai/ja fyysisiä ja ne voivat olla toimintakykyä edistäviä tai ylläpitäviä huomioiden kunkin asiakkaan yksilölliset ominaisuudet.

Olen ollut mukana projektissa avustamassa, seuraamassa, dokumentoimassa ja raportoimassa työskentelyä yhteistyössä Hali-Koira -yrittäjä Maarit Haapa-saaren kanssa. Keskeisin kehittämistyöni tavoite on koira-avusteisen työskentelyn ja sen hyödyntämisen tunnetuksi tekeminen.

Keskityin projektin aikana hakemaan vastauksia seuraaviin kysymyksiin ja asioihin:

1. Toiminnan merkityksen kartoittaminen: Mitä merkitystä toiminnalla on vanhuksille, henkilökunnalle ja yksikön ilmapiirille?
2. Mitä muutoksia toiminnalla mahdollisesti saadaan aikaan?

3. Koira-avusteisen työskentelyn menetelmien kehittäminen vanhusten hyvinvoinnin lisäämiseksi.

Arvioin toiminnan vaikutuksia hyvinvointinäkökulmasta asiakkaiden ja henkilökunnan keskuudessa. Pyrin kartoittamaan mahdollisimman kattavasti asiakkaiden ja henkilökunnan mielipiteet projektista alku- ja loppuvaiheessa haastattelemalla halukkaita sekä henkilökunnalle suunnattujen kyselylomakkeiden avulla. Henkilökuntaa on ohjeistettu tavoitteista ja kirjaamisesta, sekä siitä, miten osallistuvien vanhusten kokemukset ja ryhmän mahdolliset vaikutukset tulevat näkyväksi sähköiseen Pegasos potilastietojärjestelmään.

Olen saanut luvan käyttää projektiin liittyviä henkilökunnan asiakkaista tekemiä kirjauksia kehittämistyössäni. Muistisairaiden henkilökohtainen haastattelu on ollut vaikeaa, jolloin hoitajien tekemät kirjatukset ovat heidän kohdallaan avainasemassa. Näiden lisäksi käytettävänä aineistona ovat oma havainnointipäiväkirjani, kokouspöytäkirjat, muistioidet, tiedotteet, sähköpostit ja palaverikirjat. Lisäksi koira-avusteisen työskentelyn merkitystä on mahdollista todentaa henkilökunnan, vanhusten ja vanhusten omaisilta saadun palautteen kautta.

Olen valokuvannut projektin aikana toimintaa ja saanut luvan liittää kuvia kehittämistyöhöni. Turun kaupungin ympärivuorokautisen hoidon johtaja Kristiina Hellstén, joka myös myönsi tutkimuslupani (liite 1), on esittänyt toiveen vanhusten ilmeiden tuomisesta esiin kuvissa, koska ne kertovat toiminnan positiivisesta vaikutuksesta enemmän, kuin sanoin pystyy kuvaamaan (Kuva 1).



Kuva 1 Tapaamisten riemua (©Lundén 2012).

Kehittämistyö

Kehittämistyössä eri toiminnan tai kehittämisen vaiheet kohti tuotosta etenevät toimijoiden kanssa vuorovaikutussuhteessa määritetyssä toimintaympäristössä. Tämä merkitsee keskustelua, arviointia, toiminnan uudelleen suuntaamista, vertaistukea ja palautteen antoa ja ottoa. Nämä kaikki voivat syntyä vain ihmisten välisessä sosiaalisessa vuorovaikutuksessa toiminnan keskellä. (Salonen 2011, 4.) Toikon ja Rantasen kehittämisen spiraalimallissa kehittäminen kuvataan jatkuvana syklinä. Uudet kehät (sisältäen perustelun, organisoinnin, toteutuksen ja arvioinnin) täydentävät aina edellistä, joten kehittämistoiminta täsmentyy prosessin edetessä. Spiraalimallissa tavoitellaan jatkuvaa vuorovaikutuksellista ja reflektiivistä kehittämistä. (Toikko & Rantanen 2009, 19-20.)

Kehittämistoiminnan ja tutkimuksen suhde voidaan määritellä siten, että kehittämisessä sovelletaan tutkimuksen tietoa. Perustutkimus kehittää tietoa, joka selittää tai kuvailee tutkittavia ilmiöitä. Tieteellistä tietoa etsitään ilman erityistä käyttötarkoitusta. Perustutkimus edistää tietämystä eikä tähtää käytännön ta-

voitteisiin. Se vastaa mitä- ja miksi-kysymyksiin. Tutkimusmenetelmien valinta perustuu tutkimusongelmaan, eli siihen, millaiseen kysymykseen etsitään ratkaisuja. Tutkimusmenetelmien luotettavuus arvioidaan tieteellisten periaatteiden mukaisesti. Kehittämistoiminnassa lähtökohta on usein tutkimusongelmien ratkaisun sijasta käytännöllisempi. Pyritään käytännöllisten ongelmien ratkaisemiseen käyttämällä apuna perustutkimuksen tuottamaa teoreettista ja kuvailevaa tietoa. Tietoa etsitään käytännöllistä tavoitetta tai päämäärää varten. Tutkimus vastaa mitä- ja miksi-kysymysten lisäksi myös kuinka-kysymykseen. (Toikko & Rantanen 2009, 19-20.) Tässä hankkeessa kehittäminen ja sen tulosten seuranta olivat keskeisiä.

Kehittämistoiminnan merkittävyyteen vaikuttaa olennaisesti myös kehittämis-teeman ajankohtaisuus. Vanhustyön innovaatioilla on tällä hetkellä suuri kysyntä, koska vanhusten suhteellinen määrä on kasvaa jatkuvasti. Merkittävyyden ei tarvitse olla vain yleistä merkittävyyttä. Yhtä hyvä kehittämis-toiminnan tavoite on se, että työntekijät kokevat työnsä mielekkäämmäksi tai asiakkaat saavat parempaa palvelua. (Toikko & Rantanen 2009, 57-58.)

Käytetyt menetelmät

Ennen projektin alkua keskustelin psykiatrian erikoislääkärin, psykoterapeutti Kaija Ikäheimon kanssa, joka on työssään käyttänyt pitkään koira-avusteista terapiaa. Pohdimme hänen kanssaan projektin sisältöä minun osuuteni näkökulmasta. Päädyimme henkilökunnalle suunnattuun projektin alku- ja loppukartoitukseen, joiden tarkoituksena oli selvittää mitä muutoksia mahdollisesti tapahtuu toiminnan myötä. Pohdimme käyntien tarvetta ja sitä, mihin toiminnassa panostetaan. Haasteellisena Ikäheimo näki muistisairaat ja heidän mielipiteidensä esille saamisen. Mitä vanhukset itse pitävät toiminnasta? Päädyimme siihen, että yritän kartoittaa vanhusten suhtautumista koiraan ja heidän mielipiteitään käyntien jälkeen hymynaamakorteilla. Menetelmä osoittautui kuitenkin tässä yhteydessä liian haastavaksi muistisairaille. Toisena mittauskeinona yritin haastattelua, mutta koska se ei tapahtunut välittömästi koiran läsnä ollessa, asukkaat olivat jo ehtineet unohtaa koiran olemassaolon.

Kaikissa yksiköissä asukkaat olivat niin keskittyneitä itse toimintaan, että tuntui epätarkoituksenmukaiselta häiritä työskentelyä kysymyksillä ja korteilla. Keski-tyin enemmänkin havainnoimaan olemalla itse läsnä, aistimaan tunnelmia ja ottamaan kuvia. Päätin luottaa myös henkilökunnan havaintoihin asukkaista. He tuntevat vanhukset, ovat tietoisia taustoista ja kunkin käyttäytymismalleista. Näin ollen he pystyvät paremmin havainnoimaan asukkaiden reaktioita käynneillä ja myös niiden jälkeen. Välillä toimin ns. ulkopuolisena tarkkailijana ja välillä taas tilanteet huomioiden osallistuin toimintaan esimerkiksi avustamalla asukkaita kävelyssä tai keskustelemalla heidän kanssaan.

Havainnoinnissa tutkija tarkkailee tutkimuksen kohdetta ja tekee samalla muistiinpanoja (Metsämuuronen 2006, 236). Havainnointi soveltuu hyvin esimerkiksi vuorovaikutuksen tutkimiseen muuttuvissa tilanteissa jotka eivät ole ennakoitavissa (Hirsjärvi ym. 1997, 210). Havainto tehdään siinä luonnollisessa ympäristössä, jossa se ilmenee. Tämä on havainnointiin perustuvan toimintatutkimuksen edellytys. Osallistuvassa havainnoinnissa tutkija osallistuu tutkimuskohteen toimintaan. Havainnoinnin aika ja kesto on yleensä ennalta sovittu. Tällöin kohteena tutkimuksessa on sosiaalinen vuorovaikutus. (Vilka 2006, 37,40,44.)

Havainnoijan omat tunteet ja tuntemukset ovat aina osa havainnointia (Grönfors 1985, 182). Niiden vaikutus on tärkeää selostaa tutkimustekstissä. Havainnoinnissa on otettava huomioon myös hiljainen tieto. Se löytyy eläen, kokemusten ja oppimisen myötä. Hiljainen tieto on henkilökohtaista tietoa, joka tulee esiin vuorovaikutuksessa toimijoiden kanssa, havainnoijan sitoutuessa omien tutkimuskysymyksiensä vastausten etsintään. (Vilka 2006, 32-35.) Havainnoijan henkilökohtainen oppimisprosessi vaikuttaa havainnointiin. Valikoiko hän havaintojaan ja havainnoi vain tuttuja asioita, jolloin saa aikaan haluttuja tutkimustuloksia? (Vilka & Airaksinen 2003, 35.)

Henkilökunnalle suunnatussa alkukartoituslomakkeessa avoimet kysymykset olivat tarkoituksenmukaisia, koska vaihtoehtoja ei tunnettu tarkkaan etukäteen. Toiminta on useimmille uutta ja tutkimus vasta alkuvaiheessa. Hoitajien kokemuksessa, miten hyvin he projektiin osallistuvat vanhukset tuntevat käynteihin Liker-

tin asteikkoa, josta voidaan laskea keskiarvoa. Asteikkoa käytetään usein mielpidevääntämissä.

Avoin haastattelu on olemukseltaan lähellä keskustelua. Se on omiaan, kun käsitellään huonosti muistettuja asioita tai heikosti tiedostettuja seikkoja ja vastaajien määrä on pieni (Metsämuuronen 2009, 247). Marginaalisia ryhmiä (dementoituneet) ei pitäisi sulkea pois kehittämistoiminnan piiristä vaikka suostumuksiin liittyy ongelmia. Jos näin tehdään, jää ihmiselämän olennaisia puolia tutkimatta. (Kuula 2006, 147.)

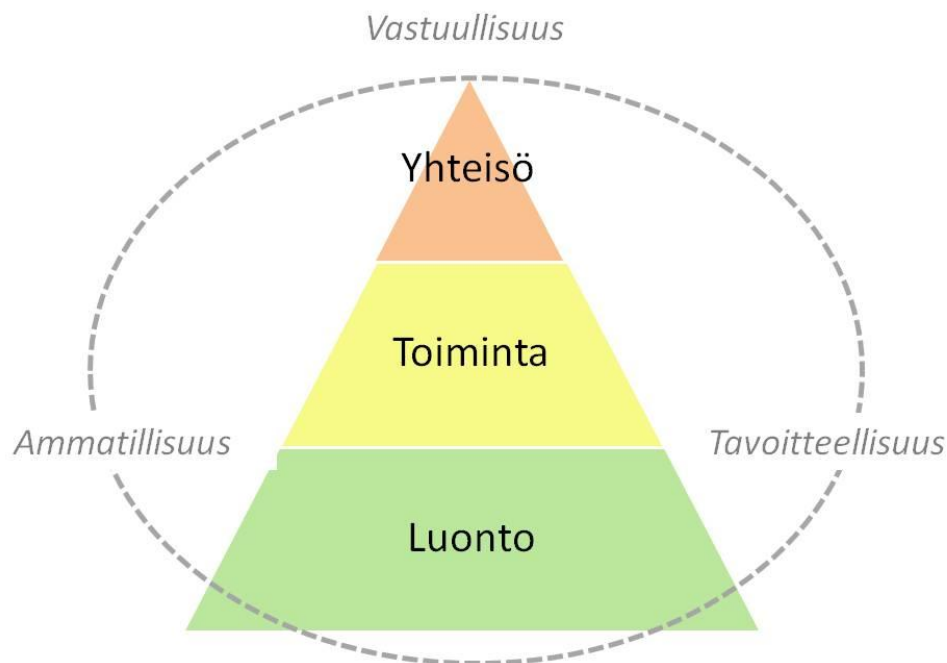
Itse olen vakuuttunut koirien hyvää tekevistä vaikutuksista, kuten Heidi Kihlström-Lehtosen pro gradu -tutkielmassa Koiran vaikutus toiminnalliseen hyvinvointiin (2009) mukana olleet haastatellutkin. Yhdistävänä tekijänä on rakkaus koiriin. Mielenkiintoista oli selvittää, miten ihmiset, jotka eivät pidä koirista tai ne ovat heille yhdentekeviä, kokevat koira-avusteisen toiminnan. Osallistuvatko vanhukset, jotka eivät koirista välitä, toimintaan ja miten samalla kannalla oleva henkilökunta asian kokee? Koiraihmiset lähtevät helposti mukaan ns. hurmostilaan, jossa kaikki koirien kanssa tehtävä työ nähdään hyvänä, positiivisena ja pelkkää iloa tuovana. Itsekin koen samoja tunteita ja haluaisin vakuuttaa maailman uskomaan saman. Positiivisessa asenteessa ei sinänsä ole mitään vikaa, mutta tutkimukselliselta kannalta katsottuna toivon itse pystyväni pysymään objektiivisena. Huomioon otettava seikka myös tässä, kuten muussakin vanhusten kanssa tehtävässä työssä, on asiakaslähtöisyys.

3 GREEN CARE

Green Care käsitteenä on tullut Suomeen 2000-luvulla. Ulkomailla menetelmä on käyttöönotettu jo huomattavasti aikaisemmin. Tätä ennen Suomessa on toteutettu jo aiemmin ratsastus- ja puutarhaterapiaa.

Green Care on toimintaa, joka liittyy luontoon ja maaseutuymppäristöön. Sillä edistetään ihmisten hyvinvointia ja elämänlaatua, kuten yhteisöllisyyttä ja toiminnallisuutta käyttämällä monia eri menetelmiä tavoitteellisesti ja vastuullisesti.

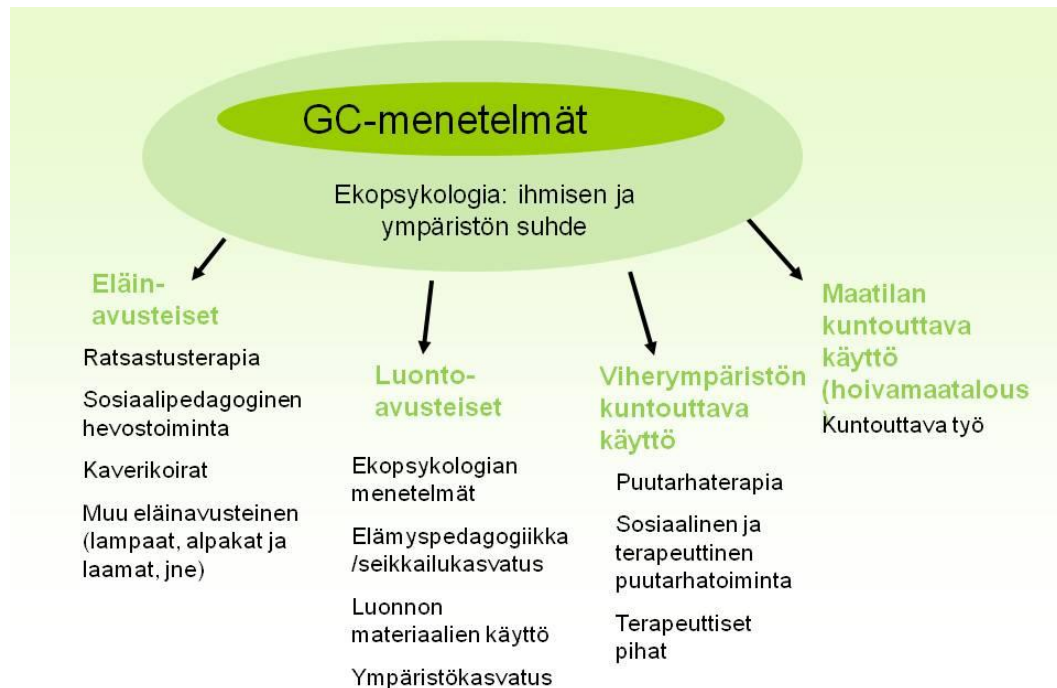
Green Care -toiminta sijoittuu usein luontoympäristöön tai maatilalle, mutta näitä elementtejä voidaan myös tuoda kaupunkiympäristöön ja laitoksiin. Hyvinvointivaikutukset syntyvät luonnon elvyttävyydestä, toimintaan sisältyvästä osallisuuden ja yhteisöllisyyden tunteesta sekä kokemuksellisuudesta (Kuvio 1).



Kuvio 1 Green Care (www.gcfinland.fi).

Eläimet ovat oleellinen osa Green Care-toimintaa, niin eläinterapiassa (AAT =Animal Assisted Therapy) kuin eläinavusteisessa toiminnassa (AAA= Animal Assisted Activities) . Perusta Green Care –toiminnalle löytyy ekopsykologiasta, joka on Yhdysvalloissa kehitetty psykologisen teorian ja käytännön haara. Ihminen nähdään siinä osana muuta luontoa, joiden hyvinvointi ja myös pahoinvointi kulkevat rinnakkain. Laajempi tavoite Green Caressa on ehkäistä ihmisen luonnosta vieraantumista ja rakentaa elämäntapaa, joka pohjautuu kestäväälle kehitykselle. (Green Care Finland ry 2012.)

Suomenkielinen vastine Green Care –termille ovat vihreän hoivan ja vihreän voiman käsitteet. Vihreästä hoivasta puhutaan, kun kyse on sosiaali- ja terveydenhuollon piirissä tapahtuvista palveluista, jotka ovat alisteisia näiden lainsäädännölle. Näitä menetelmiä ovat mm. eläin-avusteiset toiminnat (ratsastusterapia, sosiaalipedagoginen hevostoiminta, koira-avusteinen työskentely ja myös muut eläimet kuten esimerkiksi lampaat, alpakat, kissat ym. kattava eläinavusteinen toiminta) terapian ja kuntoutuksen apuna. Laitosolosuhteissa ja tuetun asumisen yksiköissä voidaan käyttää luontoavusteisia menetelmiä (ekopsykologian menetelmät, elämypedagogiikka, seikkailu- ja ympäristökasvatus. Luonnon materiaalien käyttö) parantamaan asiakkaiden elämänlaatua ja omatoimisuutta. Lisäksi laitosolosuhteissa voidaan toteuttaa viherympäristön kuntouttavaa käyttöä (puutarhaterapia, sosiaalinen ja terapeutin puutarhatoiminta, terapeutit pihat). Maatilan kuntouttava käyttö sijoittuu kuntouttamisen ja sosiaalisen työllistämisen rajapintaan, joka ulkomailla on yksi keskeisistä vakiintuneista Green Care –toimintamuodoista (Kuvio 2 GC-menetelmät). (Green Care Finland ry 2012.)



Kuvio 2 GC-menetelmät (www.gcfinland.fi).

Vihreän voiman käsite liittyy ennaltaehkäiseviin ja terveyttä tukeviin hyvinvointipalveluihin (työssäkävien jaksaminen, mielenterveysongelmilta suojaaminen, ikä-ihmisten toimintakyvyn ylläpito). Nämä palvelut pohjautuvat luontoelämyksiin, joihin Suomen luonto tarjoaa monenlaisia mahdollisuuksia. (Green Care Finland ry 2012.)

3.1 Eläinavusteisen työskentelyn perusteita

Delta Society (käyttää nykyään nimitystä Pet Partners) on johtava ja yksi suurimmista pohjois-amerikkalaisista organisaatioista eläinavusteisen työskentelyn saralla. Järjestö on voittoa tuottamaton, ja se korostaa ihmisten ja eläinten välisen suhteiden merkitystä. Delta Society perustettiin 1977 eläinlääkäri Leo K. Bustadin ja psykiatri Michael J. McCullochin toimesta. Bustad ja McCulloch tutkivat lemmikin omistamisen hyötyjä terveyden ja hyvinvoinnin osalta ja puoles-

tapuivat lisätutkimusten merkitysten tärkeydestä tällä aihealueella. (Kruger ym. 2004, 1-37; Palley ym. 2010,199-207.) Delta Societyn tehtävä on “auttaa ihmisiä parantamaan terveyttään, itsenäisyyttään ja elämänlaatuaan” eläinten kautta (Urichuk & Andersson,2003, 23).

Delta Society muutti nimensä vuoden 2012 alussa kuvaamaan toimintaa paremmin, ja tällä hetkellä se käyttää nimeä Pet Partners (Deltasociety 2012).

Muita eläinavusteisen työskentelyn saralla toimivia järjestöjä maailmalla ovat mm. The International Society for Animal-Assisted Therapy,(ISAAT), The International Society for Anthrozoology (ISAZ) ja International Association of Human-Animal Interaction Organizations (IAHAIO).

Pet Partners määrittelee eläinavusteisen työskentelyn alle kuuluvat termit seuraavasti:

Eläinavusteinen toiminta (Animal-Assisted Activities, AAA) antaa mahdollisuuden motivoiviin, kasvatuksellisiin, virkistäviin ja/tai hoidollisiin hyötyihin lisäten ihmisen hyvinvointia. Toimintaa voidaan suorittaa erilaisissa ympäristöissä. Toiminta ei ole tavoitteellista, ja käynnit pohjautuvat spontaanuuteen. Käyntien pituus vaihtelee. Ohjaaja voi olla koulutettu ammattilainen tai vapaaehtoinen,

joka ei työskentele sosiaali- ja terveysalalla.

Esimerkkihdistyksenä Suomessa tehtävästä vapaaehtoistyöhön perustuvasta eläinavusteisesta toiminnasta on Suomen Karva-Kaverit ry (Kuva 2).



Kuva 2 Suomen Karva-Kaverit logo (<http://suomenkarvakaverit.fi/>)

Pet Partnersin mukaan eläinavusteinen terapia (Animal-Assisted Therapy, AAT) on tavoitteellista toimintaa, jossa tietyt kriteerit täyttävä eläin on keskeinen osa hoitoprosessia. Ohjaaja on koulutettu terveyden- tai sosiaalihuoltoalan asiantuntija, jolla on alueen erityinen asiantuntijuus ja alan harjoitustutkinto, tai ohjaaja toimii edellä mainitun asiantuntijan työnohjauksessa. Toiminnalla on selkeät tavoitteet ja suunniteltu edistyminen. Käyntien pituus on ennakkoon sovittu. AAT on suunniteltu edistämään ihmisen fyysisiä, sosiaalisia, emotionaalisia ja/tai kognitiivisia taitoja. Terapia voi olla yksilö- tai ryhmämuotoista. Terapiaprosessi dokumentoidaan ja arvioidaan.

AAT eroaa AAA:sta siten, että AAA ei sisällä yksilöityjä hoidollisia tavoitteita. Eläimellä voi olla parinaan vapaaehtoistyöntekijä ja eläintä voidaan käyttää ainoastaan tuomaan iloa ja viihdykettä. Aikaisemmat tutkimukset määrittelevät AAA:n ja AAT:n kahdeksi itsenäiseksi kategoriaksi. AAT sisältää aikataulutuksen ja kuntoutustavoitteet, AAA on toimintana satunnaista ja spontaania.

Eläinavusteinen (erityis)opetus (Animal-Assisted (Special) Pedagogy) on toimintaa, jota voi tehdä ko. eläimeen perehtynyt opettaja tavallisissa kouluissa (eläinavusteinen toiminta). Eläinavusteisen terapian koulutuksen saanut erityisopettaja harjoittaa terapeutista ja tavoitteellista toimintaa (eläinavusteista terapiaa) erityisopetuksen kouluissa tai luokissa.(ISAAT 2012.)

Eläinavusteisen toiminnan(AAA) ja eläinavusteisen terapian (AAT) eroavaisuudet: AAA voi täyttää yhden tai enemmän vaadituista ominaispiirteistä kun taas AAT sisältää kaikki kuusi ominaisuutta. AAT on muodollisempi prosessi kuin AAA (Taulukko 1).

Kuvio 3 AAA:n ja AAT:n erot, mukaillen
<http://www.deltasociety.org/page.aspx?pid=321>.

AAA	AAT
Animal-Assisted Activities	Animal-Assisted Therapy
Eläinavusteinen toiminta	Eläinavusteinen terapia
Satunnaisia “tapaa ja tervehti” aktiviteetteja, joissa lemmikit vierailevat tapaamassa ihmisiä.	Merkittävä osa hoitoprosessia fyysisesti, sosiaalisesti, emotionaalisesti tai kognitiivisesti haasteellisille asiakkaille.
Ei hoidollisia tavoitteita.	Jokaiselle tapaamiselle ennalta asetetut tavoitteet.
Samaa aktiviteettimuotoa voidaan käyttää monien eri ihmisten kanssa.	Jokaisella asiakkaalla yksilöllinen hoitosuunnitelma.
Ei sisällä kirjaamista.	Asiakkaan edistyminen kirjataan systemaattisesti joka tapaamiskerralla.
Vierailujen sisältö on spontaani.	Tapaamiset aikataulutettuja, määriteltyin väliajoin.
Vierailujen kestoa ei ole määritelty.	Vierailun kesto ennalta määritelty kunkin asiakkaan tarpeen mukaiseksi.

Eläin-avusteisen terapian tyypit

AAT sisältää eläinlajeista mm. koirat, kissat, hevoset, aasit, alpakat, delfiinit, linnut, gerbiilit, hamsterit, marsut, kanit ja kalat. Yleisin käytetty eläin aiemmissa tutkimuksissa ja terapiassa on koira. Koira-avusteista terapiaa on käytetty monenlaisten asiakasryhmien piirissä, niin ryhmä- kuin yksilöterapiassa. Vuorovaikutus koirien ja asiakkaan välillä on tärkeä näkökulma koira-avusteisessa terapiassa. (Thompson 2009, 199-209.)

Kissa-avusteinen toiminta on tyypillinen muoto, jota käytetään pitkäaikaissairaanhoidon piirissä, kuten hoitokodeissa ja palveluasumisyksiköissä. Kissan läsnäolo on tärkeintä tässä toimintamuodossa. Koska kissat ovat luonteeltaan itsenäisiä, ne luokitellaan useimmiten enemmän lemmikeiksi kuin terapiaeläimiksi. Eläimen läsnäolo hoitolaitoksissa antaa niille mukavamman ja kohtoisamman leiman, ja juuri tässä on paikka kissa-avusteiselle toiminnalle. (Velde ym. 2005, 43-50.)

Hevosterapia pitää sisällään hevosten ja aasien kanssa tehtävän työskentelyn yksilön ja heidän perheidensä kesken. Sitä harjoitetaan useimmiten hevostalleilla. Terapia sisältää ratsastuksen lisäksi eläimen huolenpidon, kuten ruokinnan ja siistimisen. Suurin osa itse terapiatyöstä on muuta kuin hevosen selässä istumista. Tärkeä elementti hevosterapiassa on, että terapeutti sisällyttää siihen asiakkaan ja hevosen välille harjoituksia, jotka tähtäävät käyttäytymiseen ja sen perustana oleviin tunteisiin. (Jarrell 2005, 41-46.)

Delfiiniavusteinen terapia (DAT) tapahtuu vuorovaikutuksessa joko uiden tai muulla tavoin vankeudessa elävien delfiinien elinympäristössä. DAT alkoi virallisesti 1970-luvulla ja on tällä hetkellä laaja-alaisesti levinnyt ympäri Eurooppaa. Se saavuttaa suosiota myös Pohjois-Amerikassa siihen soveltuvilla alueilla. Delfiiniavusteisesta terapiasta on tulossa suosittu ja kasvava hoitomuoto sairauksiin, vammoihin ja psykopatologiaan (psykykkisten häiriöiden eri ilmenemismuodot) lasten ja aikuisten hoidossa. (Marino & Lilenfield 2007, 239-249.)

Lääkäri ja lastenpsykologi Boris M. Levinsonia pidetään eläinavusteisen terapian (Animal-Assisted Therapy) uranuurtajana. Levinson raportoi ja dokumentoi ensimmäisenä seuraeläinten vaikutuksista terapiasuhteessa asiakkaan motivaation kasvattajana ja terapiasuhteen edistäjänä 1960-luvulla. Levinson käyttönotti ensimmäisenä termin ”Human-animal-bond”. (Mallon ym. 2006, 150.) Hän toi oman koiransa mukaan terapiaistuntoihin ja kirjoitti niiden pohjalta tutkimuksensa ”*The Dog as ‘Co- Therapist’*” (Levinson 1962, 59-65).



Kuva 3 Iloa ja läheisyyttä (©Lundén 2012)

Vaikka eläinavusteisilla metodeilla on pitkä historia, ja ne ovat saaneet kiistattoman positiivisen mediahuomion, niitä kuvaillaan silti vieläkin lupaavina, täydentävinä käytäntöinä, joiden vaikutuksia ja validiteettia ei ole tieteellisin menetelmin pystytty tyhjentävästi osoittamaan.

Eläinavusteiset metodit tarjoavat mahdollisuuksia motivoiviin, opettaviin, virkistäviin ja/tai terapeuttisiin hyötyihin elämänlaadun parantamisessa (Kuva 3).

3.2 Eläinten vaikutuksia ihmisten hyvinvointiin

Ihmiset ja eläimet ovat toimineet yhdessä toistensa kanssa jo vuosituhansia. Tehtävät ovat liittyneet mm. vartiointiin, metsästykseseen, maanviljelys- tai kuljetusapuun, sekä myöhemmin moninlaisiin avustustehtäviin ihmisen tukena (mm. opaskoirat, avustajakoirat, pelastuskoirat ja viranomaiskoirat).

Eläimiä on opittu yhä enemmän hyväksikäyttämään myös psyykkisen hyvinvoinnin tukena. Eläinavusteisen työskentelyn suosio kasvaa maailmanlaajuisesti. Ruotsissa on hoivakoiria vakituksessa käytössä sosiaali- ja terveystieteiden laajalti (Vardhundskolan 2012). Seuraeläimiä voidaan hyödyntää vanhustenhuollon yksiköissä lieventämään asukkaiden yksinäisyyden tunnetta, masennusta ja ikävystymistä. Yksilöt ovat myös osoittaneet huomattavaa edistystä vuorovaikutus- ja kommunikointitaidoissa toistensa ja henkilökunnan kanssa. Nämä suotuisat vaikutukset vähentävät henkilökunnan työtaakkaa ja parantavat myös kustannustehokkuutta. Eläinavusteisella toiminnalla on vaikutuksia ihmi-

siin, mutta toiminnasta nousevat hyödyt ovat riippuvaisia yksilön henkilökohtaisista ominaisuuksista. Pitääkö eläimistä, onko aikaisemmin omistanut lemmikin ja luontevuus kanssakäymiseen eläimen kanssa.

Lemmikit liittyvät osana elinikäiseen kehittymiseen. Ihmiset, joiden elämään ne ovat kuuluneet aina, hyötyvät eläinavusteisesta toiminnasta todennäköisimmin eniten (Wilson & Netting 1987,189-200). Toisaalta voidaan ajatella elämyksellisyiden ja uuden oppimisen ilon olevan suurempaa niille, joilla ei ole aiempaa kosketuspintaa eläimiin.

Joissakin tutkimuksissa todetaan lemmikin omistajien itsetunnon olevan korkeampi kuin ilman lemmikkiä elävien. Omistajat kuvaavat itseään myönteisemmillä adjektiiveilla liittyen huolenpitoon, itsenäisyyteen ja optimismiin. Koiran omistajien keskustelu suuntautuu nykyhetkeen ja tulevaisuuteen, kun taas lemmikkieläimettömät keskustelevat enemmän menneistä tapahtumista. (Hunt ym. 1992, 245-256.) Joillekin vanhuksille eläimet saattavat toimia vastaavana onnen ja ilon tuojana kuin toisille lapsenlapset.

Eläimet ovat aidosti iloisia. Ne elävät hetkessä ja vaistoavat herkästi ihmisen mielentilan. Ne jakavat niin ilot kuin surutkin ja saavat arkiset murheet unohtumaan hiljaisella läsnäolollaan. Niiden vilpittömyydestä voi olla varma, toisin kuin monen ihmisen kohdalla.

Ihmiset puhuvat lemmikeilleen lähes mistä tahansa. Ne eivät kiistele tai tuomitse, vaan tarjoavat vain ymmärtämystä ja myötätuntoa. Lemmikkieläimet ovat monelle omistajalleen ihmisen korvike. Lemmikkieläimet vähentävät omistajiansa fyysistä stressiä, koska ne varauksetta ja arvostelematta hyväksyvät ja tukevat.

Eläinten on todettu rauhoittavan ihmisiä samalla kun ne ylläpitävät mielenkiintoa. Niiden läsnäolo todistetusti laskee sydämen sykettä ja verenpainetta. Eläinten läsnäolo herättää keskustelua, ja ne tarjoavat neutraalin, ulkoisen kohteen, johon voi keskittyä. Vaikeistakin asioista on pystytty helpommin puhumaan eläimen läsnä ollessa sen toimiessa muutoin kenties kiusallisen tilanteen laukaisijana.

Asiakassuhteessa luottamuksen saavuttaminen saattaa olla helpompaa eläimen läsnä ollessa sen antaessa terapeutista ystävällisemmän ja rennomman kuvan (Kruger & Serpell 2006, 28–29.) Eläimistä voi olla korvaamaton apu esimerkiksi kriisityössä tai terapiassa, jotta ihminen saadaan avautumaan arka-luontoisista asioista, jotka muuten saattaisivat jäädä käsittelemättä. Eläin toimii tukena ja sillanrakentajana asiakkaan ja terapeutin välillä. (Fine 2006, 58.)

Tuomitsemattomuus saattaa parantaa itsetuntoa ja –luottamusta samalla kun eläimen silittäminen rauhoittaa ja helpottaa tyyntymään käsiteltäessä vaikeita asioita. Eläimen läsnäolo keventää ilmapiiriä, ja vuorovaikutuksessa tulee esiin koko tunteiden kirjo. Eläin tarjoaa lohdutusta ja rauhaa. Läheisyys ja koskettaminen luovat turvallisuuden tunnetta. (Fine 2006, 175.)

Eläinten antama sosiaalinen tuki ei ole ainoa eläinavusteisen toiminnan vaikutus. Tutkimukset osoittavat laitoksissa vierailevien eläinten vaikuttavan myös sekä asukkaiden että henkilökunnan fysiologiseen tilaan. Ihmis-eläin kontaktilla (HAI = human-animal interaction) on osoitettu olevan positiivisia vaikutuksia ihmisten terveyteen ja hyvinvointiin. Positiiviset vaikutukset saattavat johtua kasvaneesta mielihyvähormonin tasosta, oksitosiinista, jota erittyy positiivisten tunteiden, kuten hellyyden ja rakkauden osoitusten yhteydessä sekä fyysisessä kanssakäymisessä ihmisen ja eläimen välillä. (Uvnäs-Moberg 1997,146-163; 1998, 819-835.) Esimerkiksi Odendaal (2000, 275-280) on todennut, että hiljainen 30 minuuttia kestävä silyshetki koiran kanssa aiheutti ihmisissä ja myös koirissa reaktion, jossa todettiin huomattavaa parannusta henkilöiden ja eläinten oksitosiini-, prolaktiini-, b-endorfiini-, noradrenaliini-, f-enylethylamiini-, dopamiini- ja kortisolitasoihin. Näiden neurokemikaalien oletetaan lisäävän hyvinvoinnin, positiivisen mielialan ja rentoutumisen tunteita. Eläinten ja ihmisten välinen fyysinen vuorovaikutus tarjoaa näkö-, kuulo-, tunto- ja hajuaisteja stimuloivaa kanssakäymistä, jotka voivat edistää hyvinvointia kemiallisten prosessien kautta (Handlin ym. 2011, 302).

Aaron Katcher ja Erika Friedmann ovat tutkineet ihmisten verenpaineen tasoa heidän silittäessään ja puhuessaan eläimille. Kosketettaessa ja puhuttaessa

eläimelle stressitila ja verenpaine laskevat toisin kuin puhuttaessa ihminen ihmiselle. Tutkimuksessa havaittiin myös ihmisten puhettavan muuttuvan eläimille puhuttaessa. Ääni muuttui pehmeämmäksi, äänen korkeus kasvoi, keskustelussa esiintyi paljon yksinkertaisia kysymyksiä kuten ”Mitäs puuhaat?” ja huomio oli täysin eläimessä poissulkien kaiken muun. Hiljaisempi ääni oli suunnattu ainoastaan eläimelle, ja kun tutkittavan huomio siirtyi tutkijaan, hänen äänensä kohosi jälleen normaalille tasolle. Tutkimuksessa, jossa haastattelutilanteet videoitiin, tutkijat kiinnittivät huomiota myös kasvonpiirteiden selvään pehmenemiseen katseen kääntyessä eläimeen. Hymy pehmeni, ilme rentoutui ja uurteet ja jännitys pyyhkiytyivät kasvoilta pois. (Beck & Katcher 1996,78-95.)

Kosketus on olennainen osa suhteessa eläimeen. Kosketus vähentää stressiä, ja tämä yhdistettynä lempeään puheeseen luo intiimin, läheisen yhteenkuuluvuuden tunteen. Eläinten silittäminen on yksi elämän tavallisimmista ilon aiheista. Koska se on niin kliseisen yksinkertainen ilonlähde, otamme sen sen itsensänselvyytenä, emmekä ole enää edes tietoisia siitä.

Tutkijat kiinnittivät huomiota valokuvatessaan tutkimukseen osallistuneita ihmisiä näiden silittäessä koira, että eleet ja ilmeet ovat täysin samankaltaisia riippumatta iästä. Eläimillä on kyky tuoda esiin keskeinen kiintymyksen tunne, joka ei muutu yksilön iän tai kokemusten, jotka ovat saattaneet horjuttaa uskoa ihmiseen, perusteella. Kosketus eläimeen saattaa usein olla tiedostamatonta hyväilyä tai vierekkäin olemista, ilman tai lähes ilman puhetta. Sanatonta hyväksyntää, ilman arvostelua. Tätä on vaikea saavuttaa ihmisten välisessä kanssakäymisessä. Usein eläimen avulla on myös saavutettu tuloksia, jolloin esimerkiksi puhumaton vanhus tai lapsi alkaa tuottaa puhetta eläimen luoman turvallisen ja hyväksyvän ilmapiirin myötä. (Beck, Katcher 1996, 78-95.) Vanhukset lähtevät liikkeelle koiran tullessa vierailulle ja saattavat kommunikoida koiran kanssa pitkin lausein, vaikka ihmiskontakteissa käyttävät pelkkiä yksittäisiä sanoja (Kihlström-Lehtonen 2009,41).

Eläinten vaikutuksia vanhuksiin ja muistisairaisiin

Odean Cusackin kirjassa *Pets and mental health* (1988) kerrotaan Robert Andryscosta, joka on perustanut Companion Animal Services yhdistyksen Columbuksiin, Ohioon. Hänen mukaansa on käynyt selväksi, että fyysisen ympäristön elementtejä hoitolaitoksissa on muutettava ja niitä on hyödynnettävä terapeuttisina vaikuttajina. Monet vanhustenhuollon yksiköt ovat raportoineet fyysisen ympäristön muutosten saavan aikaan lisääntyneitä sosiaalisuutta ja oma-toimisuutta asukkaiden parissa.

Andryscosta toteutti tutkimuksen eräässä vanhainkodissa oman terapiakoiransa kanssa. 23:sta tutkimukseen osallistuneesta asukkaasta 15 osoitti huomattavaa parannusta aktiivisuustason nousussa, kommunikaatiotaidoissa, keskusteluissa eläimistä, sosiaalisuudessa vierailijoita ja muita asukkaita kohtaan sekä ruokapöytäkeskusteluissa. (Cusack 1988,140.)

Gloria M. Francis kollegoineen toteutti tutkimuksen, jossa arvioitiin kotieläinten vierailujen vaikutusta ryhmäkodissa asuneisiin vanhuksiin. Tutkimuksessa käytettiin kahta testiryhmää: toisessa vierailivat viikoittain kissan- ja koiranpennut omistajineen ja toisessa ryhmässä vierailivat ainoastaan ihmiset. Kumpikin ryhmä alku- ja loppukartoitettiin kahdeksan muuttujan avulla, joihin kuuluivat käsitys omasta terveydentilasta, elämänhallinta, psykologinen hyvinvointi, sosiaalinen kompetenssi ja kiinnostus, henkilökohtainen hygienia, psykososiaaliset ja henkiset toiminnot sekä masennus. Asukkaat, jotka olivat kontaktissa eläinten kanssa, osoittivat parannusta kuudessa osa-alueessa kahdeksasta. Toiminta ei osoittanut vaikuttavan henkilökohtaiseen hygieniaan ja käsitykseen omasta terveydentilasta. Mitään vaikutuksia ei havaittu ryhmässä, jossa vierailivat ainoastaan ihmiset. He eivät onnistuneet herättämään asukkaiden kiinnostusta. Eräs asukas kiteytti vierailut sanomalla: ”Ihmisiä tulee ja menee”. (Francis ym. 1982,141.)

Kontaktin eläimen kanssa on todettu vähentävän yksinäisyyden tunnetta pitkäaikaislaitoshoidossa olevien vanhusten parissa (Banks & Banks 2002, 428-423). Tutkimuksia lemmikkien positiivisista vaikutuksista on monia, mutta myös

vierailevilla eläimillä on terapeuttisia vaikutuksia ihmisiin. Ne lisäävät mm. asukkaiden keskinäistä vuorovaikutusta laitoshoidossa. Eläinten sosiaaliset signaalit ovat vähemmän mutkikkaita kuin ihmisten ja monimutkaisten tulkintojen poistuminen voi johtaa suurempaan sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja ymmärtämykseen kuin muutoin olisi mahdollista. Alzheimerin tautia sairastavien potilaiden parissa tehdyissä tutkimuksissa eläinvierailujen todettiin parantavan sosiaalista vuorovaikutusta. (Kongable ym. 1989, 191-198; Beyersdorfer & Birkenhauer 1990, 13-17.)

Fredricsonin ja Hinesin mukaan (1998,27) tutkimukset osoittavat eläinavusteisen työskentelyn Alzheimerin tautia sairastavien potilaiden ja oppimisvaikeuksista kärsivien lasten parissa merkittävästi lisänneen kasvua sanavarastossa, lyhyt- ja pitkäkestoisessa muistissa, puheen laadussa ja käsitetietoisuudessa, kuten koko ja väri. Lisähyödyt eläinavusteisessa työskentelyssä ovat usein kategorisoitu motivoiviksi. Esimerkkinä näistä mm. halukkuus osallistua ryhmätöihin, kasvanut verbaalinen kommunikointi ryhmän jäsenten kesken, parantunut ja kasvanut vuorovaikutus henkilökunnan sekä muiden ihmisten kanssa. (Fredricson & Hines 1998, 27-28.)

Nancy E. Richeson (2003) toteutti hoitokodissa asuvien dementiapotilaiden parissa tutkimuksen, joka mittasi AAT:n vaikutuksia levottomaan käytökseen ja sosiaaliseen kanssakäymiseen. Tutkimuksessa todettiin eläinavusteisen terapian vähentävän levotonta käytöstä ja lisäävän dementiaa sairastavien vanhusten sosiaalista kanssakäymistä (Richeson 2003, 353-358).

Kirjassa Abdill & Juppe: *Pets in therapy: Animal assisted activities in health care facilities* (1997) kuvataan hoitokotien asukkaiden, jotka muuten ovat reagoimattomia, aktivoituvan lämpimän, ystävällisen eläimen vierailusta. He, jotka muutoin eivät koskaan rohkene lähteä huoneistaan, kävelevät tai muulla tavoin siirtävät itsensä alakerran odotusaulaan tai jopa laitoksen ulkopuolelle odottamaan eläinvieraiden saapumista. Asukkaat, jotka ovat kykenemättömiä kolmen minuutin keskusteluun ihmisten kanssa, voivat puhua koiralle järkeviä, strukturoituja lauseita. Alzheimerin tautia sairastava potilas, joka ei koskaan puhunut ko-

konaisia tai ymmärrettäviä lauseita, pystyi kertomaan kokonaisen tarinan lapsuudessa omistamastaan koirasta. (Abdill & Juppe 1997, 3-24.)

Alzheimerin tautia sairastavat vanhukset osoittivat kasvavaa sosiaalista kanssakäymistä niin keskenään kuin henkilökunnan kanssa, kun heillä oli mahdollisuus viikoittain olla tekemisissä kultaisten noutajien kanssa. Myös ilmapiiri oli rauhallisempi. (Beyersdorfer & Birkenhauer 1990, 13-17.) Tutkimukset osoittavat, että koiran pysyvä sijoittaminen laitokseen ei johda parempiin tuloksiin kuin viikoittaiset vierailut (Kongable ym. 1989 191-198).

Tunteiden osuus korostuu usein vuorovaikutuksessa dementikkojen kanssa. Tunneviestinnän tehtävänä dementikon kanssa voi olla mm. rauhoittaminen, rohkaiseminen, kannustaminen ja turvallisuuden tunteen lisääminen (Saarenheimo 2003,134).



Kuva 4 Koiramaista jutustelua (©Lundén 2012).

Yksilöllinen hoito, joka tukee dementoituvan vanhuksen identiteettiä ja omanarvon tuntoa, on hyvän hoidon perusta. Tärkeää on etsiä vanhuksen voimavaroja ja mielenkiinnon kohteita ja tukea niitä. Tämä tuottaa onnistumisen elämyksiä ja on itsetuntoa tukevaa. (Koskinen ym. 1998, 173.)

Koirien vierailut luovat kodikkuutta, ja asukkaat ovat herkeempiä jakamaan asioitaan keskenään sekä koirien ohjaajien kanssa. Koirat luovat kanssakäymistä ihmisten kesken ole-

matta niinkään toiminnan keskipisteenä. Vapaaehtoisten ohjaajien motivaattorina toimii se, että voi nähdä ihmisten nauttivan myös toistensa seurasta sekä saada aikaan hymyjä ja naurua. (Savishinsky 1986,31-41.)

Tutkimukset vanhainkodeissa osoittavat, että koiran läsnäolo laitoksessa sai aikaan lisääntyvää sosiaalista kanssakäymistä vanhusten kesken ja hoitohenkilökunnan kanssa (Hart, Deltasociety. Abdill, Juppe 1997, 3,8,2. Cusack 1998,134-135, 139-141,144. Fine 2010, 69). Koira myös toi ilon hetkiä arkeen(Kuva 4).

Koiravierailujen on todettu parantavan myös henkilökunnan työmoraalia ja kommunikaatiota potilaiden kanssa ja näin ollen tervehdyttää myös laitoksen asukkaiden ja henkilökunnan yleistä hyvinvointia (Beyersdorfer & Birkenhauer 1990,13-17).



Kuva 5 Jalkajumppaa (©Lundén 2012)

USA:ssa koira-avusteinen toiminta on ollut laajalti käytössä jo vuosikymmeniä ja sen piirissä on tehty monia tutkimuksia. Suomessa toiminta ja sen hyväksyminen on vasta lapsenkengissä, mutta kuitenkin koko ajan kasvavaa. Asiantuntijat, työntekijät ja asiakkaat suhtautuvat yhä avoimemmin vaihtoehtoisiiin menetelmiin (Kuva 5) ja ovat yleisesti kiinnostuneita hyvinvoinnista ja sen eri osa-alueista. Koiratoiminta avaa hyvinvoinnin ja hyvän tekemisen voiman uusille urille.

4 KOIRA-AVUSTEINEN HYVINVOINTIPROJEKTI TURUN KAUPUNGIN YMPÄRIVUOROKAUTISEN HOIDON YKSIKÖISSÄ, KÄYTÄNNÖN TOTEUTTAMINEN

Koira-avusteisen työskentelyn puolivuotinen hyvinvointiprojekti Hali-Koirilla toteutettiin Turun kaupungin ympärivuorokautisen hoidon yksiköissä vanhusten parissa. Projekti alkoi helmikuussa 2012 ja päättyi saman vuoden syyskuussa (Taulukko 1). Projektin myötä koira-avusteinen työskentely ja sen hyödyntäminen ovat tulleet laajemmin tunnetuiksi. Lisäksi projektissa kehitettiin koira-avusteisen työskentelyn menetelmiä vanhusten hyvinvoinnin lisäämiseksi. Koiravierailujen toteutuksesta vastasi Hali-Koira-yrittäjä Maarit Haapasaari.

Taulukko 1 Projektin kokonaiskuvaus

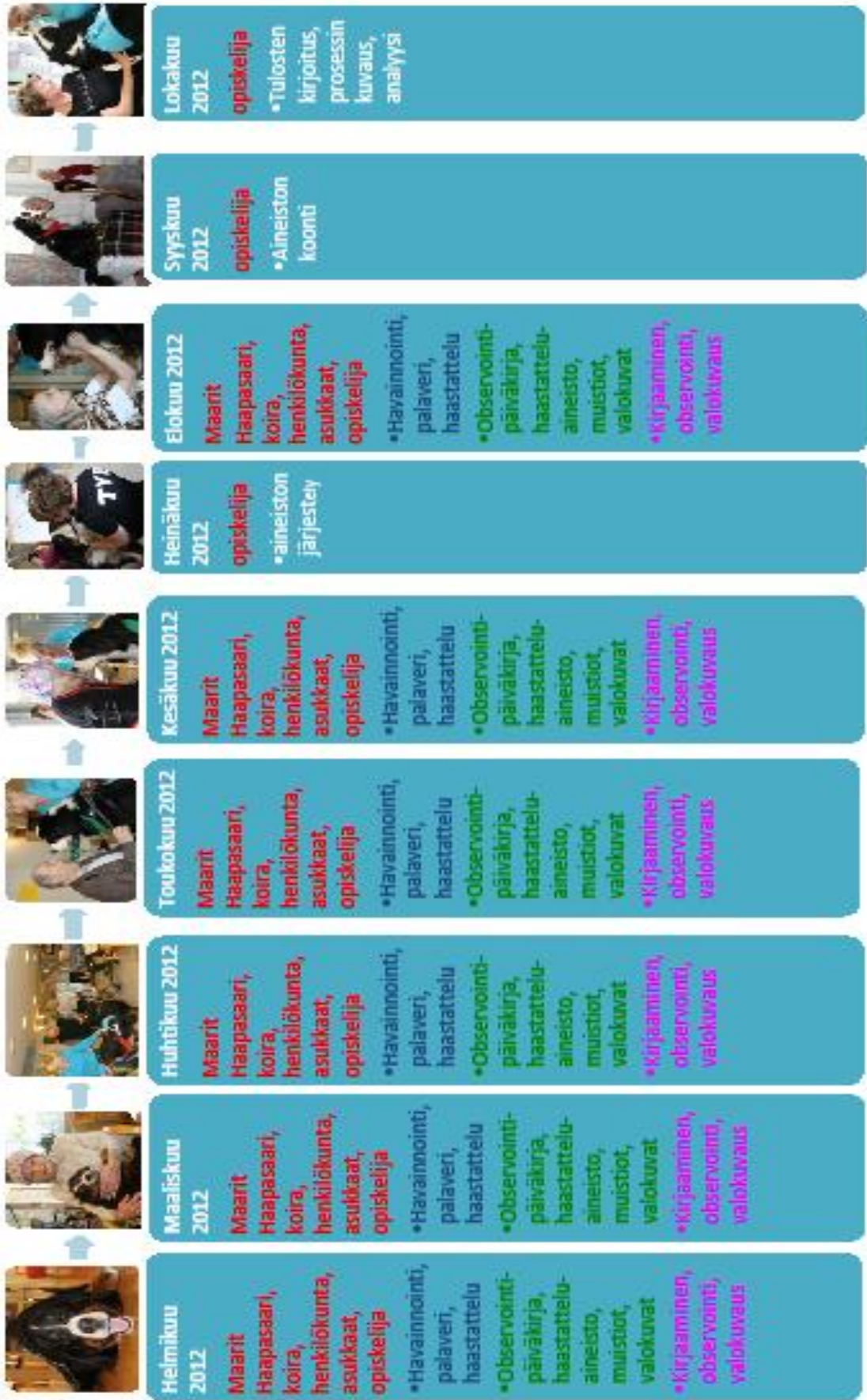
Taulukossa käytetyt värikoodit:

Toimijat

TKI-menetelmät

Tuotetut dokumentit

Dokumentointitapa



Toimijat

Maarit Haapasaari toi 2000-luvun alussa koira-avusteisen toiminnan Varsinais-Suomeen ja on sitä siitä asti kehittänyt aluksi vapaaehtoistyönä. Keväällä 2011 hän oli perustamassa Suomen Karva-Kaverit ry:tä. Maarit Haapasaaren harrastuksena alkaneesta vapaaehtoistyöstä tuli yritystoimintaa vuoden 2011 syksyllä, kun hän sai starttirahan pitkään haaveilemalleen liikeidealle, jossa koirien avulla välitetään karvaterapiaa laitoksissa asuville ihmisille. Koira-avusteisen toiminnan suosion kasvamisen myötä on tullut mahdottomaksi tyydyttää kasvavaa kysyntää ainoastaan vapaaehtois kapasiteetilla. Maarit Haapasaari on yrityksen puitteissa kehittämässä koira-avusteista toimintaa aikaisempaa ammatillisemmalle pohjalle. Sen avulla hän toivoo saavutettavan pitkäjänteisyyden ja säännöllisyyden lisäksi monia muitakin etuja.



Kuva 6 Johanna, Viljo ja Maarit
(©Lenkkeri 2012)

Vuonna 2012 Maarit Haapasaari valmistui ratkaisukeskeiseksi eläinavusteiseksi valmentajaksi ensimmäisten joukossa Suomessa ja toimii tällä hetkellä yhteistyössä psykiatrian erikoislääkärin, psykoterapeutti Kaija Ikäheimon kanssa. Maarit Haapasaari vieraillee Hali-Koirien kanssa julkisen sektorin vanhainkodeissa, lastenkodeissa, kehitysvammaisten palvelutaloissa ja erityiskouluissa sponsorirahoituksella. Vierailuilla ovat mukana berninpaimenkoirat Rento, Viljo ja Bella-Riina. Rennolla ja Bella-Riinalla on jo pitkäaikainen hoivakoiran ura takanaan, mutta puolentoista vuoden ikäinen Viljo (Kuva 5) vasta opettelee toimintaa. Ne ovat isoja ja rauhallisia

koiria, jotka rakastavat silittelyä ja rapsuttelua. Ne kiipeävät syliin halattavaksi, pusuttelevat ja tekevät temppuja.

Projektiin otettiin seurattavaksi kolme pilottiyksikköä, joissa jokaisessa yksikössä toteutettiin tavoitteellista koira-avusteista työskentelyä viikoittain. Pilottiyksiköt olivat Mäntyrinteen vanhainkodin osasto 6, Kutomokoti ja Kurjenmäkikoti 2. Pilottiyksiköiden kanssa keskusteltiin käytännöistä ja henkilökunnan sitoutumisesta koira-avusteiseen työskentelyyn. Käyntien aikana jonkun henkilökunnasta tulee olla paikalla, koska vastuu asukkaista/potilaista on henkilökunnalla. Vastuu koirasta taas on koiran ohjaajalla.

Projektiin osallistuvista vanhainkodeista Mäntyrinteessä on koiratoimintaa toteutettu aikaisemmin. Kutomokodissa tämä oli uutta, mutta siellä projekti otettiin innostuneesti vastaan. Kurjenmäkikodissa ei ole ollut säännöllistä koiratoimintaa aiemmin, ja pitkäaikaissairaanhoidon yksikkönä ”sairaalamaisuus” toi haastetta projektiin suhtautumisessa. Tämä asetti tutkimukselle mielenkiintoisen lähtöasetelman. Miten toiminta eroaa aiemmin Mäntyrinteessä toteutetusta vapaaehtoisvierailuista? Vastaako toiminta Kutomokodin odotuksia ja pystytäänkö Kurjenmäkikodissa saamaan asenteita positiivisemmaksi toiminnan myötä?

Ennen toiminnan alkua pidettiin palaveri Mäntyrinteen vanhainkodissa, jossa Maarit Haapasaari kertoi toiminnan pääpiirteitä paikalla olleelle osaston 6 henkilökunnalle (5 kpl). Läsnä oli myös yksikön esimies. Tässä yhteydessä hoidimme projektiin tarvittavat kuvausluvut minun osaltani kuntoon, ja henkilökunta lupasi hoitaa asukkaiden tai heidän omaistensa suostumuksen. Asukkaiden omaisia tiedotettiin projektista kirjeellä (liite 2).

Henkilökunnalle suunnattu alkukartoitus

Vastauksia pilottiyksiköiden henkilökunnalle tehtyyn kyselylomakkeeseen (liite 3) sain yhdeksän kappaletta. Lomakkeeseen vastanneet olivat koulutukseltaan lähi- ja sairaanhoitajia, toiminnanohjaajia, perushoitajia ja hoitoapulaisia. Vastaaajien piti arvioida, miten hyvin he kokevat tuntevansa projektiin osallistuvat

asukkaat asteikolla 1-5. Luku 1 vastasi väittämää: en tunne ollenkaan ja luku 5: tunnen erittäin hyvin. Vastauksien keskiarvoksi tuli 3,7.

Henkilökunnan odotuksia koirakäynneiltä olivat yhteistoiminta asukkaiden ja koiran välillä, hyvän mielen ja läheisyyden tunne sekä rauhoittuminen ja pysähtyminen. Koiran odotettiin aktivoivan asukkaita ja toimivan muistelun apuvälineenä. Koiran myötä toivottiin asukkaissa esiintyvän myös tunteiden ilmaismista ja vuorovaikutustaitojen lisääntymistä. Asukkaiden toivottiin saavan virikkeitä päiväänsä ja tämän myötä myös mielialan kohoamista.

Toteutus

Koira-avusteisen työskentelyn projekti alkoi viikolla 9. Ajankohtana olivat maanantai Kutomokoti klo 10, keskiviikko Mäntyrinne klo 10 ja perjantai Kurjenmäki-koti klo 14.30. Kutomo- ja Kurjenmäkikodeissa toimintaa toteutettiin vuoroviikoin ylä- ja alakerrassa. Yhteensä käyntikertoja kussakin yksikössä oli 17. Aikaa varattiin 1,5 tuntia/kerta, mutta toiminnan kesto vaihteli asukkaiden jaksamisen mukaan. Loppuajan koira esimerkiksi kävi tervehtimässä asukkaita yksilöllisesti huoneissaan.

Ensimmäiset kerrat olivat tutustumista puolin ja toisin ja näiden kertojen jälkeen asetettiin tavoitteet ainakin aktiivisimmin osallistuville asukkaille. Tavoitteet ja osallistuminen kirjattiin Pegasokseen kulttuurisuunnitelman alle henkilökunnan toimesta.

Huomioita asiakkaista ensimmäisillä käyntikerroilla: osa oli ilahtunut aamulla henkilökunnan kertoessa koirien tulevan. Koiran saapuessa kuultiin paljon naurua ja nähtiin hymyjä. Tunnelma oli mukava. Aluksi koira oli monelle hieman pelottava, koska se on niin iso, mutta hellästi koskettaessaan sai aikaan hymyjä, muistelua, keskustelua ja moni alkoi puhua koiralle: *"ihana, kovasti tykätään sinusta, olet iso ja kaunis"*. Moni asukkaista muutti puhetyyliään, puhuivat koiralle kuin lapselle. Jotkut asukkaat halusivat koiran syliin.

Eräs sänkypotilas antoi koiralle suukon ja silitti (kuva 6). Muuan pyörätuolissa oleva asukas ei halunnut koiran tulevan liian lähelle ja seuraili kauempaa. Moni oli murheissaan, ettei ollut koiralle makkaraa omasta takaa, vaikka ohjaajan taskusta niitä kyllä löytyi annettavaksi.

Asukas, joka ei ensin halunnut koiraa lähelle, antoi kuitenkin koiran koskea ja hymyili. Eräs mies kertoi pitävänsä enemmän ohjaajasta, mutta aloitti muistelun koiran nähdessään. Asukas, jota pidetään erakkona ja joka viettää paljon aikaa omassa huoneessaan, tuli päiväsalin ja seurasi koiran perässä.

Eräs asukas, joka laulaa jatkuvasti eikä reagoi muuten, lopetti laulun hetkeksi koiran tullessa luo. Mukana ollut rouva kertoi, ettei ole ollenkaan koiratuulella. Hän sanoi koiralle päivää ja näkemiin ja pyysi tulemaan uudestaan, lupasi ensi kerralla olla paremmalla mielellä. Hetken kuluttua hän kuitenkin kutsui Rentoa nimeltä ja halusi rapsuttaa. Hän alkoi puhua nuoruudessaan omistamistaan saksanpaimenkoirista, jotka sodan aikana olivat olleet rintamalla ja palanneet kunniamerkein kotiin.

Osa asukkaista vaikutti välinpitämättömiltä. He eivät kuitenkaan lähteneet pois vaan seurasivat toimintaa kauempaa, osoittivat koiraa ja puhuivat siitä. Osa oli kiinnostuneempi ohjaajasta kuin koirasta. Ns. koiraihmiset olivat aivan innoissaan, kun taas muut hieman olivat epäilevämpiä sivustaseuraaajia. Osa asukkaista lämpeni koiralle lopuksi, osa jäi vielä miettimään.



Kuva 7 Halaaminen onnistuu myös vuodepotilaiden kanssa (©Lundén 2012)

Henkilökunnan välittömiä huomiota asukkaista ensimmäisillä käynneillä olivat ilo, pelottomuus, muistelu, vuoropuhelu myös ohjaajan kanssa. Aukkaat muistavat tietyt rutiinit ja käskyt, kuten ”anna tassu”.



Kuva 8 Halaustekniikka (©Lundén 2012)

tavat tietyt rutiinit ja käskyt, kuten ”anna tassu”.

Aukkaat ihmettelivät koiran kokoa ja olivat ihastuksissaan sen tullessa syliin. Rento painaa 55 kg. Koira on itse kehittänyt asiakkaiden halaustekniikan. Kiivelessään esim. pyörätuolipoltilaan syliin, se laittaa toisen tassun istuinosalle asiak-

kaan jalkojen väliin ja toisen tassun käsinojalle, jolloin paino ei kohdistu halattavaan. Rento ei viivy sylissä kauaa, käväisee vain, ja ohjaaja palkkaa koiran hyvin tehdystä työstä (Kuva 7).

Osaa asukkaista koiran suuri koko jännitti, ja he hieman aristelivat koiran kohtaamista. Yksi asukkaista kertoi pelkäävänsä koiraa. Viime käynnillä hän oli kuitenkin rohjennut silittää ja niin tälläkin kerralla hoitajan avustuksella. Yhdessä he tervehtivät Rentoa, ja koira antoi rouvalle käsisuudelman saaden silityksiä palkaksi. Hoitaja kertoi olevansa allerginen koirille, mutta halusi olla asukkaan tukena niin, että tämä rohkeni rapsuttaa. Mielestäni tämä oli loistavaa tilanteeseen heittäytymistä ja myötäelämistä hoitajalta. Hetken kuluttua rouva sanoi Rennolle käsipäivää ja syötti hymyillen nameja. Hoitajan mukaan muutama aivastus ei ole mitään sen rinnalla, että vanhukselle saadaan ilon ja onnistumisen kokemus.

Tutustumiskäyntien jälkeen pidettiin palaveri, jossa läsnä olivat toiminnanohjaaja Marjut Nummi, Maarit Haapasaari ja minä. Keskustelimme pilottikohteiden tavoitteista.

Kurjenmäkikodin painopisteeksi koimme muistelun, teeman keskusteluille (millaisia koiria asukkailla ollut, rodut, koiran hoito ja mitä siihen liittyy), sosiaalisen kanssakäymisen ja aktiivisuuden lisääntymisen. Siellä asukkaat ovat kertoneet muille koirakäynneistä monta päivää jälkeenpäin jo ensimmäisen käynnin jälkeen.

Mäntyrinteessä päätettiin keskittyä enemmän fyysiseen aktiviteettiin, kävelyyn ja venyttelyyn ja myös keväämmällä ulkoiluun.



Kuva 9 Keskustelukumppanit (©Lundén 2012).

Kutomokodin toiminta on perinteisempää Hali-koira toimintaa aluksi, halailua, jutustelua ja rapsutusta, jonka tavoitteena oli laajeta yhdistelmäksi Kurjenmäen ja Mäntyrinteen toimintaa.

Koiravierailuilla pyrittiin noudattamaan tiettyjä sääntöjä. Yleensä vanhukset ohjattiin istumaan vahinkojen minimoimiseksi, ennen kuin koira tuli heitä halaamaan (Kuva 8). Eräs asukkaista ei kuitenkaan suostunut istumaan ennen kuin oli saanut edes vähän tervehtiä koira. Hänelle oli omien sanojensa mukaan tärkeää, että Rento-koira tiesi hänen rakastavan sitä.

Koiran avulla on mahdollista saada kontakti jopa vaikeaa dementiaa sairastaviin vanhuksiin. Eräs tähän asti täysin reagoimaton asukas, joka oli suurimmaksi

osaksi vain omissa maailmoissaan, käveli huoneen toiselta puolelta koiran luo, silitti sitä, hymyili, palasi takaisin paikalleen ja vaipui taas omaan maailmaansa.

Eräs asukas on omaisten ja hoitajien mukaan melko muistamaton. Hän ei muista ihmisiä, mutta muistaa Rennon nimeltä. Hän oli käynyt toiminnanohjaajan kanssa juuri jäätelöllä, mutta oli unohtanut asian. Kuitenkin hän muisti koiran vierailut. Eläimen avulla tuotettiin muistijälki vanhuksen mieleen.

Koirat aktivoivat vanhuksia liikkumaan

Koira oli mukana vanhuksille järjestetyssä sekä sisällä että ulkona tapahtuvassa liikunnassa (kuva 10). Sen avulla edistettiin vanhusten kävelyä, ja koira oli osa erilaisia jumppatuokioita. Koiran on huomattu toimivan ennen kaikkea vahvana motivaation lähteenä ja innoittajana liikkumiselle. Koira saa vanhukset unohtamaan ikänsä ja vaivansa. Eräs rouva valitteli jatkuvasti polvikipujaan, mutta hoi-



Kuva 10 Venytyksiä ja taivutuksia (©Lundén 2012).

tajat kertoivat niiden unohtuvan koiran tullessa paikalle. Rouva oli miltei polviltaan ja kaksinkerroin lattialla silittäessään Rentoa.



Kuva 11 Kävelykoulu (©Lundén 2012).

Muutaman viikon käyntien jälkeen lähdettiin Mäntyrinteen yksikössä pitämään kävelykoulu kiertämällä osastoa ympäri (Kuva 11). Yksi kierros oli pituudeltaan noin 40 metriä. Liikkeelle lähteminen on usein vanhuksille haaste. Innostus saatiin aikaan, kun vanhus pääsi taluttamaan koira. Ohjaajalla oli samanaikaiset tuplahihnat, joilla hän kontrolloi tilannetta. Kävelykoululla saatiin jo muutaman kuukauden sisällä merkittäviä tuloksia aikaan. Sisätiloissa tapahtuva osaston kiertäminen alkoi kahden kierroksen mittaisena, jonka asukkaat jaksosivat. Määrää on kasvatettiin

joka kerta ja viimeisin tulos oli mahtavat 18 kierrosta eli 720 metriä kävelyä. Yhtä lukuun ottamatta kaikki mukana olleet vanhukset pystyivät tähän. Innokaimmat kiersivät kaikki 18 kierrosta yhteen menoon. Muut osallistuivat oman kuntonsa mukaan välillä leväten ja taas koiran innoittamana jatkaen kävelyä. Konkreettinen ja tärkeä tulos oli myös vanhusten vatsan toiminnan tehostuminen kävelykoulun myötä. Tämä myös osaltaan paransi ruokahalua ja unenlaadua. Eräs rollaattorilla liikkuva asukas oli kävelystä erityisen innoissaan ja oli koirakäynnin jälkeen lähtenyt itsekseen kävelemään, mitä ei aikaisemmin ollut koskaan tapahtunut.

Osastolle tullut uusi asukas kiersi muiden mukana 13 kierrosta heti alkuun. Eräs asukkaista ei osallistunut kävelyn ollenkaan, mutta Rento pysähtyi joka kier-

roksella ohi menessään hänen kohdalleen, mikä tuotti iloa. Hän poseerasi myös mielellään ottamissani valokuvissa Rennon kanssa.

Parhaimmilla kerroilla kävelyyn saatiin mukaan vastahankainen herrasmieskin edes yhden kierroksen verran. Rollaattorilla liikkuva rouva lähti mukaan kävelyyn samalla puhellen koiralle:” *Ai sinä tulit katsomaan minua. Mistä ovat tuolaista keksineetkin tänne tuoda, olet niin herttainen, iso ja ihana. Pidät ihmisen puolta*”. Kävelyn jälkeen ohjaaja kävi autolla vaihtamassa koiran toiseen, minkä aikana kyseinen rouva alkoi olla ärtynyt, mutta nauroi välittömästi koiran palattua huoneeseen.

Eräällä käyntikerralla Mäntyrinteen yksikössä oli mukana kaksi vierailijaa Lounais-Suomen muistiyhdistyksestä. Kävelemään päästiin isolla porukalla. Asukkaita saatiin enemmän liikkeelle, koska vierailijat avustivat ja taluttivat heitä myös. Tässä todentui avustajien tarve ja merkitys toiminnalle.

Sisällä tapahtuvan liikkumisen lisäksi päästiin koirien ja vanhusten kanssa projektin loppupuolella myös ulkoilemaan. Ulkoilulla on suuri merkitys vanhusten hyvinvoinnille. Säännöllisenä se edistää infektioiden vähenemistä, hengityskapasiteetin paranemista, mielialan kohenemistä ja käytöshäiriöiden vähenemistä. Liikunta ulkoilmassa parantaa unensaantia ja vähentää unilääkkeiden tarvetta. Koirat saavat vanhukset liikkeelle, mutta koirien ja liikunnan yhteisvaikutus myös rauhoittaa vielä pitkään sekin jälkeen, kun koirat ovat lähteneet pois. Turun kaupungin ympärivuorokautisen hoidon yksiköissä tavoitteena on jokaisen asukkaan ulkoilu kerran kuussa. Koiratoiminta tukee vanhusten ulkoilutushanketta. Avustajien myötä ulkoilun määrää voitaisiin kasvattaa suuremmaksi, koska henkilökunnan resurssit ovat rajalliset.



Kuva 12 Käsijumppaa (©Lundén 2012).

Myös yksiköiden jumppatuokioiden kulkua kehitettiin koirien avulla. Päästäkseen silittämään koira vanhuksen on kumarruttava tuolissa ja tavoiteltava koira lattialta. Näin saatiin aikaan kuin huomaamatta venytyksiä ja liikettä, joihin muuten saattaa olla hankala innostaa vanhusta. Jumppatuokioista pyrittiin tekemään mahdollisimman turvallisia. Hoitajat avustivat, pitivät kiinni tuolissa tai pyörätuolissa istuvasta vanhuksesta ja tukivat heitä venytyksissä. Koiran kanssa tehtiin myös käsijumppaa. Samat sormien ojennukset ja koukistukset, joita ennen tehtiin ilmassa, olivat koiran turkissa tehtynä mukavampia ja tapahtuivat kuin huomaamatta (Kuva 12).

Yhteisöllisyys

Koirien myötä vanhuksat osoittivat huomattavaa edistystä vuorovaikutus- ja kommunikointitaidoissa toistensa ja henkilökunnan kanssa. Koira motivoi vanhusta sosiaaliseen kanssakäymiseen. Koirat toimivat kuin yhteisöllisyyden voiteluaineena ihmisten välillä. Laitoksissa ja vanhainkodeissa asuvien vanhus-ten kokemus yksinäisyys ja sosiaalisten suhteiden vähyys vaikuttavat heidän mielialaansa. Osa projektissa mukana olleista vanhuksista löysi keskustelu-

kumppaneita ja ystävän vierailevista koirista ja niiden ohjaajasta, sekä myös mukana kulkevasta kehittämistyön tekijästä.



Kuva 13 "Nenäterapiaa" (©Lundén 2012).

Valokuvaus toimi loistavana keinona havainnoida projektia. Aukkaat olivat kiinnostuneita myös kamerasta ja se herätti osaltaan keskustelua. Kaikki poseerasivat mielellään yhteiskuvissa koiran kanssa ja halusivat nähdä kuvia itses-tään jälkeinpäin (Kuva 13).

Osa käynneistä keskittyi jokaisessa yksikössä liikunnan sijasta halailuun ja yhdessäoloon riippuen asukkaiden voinnista ja mielenkiinnosta. Näillä kerroilla useasti muisteltiin esimerkiksi sodanaikaisia viestikoiria. Lähes kaikki läsnä olleet asukkaat osallistuivat keskusteluun. Yhteisöllisyys tuotti paljon iloista mieltä, ei ryppyotsaisuutta keneltäkään. Välillä huomasin itsekin nauravani niin, että vesi valui silmistä kuunnellessani asukkaiden keskusteluja. *"Ihanaa kun koirat käyvät"*, toistelivat asukkaat.

Aukkaat kyselivät paljon koirasta: mm. ikää, painoa ja ruokailutottumuksia. Samat asiat toistuivat kysymyksissä muistisairauksien takia useaan kertaan, mutta mielenkiintoa riitti. Monet muistelivat omia koiriaan.

Eräs pyörätuoliin sidottu halvaantunut rouva, joka ei hoitajien mukaan koko laitoksessa oloaikanaan ollut kommunikoinut muuten kuin sanalla ”ei” kaikkeen, hoki ei-sanaa, kunnes koira tuli luo. Samassa hän lausui: ”*Minulla kolme koira*” ja luetteli jotain, mistä emme saaneet selvää: todennäköisesti nimet tai rodut. Hoitajien silmissä näkyi kyyneleitä ja valtavaa ihmetystä. He eivät koskaan olleet kuulleet rouvan puhuvan aikaisemmin muuta kuin sanan ei. Tämän jälkeen rouva alkoi käsi pystyssä käskyttää koira huutamalla ei-sanaa. Hän selvästi tahtoi, että koira tekisi jotakin, minkä pyytämiseen hän ei löytänyt sanoja. Koira vilkaisi ohjaajaa, joka totesi, ettei hän osaa auttaa. Koira sai itse tulkita mitä rouvalla oli mielessä. Hetken mietittyään Rento istui rouvan viereen ja laitto päänsä tämän syliin. Rouvan ei-huudot muuttuivat iloiseksi ei-hihkumiseksi hänen saatuaan koiran toimimaan tahtomallaan tavalla. Koira onnistui tekemään halutun asian.

Erään vanhuksen tyttären mukaan koirakäyntien alettua hänen isänsä ei muusta puhunutkaan kuin koirista. Tytär ei edes aiemmin tiennyt, että isä oli niin



Kuva 14 Halauksia omaisilta (©Lundén 2012).

kiinnostunut koirista. Isä kertoi kaikille, kuinka koirien vierailut olivat viikon kohokohta. Koirien vierailusta hän mainitsi lähes jokaiselle, joka vieraili vanhainkodissa ja jaksosi kuunnella kokemuksista.

Kurjenmäkikodissa oli vierailujen aikana omaisia paikalla usein (Kuva 14). He halusivat nähdä mistä vanhukset puhuivat ja mitä odottivat. Omaisat toivoivat saavansa asukkaista ja koirasta ottamiani kuvia ja antoivat omia sähköpostiosoitteitaan, jotta voin lähettää niitä heille. Erään omaisen mielestä

oli äärettömän tärkeää, että koirat kävivät vanhuksia tervehtimässä. Usealla

kuitenkin oli ollut koiria aikaisemmin. Hän varmisteli useaan otteeseen että tulisimme uudelleen.

Muutamia kertoja projektin aikana niissä yksiköissä, joissa toiminta tapahtui vuoroviikoin ylä- ja alakerrassa, oli henkilökunta unohtanut koirakäynnin päiväohjelmasta. Tämä ei sinänsä haitannut, sillä henkilökunta toi asukkaita paikalle koiran saavuttua. Ainoastaan itse toiminta-aika oli tällöin hieman lyhyempi.

Kaikki henkilökunnan jäsenet eivät tietenkään olleet yhtä innostuneita koirasta. Eräs hoitaja valitteli koiran haisevan ja pyysi menemään kauemmas. Toiminnassa mukana olevat koirat pidetään puhtaina ja pestään säännöllisesti juuri tämän takia. Asukkaat olivat kuitenkin tyytyväisiä, kävelivät ja rapsuttelivat.

Toukokuussa pidettiin palaveri, jossa läsnä olivat lisäksi Maarit Haapasaari, ympärivuorokautisen hoidon johtaja Kristiina Hellsten ja hänen virkavaapaansa sijainen Kirsi Kiviniemi, vanhuskeskusten toiminnanohjaajat Marjut Nummi ja Anne Sillanpää sekä MTT:n Anja Yli-Viikari.

Kävimme läpi pilottiprojektiin osallistuneiden yksiköiden mukanaoloa. Totesimme, että Mäntyrinteessä toiminta oli edistynyt parhaiten, mikä johtui säännöllisyydestä ja jatkuvuudesta. Kutomo- ja Kurjenmäkikodeissa toiminta tapahtui vuoroviikoin ylä- ja alakerrassa. Tämä näkyi tuloksissa, asiakkaissa ja henkilökunnassa. Toimintaan ei ollut sitouduttu samalla lailla kuin Mäntyrinteen yksikössä.

Marjut Nummi kertoi, että vierailujen myötä omaiset olivat alkaneet tuoda enemmän omia koiriaan mukanaan laitoksiin. Riskinä tässä ovat mahdolliset turhat vaaratilanteet. Koirat ovat testaamattomia, eikä niiden reaktioita esim. pyörätuoliin tai muihin outhoihin ärsykkeisiin voi ennakoida. Yksikin vaaratilanne vie pohjan koira-avusteiselta toiminnalta ja pahimmassa tapauksessa saattaa aiheuttaa eläintuntuontikiellon laitoksiin. Asiassa on myös positiivinen puoli. Kun omaiset rohkaistuvat tuomaan omia ja vanhuksille läheisiä lemmikkejä asumisyksiköihin, laitospäinen ilmapiiri muuttuu myönteisemmäksi ja positiivisemmäksi. Aiemmin ei ehkä ole uskallettu ottaa eläintä mukaan, koska yleinen käsitys on ollut, ettei laitoksiin saa tuoda eläimiä. Osittain myös koira-avusteisen

työskentelyn myötä on käynyt omaisille ilmi, että eläimet ovat sekä sallittuja että toivottuja vieraita.

Palaverissa keskusteltiin siitä, miten huomattavasti säännönmukainen toiminta eroaa vapaaehtoistoiminnasta. Niin hienoja kuin vapaaehtoistoimintana toteutetut koiravierailut ovatkin, ne eivät korvaa suunniteltua toimintaa. Vapaaehtoistoiminta ei vastaa täysin yksiköiden tarpeisiin, esimerkiksi tavoitteellisuuden puuttuessa ja aikataulutukseltaan. Vapaaehtoisia on myös vaikea saada vierailuille päiväsaikaan, jolloin vanhuksset ovat virkeimpiä. Ajankäytön ja säännöllisyyden korostamisen myötä päästään merkittävämpiin tuloksiin.

Loppukartoitus henkilökunnalle

Vastauksia pilottiyksiköiden henkilökunnalle suunnattuun loppukartoituskyselyyn (liite 4) sain 10 kappaletta.

Toiminnan merkityksestä vanhuksille vastauksissa ilmeni kosketuksen ja läheisyyden tärkeys, hyvä mieliala ja arjen piristäminen. Toisille toiminta oli hetkessä tapahtuvaa, osa muisteli myös jälkeensä. Vuorovaikutus asukkaiden kesken kävi myös ilmi vastauksista. Tilanteiden vilpittömyys oli liikuttanut henkilökuntaa, ja asukkaiden vaivojen unohtuminen edes hetkeksi nähtiin positiivisena.

Merkitys henkilökunnalle ja yksikön ilmapiirille: Asukkaiden riemu, ilo ja mieliala välittyivät myös työntekijöihin. Koirat antoivat aiheetta pidempiin keskusteluihin asukkaiden ja henkilökunnan välillä. Käynnit toivat myös heille vaihtelua ja piristystä päiviin. Henkilökunnasta nousivat esille ”koiraihmiset”, joille silitys ja haalaaminen olivat tärkeitä. Tuokioissa mukanaoloon suhtauduttiin oman mielenkiinnon ja arvostuksen mukaan. Tämä vaikutti myös siihen, miten vanhuksset tuotiin ryhmään ja millaisen vastaanoton koirakko sai. Osa mainitsi käyntien aiheuttavan hoitajille lisää työtä, mutta luovan kuitenkin hetkeksi rennomman ja positiivisen ilmapiirin.

Toiminnalla aikaansaadut muutokset: Koiraprojekti vahvisti varmuutta siitä, että eläimet ovat erittäin tervetulleita tapaamaan ikäihmisiä. Erimielisyyksiä tai allergioita ei esiintynyt. Kokonaisuutena kokemusta pidettiin positiivisena, vaikka

osa ei ollut havainnut mitään muutoksia. Pysyvien muutosten aikaansaamiseksi toimintaa pitäisi jatkaa hoitajien mielestä kauemmin etenkin muistisairausyksiköissä. Osa asukkaista muisti käynnit edelliseltä viikolta, ja sitä pidettiin erittäin positiivisena.

Palautteen mukaan toiminta mahdollisesti jätti ainakin osalle henkilökuntaa ajatuksen, että koiran kohtaaminen on joillekin vanhuksille hyvin terapeutista. Käynti laitoksissa tuottaa enemmän positiivisia kuin negatiivisia tuloksia. Jos tällainen ajatus saadaan juurrutettua pikkuhiljaa koko henkilökuntaan, on koira-avusteinen työskentely tulevaisuudessa tärkeä osa terapeutista ja henkistä hyvinvointia tukevaa laitoshoidoa.

Kehittämisehdotuksia ja muuta palautetta: Palaute Kutomokodista oli pelkäämään positiivista. Asukkaat, omaiset ja henkilökunta olivat hyvin tyytyväisiä projektiin. Muissakin yksiköissä eläimet olivat tervetulleita osastolle. Monet ovat eläinrakkaita, eivätkä välitä niinkään muista viriketoiminnoista, joita heille järjestetään. Osa henkilökunnasta mainitsi käyntien kestävän hieman liian kauan.

Esimiesten tuki ja näin ollen henkilökunnan sitouttaminen toimintaan on ensiarvoisen tärkeää ja myös haastavaa. Sen avulla toiminta saadaan kuitenkin paremmaksi ja näkyväksi (kirjaaminen Pegasokseen). Toiminnan perustelu, toimiva käytäntö ja tutkimuksellinen näyttö etenkin esimiehille voivat hiljalleen muuttaa toteuttamisen sujuvammaksi. Parantamisen varaa olisi koirakäyntien kirjaamisissa, merkitysten seuraamisessa ja siinä osataanko yhdistää käynnit ja mahdolliset muutokset asukkaiden käytöksessä tai mielialassa.

Koirat vierailivat puolivuotisen pilottiprojektin aikana vanhusten luona viikoittain. Turun kaupungin rahoitus ei yksin riittänyt näin säännölliseen ja pitkäaikaiseen työskentelyyn. Projektin aikana Turun kaupunki osti kolmeen yksikköön 72 tuntia 8 kuukauden ajalle koira-avusteista toimintaa Maarit Haapasaarelta. Haapasaari rahoittikin osittain vierailuja itse Hali-Koira-toiminnan mahdollistajilta saamallaan varoilla. Näin hän varmisti niin koira-avusteisen työskentelyn pitkäaikaisen vaikutusten havainnoimismahdollisuuden, kuin riittävän materiaalin kehittämistyötäni varten. Sponsoreina toimivat Royal Canin, Oili Jalonen oy, Nutrolin,

Lemmikkihoitola Haukurnau, Maskun Kalustetalo, Manuelli, KS-palvelu, EHYT - eläimesi hyvinvointitiimi, Trukkitalo Veikka Ståhlberg, Turun VV-Auto, Osula ja XL- Mainos

Koira-avusteinen hyvinvointiprojekti vanhusten laitoshoidossa oli pilottiprojekti, jolla kerättiin kokemuksia. Myönteisten kokemusten myötä Maarit Haapasaaren haaveena on sekä jatkaa, kehittää että laajentaa toimintaa.

Koira-avusteisen työskentelyn jatko Turun kaupungissa riippuu yksiköiden johdon mielenkiinnosta ja käytettävissä olevista määrärahoista. Projektin loputtua samanlaista säännöllistä, yhtä usein toistuvaa toimintaa ei ole. Pilottiprojektissa muusta koirien kanssa tehtävästä vapaaehtoistoiminnasta poiketen kysymyksessä oli säännöllinen, pitkäjänteinen ja tavoitteellinen yhteistyö Hali-Koira yrityksen ja Turun vanhuskeskusten välillä. Toimintaa myös kehitetään koko ajan ammatillisempaan suuntaan. Toimintaa on myös mahdollisuus laajentaa mukana olevan koirayhdistyksen, Suomen Karva-Kaverit, myötä. Tulevaisuudessa se voisi kattaa koko vanhustyön Turussa tai laajemmalla alueella.

5 AINEISTON ANALYYSI

Aineiston kerääminen ja sen analysointi tapahtuvat osittain samaan aikaan. Tutkimusaineisto itsessään ei ole vastaus ongelmaan. Kiinnostava asia on äänettömänä aineistossa. Analysointi tarkoittaa havaintojen ryhmittelyä ja yhdistämistä eri kategorioihin, joiden perusteella voidaan tehdä tulkinta. Aineisto tiivistetään, havaintoja pelkistetään ja yhdistetään joukoiksi. Näistä haetaan yhteisiä piirteitä tai nimittäjiä, joiden avulla voi luoda säännön, joka pätee koko aineistoon. (Alasuutari, 1994, 68.)

Havainnointi tuottaa runsaasti aineistoa, josta tulee löytää tutkimuskysymysten kannalta oleellinen tieto. Aineiston järjestäminen on osa analyysiä. Aineisto voidaan myös ryhmitellä, jolloin määritellään aineistosta nousevia luokkia esimerkiksi työntekijät, vanhukset ja havainnoija. (Vilka 2005, 140.)

Aineistoa voidaan analysoida myös SWOT-analyysiä hyväksikäyttäen, jolloin havainnoista poimitaan vahvuudet (Strengths), heikkoudet (Weaknesses), mahdollisuudet (Opportunities) ja uhat (Threats). Vahvuudet ja heikkoudet ovat sisäisiä tekijöitä, kun taas mahdollisuudet ja uhat ovat ulkoisia tekijöitä. SWOT-analyysin pohjalta voidaan tehdä päätelmiä, miten vahvuuksia voidaan käyttää hyväksi, miten heikkoudet muutetaan vahvuuksiksi, miten tulevaisuuden mahdollisuuksia hyödynnetään ja miten uhat vältetään. (Opetushallitus 2012.Vilka 2006,85.)

6 TULOKSET

Koira-avusteisen työskentelyn ja sen hyödyntämisen tunnetuksi tekeminen.

Koira-avusteista työskentelyä on käytetty hyvin tuloksin erilaisissa laitoksissa ja on todettu, että jo pelkkä koiran läsnäolo voi saada aikaan vanhuksessa positiivisia ja parantavia vaikutuksia. Koiran myönteiset vaikutukset vanhuksen hyvinvointiin perustuvat pitkälti niiden rauhoittaviin kykyihin. Koiran kosketus ja läheisyys tuovat lohtua ja tukea. Koira-avusteisilla menetelmillä ylläpidetään vanhusten psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista toimintakykyä sekä ennalta ehkäistään yksinäisyyden tunnetta ja eristyneisyyttä. Kokemukseni mukaan koiran avulla on saatu kontakti jopa vaikeaa dementiaa sairastaviin vanhuksiin. Koira-avusteinen työskentely kuntoutusmielessä on Suomessa vielä varsin uutta.

Projektin myötä koira-avusteinen työskentely ja sen sisältämät käsitteet ovat tulleet tunnetummiksi niin pilottiyksiköiden asukkaiden, henkilökunnan kuin omaistenkin taholla. Myös lehdistö ja muu media ovat olleet kiinnostuneita Haapasaaren tekemästä arvokkaasta työstä, ja erilaisia julkaisuja hänen toiminnastaan on viime aikoina ilmestynyt paljon maanlaajuisesti, esimerkiksi Koirat – lehden artikkeli (Liite 5).

1. Toiminnan merkityksen kartoittaminen: Mitä merkitystä toiminnalla on vanhuksille, henkilökunnalle ja yksikön ilmapiirille?

Koirien vierailujen on havaittu lisäävän vanhusten kykyä ja halua kommunikoida toistensa, hoitajien ja omaisten kanssa. Myönteiset vaikutukset ovat sekä lisänneet vanhusten hyvinvointia, että tuoneet helpotusta hoitajien työhön. Vanhusten psyykinen ja fyysinen terveys saavat tukea koiran tapaamisesta. Hali-koiravierailut antavat päivään rytmiä ja tarkoitusta. Koiran silittäminen on terapiaa parhaimmillaan. Säännöllisten käyntien seurauksena koira jää muistisairaiden mieleen, ja koirasta sekä koiran käynneistä kerrotaan oma-aloitteisesti omaisille, henkilökunnalle sekä koiran ohjaajalle.



Kuva 15 Henkilökuntahali (©Lundén 2012).

Vanhusten hyvinvointi heijastuu työyhteisön jaksamiseen ja hyvinvointiin samoin kuin henkilökunnan hyvinvointi asiakkaisiin. Koiravierailujen tuomasta ilosta riittää vanhuk- silla jaettavaa myös henkilökunnan tueksi. Koirat ovat tärkeitä myös hoitajille. Osa henkilökunnasta haluaa olla paikalla aina koiravierailujen aikana ja pyrkii vaihtamaan jopa työvuorojaan niiden mukaan (Kuva 15).

Koirat puhututtavat. Eivät välttämättä aina positiivisessa mielessä, sillä kaikki eivät tietenkään ole yhtä innostuneita koirista. Ne saavat kuitenkin aikaan yhteisöllisyyden tuntua ja sosiaalista kanssakäymistä vanhusten välillä. Ilon, hymyn ja naurun aikaan- saaminen on hyvä saavutus. Ne saattavat

välillä olla harvinaisia reaktioita laitossympäristössä.

Hoitajat ovat antaneet palautetta toiminnasta (liite 6). Ne asukkaista, jotka kommunikoivat, puhuvat koirista jälkikäteen. Koirat saavat asukkaat osoitta- maan tunteita. Monet kokevat itsensä yksinäisiksi, mitä koiran silittäminen hel- pottaa. Koira-avusteinen työskentely on tuonut positiivista voimavaraa asukkai- den elämään. Myös hoitajien mielestä fyysinen, psyykinen sekä sosiaalinen hyvinvointi on lisääntynyt. Vierailut kohentavat asukkaiden elämänlaatua aina- kin juuri sillä hetkellä. Muistamattomuus on ongelma pidempikestoisten hyötyjen todentamisessa.

2. Mitä muutoksia toiminnalla mahdollisesti saadaan aikaan?

Ensimmäisiä konkreettisia tuloksia koirien vierailuista on koirapelon tai araste- lun vähentyminen tai poistuminen. Usein vanhukset ensin seuraavat koiraa kauempaa. Toistuvien käyntien myötä he rohkaistuvat silittämään koiraa. Koira saa myös hymyn heidän kasvoilleen. Ajan myötä koirien käynneistä on tullut

todella odotettua ja kysyttyä viikko-ohjelmaa, joka tuo vaihtelua arkeen. Koirat saavat omissa huoneissaan viihtyvät vanhukset siirtymään yhteisiin tiloihin ja toisten seuraan. Kun hoitaja kertoo, että karvainen kaveri odottaa salissa, vanhukset lähtevät innokkaasti koiraan tervehtimään.

Hali-Koirien vierailut Turun vanhuskeskusten ympärivuorokautisen hoidon yksiköissä ovat tuoneet iloa, virkistystä ja vaihtelua vanhusten arkeen. Pitkäjänteisellä koira-avusteisella työskentelyllä on saatu aikaa myös terveysvaikutuksia. Koirien avulla on edesautettu vanhusten liikuntakykyä erilaisten harjoitusten avulla. Liikunta on ihmiselle tärkeää. Sen terveysvaikutukset ulottuvat myös aivoihin. Ihminen ei pysty liikkumaan ilman aivotoimintaa. Liikunta lisää aivojen välittäjäaineiden noradrenaliinin (kytkee aivot valppaustilaan), serotoniinin (säätää mielialaa ja impulssikontrollia, hillitsee stressiä) ja dopamiinin (motivoi, tuottaa mielihyvää, tehostaa keskittymiskykyä) eritystä. (Kaaro, 2010,177.) Samoja tuloksia on tutkimuksissa osoitettu saavutettavan koira silittämällä. Koiran ja liikunnan yhteisvaikutuksella saatetaan päästä tulevaisuudessa vielä pit-



Kuva 16 Kuvakollaasi (©Lundén 2012).

källe. Sen lyhyt pilottiprojekti on jo osoittanut mm. kävelykoululla saavutettujen tulosten myötä.

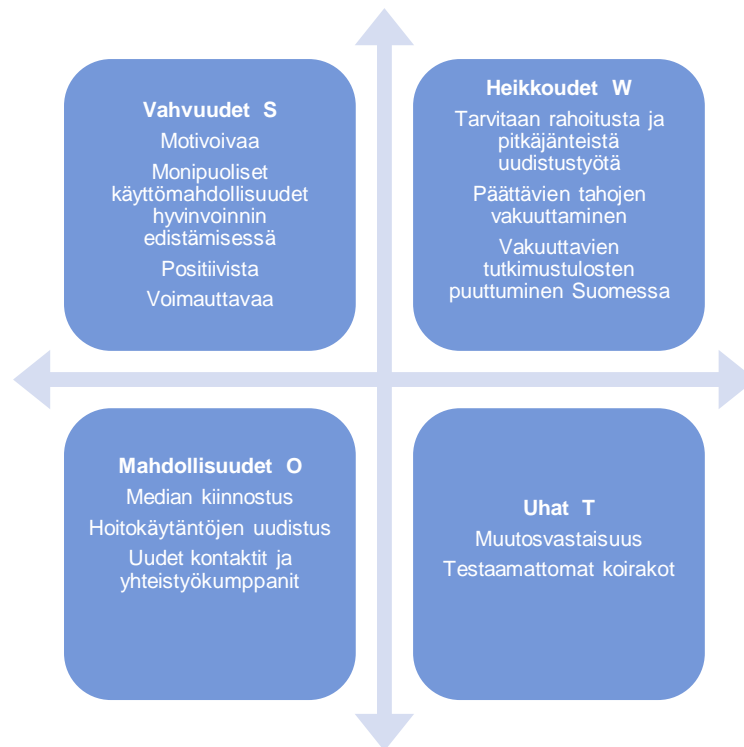
3. Koira-avusteisen työskentelyn menetelmien kehittäminen vanhusten hyvinvoinnin lisäämiseksi.

Mäntyrinteen henkilökunta on kerännyt opinnäytetyötä varten otetuista kuvista kuvakollaasin osaston seinälle vanhuksia varten (Kuva 16). Niitä katsolessaan vanhukset voivat vierailujen välillä muistella ja keskustella koirista ja niiden vierailuista. Projektissa mukana olleet vanhukset poseeraavat myös hyvin mielellään valokuvissa yhdessä koirien kanssa. Voimauttavaa

valokuvausta voitaisiin suunnitelmallisesti hyödyntää enemmänkin yhdistettynä koira-avusteiseen työskentelyyn. Myös omaiset ovat huomanneet koirakäyntien vaikutukset vanhuksissaan. Palautteiden perusteella (liite 7) he haluavat toiminnan jatkuvan. Niiltä omaisilta, joiden oma vanhus ei ole päässyt toimintaan mukaan, on henkilökunta saanut palautetta ja toivomuksia, että vanhus pääsisi myös koira-avusteisen työskentelyn piiriin.

Koira-avusteisen työskentelyn menetelmien kehittäminen jatkuu. Eri yksiköissä toteutuneet toiminnan painopisteet ovat olleet tilapäisiä käytäntöjä. Toimintaympäristön muuttuessa luodaan entistä parempi käytäntö, joka vastaa parhaiten uusiin tarpeisiin, mm. projektista saatujen kokemusten avulla.

Yhteenvedon projektia voidaan arvioida SWOT-analyysiä käyttäen (Kuvio 4).



Kuvio 4 SWOT-analyysi.

Koira-avusteisen työskentelyn vahvuuksina voidaan nähdä sosiaalisen kanssakäymisen ja yhteisöllisyyden lisääntyminen. Se tuo esiin positiivisia voimavaroja, ja sitä voidaan käyttää monenlaisissa toimintaympäristöissä eri asiakasryhmien parissa. Lisääntyneen julkisen kiinnostuksen myötä koira-avusteiselle työskentelylle saattaa aueta uusia mahdollisuuksia täydentävänä hoitokäytönä yhdistettynä perinteisiin malleihin myös esimerkiksi yksityisen sektorin hoitoa ja kuntoutusta toteuttavissa paikoissa.

Koira-avusteinen työskentely on melko uusi käytäntö Suomessa. Tarvitaan rahoitusta ja uskoa sen tuomiin mahdollisuuksiin, jotta kehitys olisi mahdollista. Lähes kaikki aihetta käsittelevä tutkimus ja kirjallisuus on ulkomaista. Suomalaisia tutkimustuloksia tarvitaan osoittamaan tavoitteellisen ja ammattimaisen koira-avusteisen työskentelyn vaikutuksia. Tämä osaltaan auttaisi hälventämään mahdollisia siihen kohdistuvia ennakkoluuloja.

7 POHDINTA JA ARVIOINTI

7.1 Vanhustenhoidon tulevaisuudennäkymiä

Suurten ikäluokkien jäädessä eläkkeelle vanhustenhuolto on melkoinen yhteiskunnallinen kuuma peruna. Kuntien budjetit vaativat säästöjä, mutta kenen kustannuksella? Vanhuksien kotona asumista mahdollisimman pitkään pyritään tukemaan. Monessa tapauksessa monipuoliset kotihoidon avopalvelut ovatkin tehneet tämän mahdolliseksi. Niin ihanteellista kuin tämä kaikin puolin onkin, osa vaatii laitoshoidoa välttämättä jossain vaiheessa, eli meillä on velvollisuus ja vastuu olemassa olevien palvelujen laadusta ja kehittämisestä. Ihmiset elävät aiempaa vanhemmiksi. Iäkkäälle ja heikkokuntoiselle vanhukselle laitos on usein viimeinen koti.

Laitoksessa asumiseen suhtaudutaan usein pelonsekaisin tuntein. Ajatukset juontavat niin vaivaistalomielikuvista kuin nykyaikaisen julkisen sektorin tehokkuusvaatimuksista ja hoivatyön ammatillistumisesta vain säännöiksi, periaatteiksi ja rutiineiksi. Vanhus, joka laitoshoidossa vaatii ”ylimääräistä”, luokitellaan usein hankalaksi asiakkaaksi ja valittajaksi. Asiakkaan toiveiden kuulematta jättäminen passivoi häntä ja saattaa aiheuttaa pelkotiloja hoidon huononemisesta entisestään. Suuret ikäluokat ovat vanhetessaan huomattavasti tietoisempia oikeuksistaan, osaavat vaatia asianmukaista palvelua ja näin yhteiskunnan asenteiden on myös mukauduttava uusiin uomiin.

Laitoksissa perushoidon taso on hyvä. Vanhukset itse ja heidän omaisensa pitävät niitä usein myös turvallisempina asuinpaikkoina kuin omaa kotia. Erilaisten tutkimusten ja selvitysten mukaan laitoksessa asuvia vanhuksia kuitenkin passivoi virikkeiden puuttuminen. Laitoksille tyypillistä on tarkoituksenmukaisuus, joka hoitotyön kannalta on hyvä asia, mutta ei useinkaan tue vanhuksen yksilöllisyyttä ja mahdollisuutta moniaistisiin ympäristökokemuksiin.

Laitoksen rakenteelliset ratkaisut eivät tue omatoimisuutta. Monet vanhukset tuntevat itsensä yksinäisiksi ja toivovat lisää yhteisöllisyyttä ja sosiaalisia kon-

takteja. Tutkimukset osoittavat, että laitoksissa asuvat vanhukset kokevat yleisemmin yksinäisyyden tunnetta kuin kotona asuvat. Laitosolosuhteista puuttuu yhteisöllisyyttä. Läheissuhteiden ja kanssakäymisen edistäminen on haaste vanhusten hyvinvoinnille. Niistä luopuminen ei kuulu ikääntymiseen. (Kivelä ym, 2011,102.) Sosiaalinen pääoma tukee terveyttä. Siihen kuuluu luottamus, vastavuoroisuus ja yhteisöllisyys. Ihminen tarvitsee toimivia sosiaalisia yhteisöjä, jotka ehkäisevät syrjäytymistä ja yksinäisyyttä.

Vanhusten kokema yksinäisyys ja sosiaalisten suhteiden vähyys vaikuttavat heidän mielialaansa. Yksinäisyydellä on myös haitallisia terveysvaikutuksia: Se on yksi tärkeimmistä verenpainetta nostavista tekijöistä. Sillä on vaikutusta immuunijärjestelmän toimintaan, ja se lisää riskiä sairastua Alzheimerin tautiin. Yksinäisyys sysää ihmisen pois tasapainosta. Yksinäisyyttä on tutkinut mm. Chicagon yliopiston neurotieteilijä John. T. Cacioppo lanseeraamalla termin ”sosiaalinen kipu”. Hänen mukaansa sosiaalinen ympäristö on ihmiselle yhtä tärkeä kuin pesä linnunpoikaselle. (Kaaro 2010,183-185. Cacioppo ym. 2011, 3.)

Laitoksissa asuvien yhteydet sukulaisiin ja ystäviin ovat saattaneet jäädä, ja vanhukset kokevat sosiaalisen roolinsa mitättömyyttä. Keskustelulle ja vanhuksen kuuntelulle ei löydy aikaa edes niiltä vähäisiltä kontakteilta, joita hänellä on. Osa vanhuksista on löytänyt keskustelukumppanin eläimestä. Niiden vaikutus hyvinvointiin on tutkitusti positiivinen. Psykkinen ja fyysinen terveys saavat tukea eläimestä. Vanhukset kaipaavat myös kosketusta, joka kertoo välittämisestä, hyväksymisestä ja ryhmään kuulumisesta. Kosketus edistää myös fyysistä terveyttä, joten eläimen silittäminen on terapiaa parhaimmillaan. Eläinkontakti on myös yhteydessä ihmisen hoivaamisen tarpeeseen, joka samalla tulee tyydytetyksi.(Tahvanainen 2004,140.)

Hyvä elämä ja toimiva sosiaalinen tuki voivat vaikuttaa sairauden ennusteeseen myönteisesti. Aaron Antonovsky (1988) on omissa tutkimuksissaan keskittynyt pohtimaan sairauksien syiden sijaan sitä, miksi ihmiset ovat terveitä. Hänen mukaansa terveet ihmiset useimmiten kokevat elämänsä mielekkäänä (”mae-

ningfullness”), hallittavana (”manageability”) ja ymmärrettävänä (”comprehensibility”), saavuttaen näin eheyden ja elämänhallinnan tunteen (”sense of coherence”). Näitä tunteita ei ole syytä sivuuttaa laitoshoidon uusia käytäntöjä suunniteltaessa.

Lähtökohtaisesti myös laitoksessa tulee olla mahdollisuus aktiiviseen ja sisältörikkaaseen elämään. Aina ei tarvitse lähteä liikkeelle edes suurista muutoksista. Pienillä ja helposti toteutettavilla asioilla voidaan rikastuttaa vanhusten arkea, parantaa elämänlaatua ja lisätä laitoksin viihtyisyyttä. Hyvä olo ei ole vain tunne, vaan se edistää fyysistä ja psyykkistä terveyttä ja omatoimisuutta. Rutiineja rikkovat hoito- ja terapiamuodot, joissa vanhus ei ole vain sairas ja passiivinen kohde, ovat tervetulleita helpottamaan hoitajien työtä ja parantamaan laitossympäristössä elävien vanhusten elämän ehtoota. Elämänhalu ja -ilo tulee säilyttää myös vanhana!

Välittämisen etiikka johtaa pohtimaan juuri niitä arvoja, joihin vanhustyön tulee perustua: yksilöllisyyttä ja asiakaslähtöisyyttä. Miten hyvin jatkossa voidaan toteuttaa asiakkaan itsemääräämisoikeutta ja oikeudenmukaisuuden periaatetta? Laitoksissa toisinaan henkilöstön vähyyden vuoksi kaikki tekevät kaikkea. Tämä johtaa osaamisen tuhlaamiseen ja ylikuormittavaan työtaakkaan, mikä näkyy arjessa pelkän perushoidon toteuttamisena ja henkisen hyvinvoinnin unohtamisena. Tällaisessa tilanteessa yhteistyökumppaneilla on suuri merkitys. Viitataan nyt erityisesti koira-avusteiseen työskentelyyn.

Virikkeellinen päiväohjelma vastaa henkisiin ja sosiaalisiin tarpeisiin. Vanhusten hyvinvointi heijastuu myös työyhteisön jaksamiseen ja hyvinvointiin. Vanhustyön johtajilla on suuri merkitys laitoshoidon laatuun. Jos he itse toimivat työssään lähimmäisenrakkauden periaatteiden mukaisesti, se myös heijastuu muun työyhteisön toimintaan ja näin vanhuksiin. (Kankare, Lintula 2004, 46.)

Hoitotyön johtajien rooli korostuu edelleen hoitokäytäntöjen kehittämisessä ja henkilöstön jaksamisen tarkkailussa (Backman, Isola 2004,103). Kankare ja Lintula (2004, 39) toteavat tekemisen voiman ja työn ilon syntyvän työstä, jota itse arvostaa ja johon uskoo.

Sosiaalinen toiminta usein rakenteistuu. Se muuttuu rutiineiksi. Tämä helpottaa yhteisön toimintaa, mutta rakenteet eivät aina ole yhtä tarkoituksenmukaisia ajan muuttuessa kuin silloin, kun ne on kehitetty. (Heikkinen. 2006, 28.) Laitoshoidon perinteiset kuviot alkavat olla muutoksen tarpeessa. On viimeinkin aika uudistaa ajattelua ja asenteita ja alkaa muokata hoitoa entistä parempaan suuntaan. Resurssit ovat suuri kysymys, mutta kaikki hyvinvointia edistävä toiminta ei vaadi valtavaa sijoittamista. Koira-avusteinen toiminta on tästä loistava esimerkki.

Vanhustenhoidon palvelutarpeita pyritään monesti yleistämään. Tiedetään jo ennalta, mitä ikäihmiset tarvitsevat ja tarjotaan sen mukaisia massapalveluja. Työntekijöitä ei ole riittävästi, kiire ja raha ratkaisevat monesti. Toisaalta esimerkiksi Turun kaupungin ympärivuorokautisessa hoidossa on jatkuvasti käynnissä erilaisia pilottiprojekteja, jotka tähtäävät asiakkaiden parempaan, kokonaisvaltaisempaan ja yksilöllisempään hoitoon. Hyviä tuloksia saavuttaneita projekteja tulisi kuitenkin saada jatkaa pidempinä hankkeina, ja tässä taas palataan rahoituskysymyksiin.

Vanhukset vaikuttavat olevan kovasti eriarvoisessa asemassa, riippuen asuinpaikastaan ja siitä, miten kukin kunta suhtautuu vanhuspalvelujen järjestämiseen. Nähtäväksi jää, miten tuleva uusi vanhuspalvelulaki ja siihen kiinteästi liittyvä kuntauudistus vaikuttavat palvelujen saantiin.

Yhteiskuntamme vaatii useimmiten toiminnalle mittavat perusteet ja vaikuttavuuden määrittelyn. Vain lopputuloksella on merkitystä. Koira-avusteisessa toiminnassa itse kokemus toiminnan hetkellä saattaa olla merkittävin saavutus (Hasselkus 2002,133). Pelkkä eläimen läsnäolo saa joskus aikaan ihmeitä ja vankimpienkin muurien murtumista. Laitosoloissa elävälle vanhukselle eläinavusteisen työskentelyn merkittävin saavutus saattaa olla koirien vierailun tuottama muisto eletystä elämästä, mutta sen merkitys ei ole vähäinen, jos se tuottaa jaksamista edes tähän päivään.

7.2 Leppoistaminen, tekeminen ja oleminen

Timo Kopomaa kuvaa kirjassa *Leppoistamisen tekniikat* (2008) hidastamisen ja kiireettömyyden tärkeyttä nykyajan yhteiskunnassa vastakohtana arjen hektisyydelle. Hän puhuu mm. luonnon arvojen kunnioittamisesta ja hakeutumisesta niiden äärelle. Luonto edustaa tasapainoa ja sopusointua. Esimerkkinä Kopomaa mainitsee koiran ulkoiluttajat. Vaikka lemmikit asettavat omistajilleen aika- ja tila-vaatimuksia, ne samalla pakottavat ottamaan aikaa, jonka voi käyttää hitauden ja irtautumisen vaalimiseen. (Kopomaa, 2008, 7, 20-27.)

Koira-avusteinen työskentely tuo vanhainkotiosastolle juuri leppoistamisen ominaisuuksia, jos sille annetaan mahdollisuus (Kuva 17). Hetki jolloin on lupa pysähtyä ja nauttia juuri käsillä olevasta hetkestä, yhdessäolosta, karvaisesta ystävystä ja sosiaalisesta kanssakäymisestä ilman suorituspaineita. Riittäväillä henkilökuntaresursseilla myös hoitajilla on mahdollisuus hetken pysähtymiseen ja akkujen lataamiseen kiireisen työpäivän keskellä. Toiminnalla on tällöin mer-

kitystä myös yhteisöllisyydelle ja voimaantumislle.



Kuva 17 Rentoa yhdessäoloa rinnakkain tuottaisi hyvää mieltä ja iloa. (©Lundén 2012).

Koira-avusteisen työskentelyn painopisteitä ei voi eikä kannata kovin tarkasti määritellä etukäteen. Toiminta muotoutuu sen kuluessa asiakaslähtöisesti parhaalla mahdollisella tavalla. Eri-tyisesti vanhusten ollessa kyseessä juuri senhetkinen vointi ja jaksaminen määrittelee hyvin pitkälti vierailujen sisällön, jotta se olisi tarkoituksenmukaista, eli

Jani Kaaro puhuu kirjassaan Terveenä 100-vuotiaaksi elämän kahtiajaosta tekemiseen ja olemiseen. Hän määrittelee ja erittelee käsitteet liittämällä tekemisen konkreettisiin asioihin, tavoitteelliseen toimintaan, joka on jollain lailla mitattavissa tai todennettavissa. Olemisen käsitteen hän taas linkittää koskemaan ihmisen syvempää olemusta, asioihin, jotka eivät ole käsin kosketeltavissa. Mitä tunnen ja ajattelen.

Vanhuudessa ihminen siirtyy yhä enemmän tekemisen maailmasta olemiseen. Tällöin korostuvat asiat, joita haluamme tehdä, sen sijaan mitä meidän aiemmin on ollut pakko tehdä. Vanhuksien arvostuksen väheneminen liittyy siihen, että he eivät enää ole yhteiskunnan näkökulmasta tuottavia yksilöitä, sen sijaan että vanhuus nähtäisiin hyvinkin hedelmällisenä tilana vaikkapa juuri leppoistamisen näkökulmasta. (Kaaro, 2010, 10-13.)

7.3 Koira-avusteisen työskentelyn mahdollistaminen pysyvästi vanhustenhuollon käytäntöön

Henkilökunnalle koirien vierailut aiheuttavat töiden organisointia. Jos toiminta vakinaistettaisiin, se vaatisi tiettyjä järjestelyjä nykyisillä resursseilla, mutta olisi mahdollista, kuten projekti osoitti. Osastoilla tilanteet elävät ja päivittäiset toimet pitää saada hoidettua. Uudet käytännöt vaativat aikaa ja pientä asennemuutosta tullakseen hyväksytyiksi osaksi hoitoa.

Vierailujen ajoitus päiväaikaan on tärkeää, koska vanhukset ovat silloin pirteitä, henkilökuntaa on enemmän paikalla päivisin ja vierailut helpottavat loppupäivän kulkua, kun muistellaan koiria ja muuta mukavaa käyntiin liittyen. Keskustelin Mäntyrinteen yksikön esimiehen kanssa iltapäivätapaamisten huonoista puolista. Aika on hankala, koska silloin tarjoillaan asukkaille kahvi, iltavuorolaiset vaihtuvat ja raporttiin kuluu aikaa. Myös mahdolliset työajanlyhennykset tapahtuvat juuri tänä aikana. Keskustelimme myös koira-avusteisen työskentelyn hyötyjen maksimoimisesta esim. hyödyntämällä yhteistyötä laitoksen fysioterapeuttien kanssa ja miten tämä vaikuttaisi asiakkaan hoitosuunnitelmaan. Hän totesi tämän olevan hankalaa, koska kaikilla hoidon osa-alueilla on eri esimiehet. Eli

raskaat byrokratian rattaat estävät/hidastavat muuten toteutuskelpoista käytännön työtä asiakkaan hyvinvoinnin maksimoimisessa niin pitkälle, kuin se tämän toiminnan puitteissa on mahdollista.

Tarvittavat muutokset eivät kuitenkaan varmasti ole kovin mittavia, ja ne saataisiin aikaan vähällä vaivalla verrattuna mahdollisiin saavutettaviin hyötyihin. Toiminta on myös kustannustehokasta. Vierailuihin voivat osallistua kaikki osaston asukkaat kerralla, jolloin kustannukset asukasta kohti eivät ole suuret.

Jos toiminta otetaan osaksi vanhustenhoitoa, olisi tärkeää panostaa henkilökunnan kunnolliseen informointiin asiasta pitämällä esim. luentotyypinen koulutus koira-avusteisesta työskentelystä. Tämä saattaisi lisätä henkilökunnan sitoutumista käynteihin.

Koira-avusteisen työskentelyn tuottamat hyödyt ovat selkeät ja konkreettiset. Tavallisesti esille sen esteenä tuodaan mahdolliset allergiareaktiot ja hygienia. Nämä asiat eivät olleet projektissa ongelma. Vanhuksilla allergiaa on huomattavasti vähemmän kuin nuoremmilla ikäpolvilla. Vanhuskeskuksen oman lääkärin mukaan mahdollinen allerginen reaktio voidaan ehkäistä antihistamiinien käytöllä, jonka haitta on pienempi kuin hyöty, joka koirakäynneistä saadaan. Hygieniavaatimukset ovat tärkeitä laitoksen toiminnassa, mutta pitkäaikaisasukkaiden hoidossa ne eivät kuitenkaan saa olla esteenä henkisellem virkistykseksi.

7.4 Koira-avusteisen työskentelyn jatkomahdollisuuksia

Projektin kautta opin monia asioita. Jatkossa olisi mahdollista hyödyntää kokemuksia esimerkiksi rakentamalla havainnointisapluuna, jonka avulla observointi olisi systemaattisempaa. Muistipotilailla voitaisiin toteuttaa kognitiivista suoritusta parantavia harjoituksia vaikka lukemalla ääneen ja tekemällä yksinkertaisia laskutehtäviä yhdessä koiran kanssa. Koira-avusteinen työskentely tarjoaa mahdollisuuksia yksilöllisesti ja ryhmän tarpeisiin räätälöidyille toimintamuodoille, jotka parhaiten edistävät hyvinvointia ja tuovat iloa kullekin asiakasryhmälle.

Toimintaa voitaisiin käyttää apuna lisäämässä vanhusten ja heidän omaistensa kanssakäymistä vaikkapa yhteisten tapaamisten merkeissä.

Kaupungin jäykät organisaatiomallit eivät edesauta toiminnan järjestämistä niin, että kaikki mahdollinen hyöty käynneistä saataisiin irti. Tarvittaisiin esimerkiksi yhteistyötä fysioterapeuttien kanssa, jotta kävelykoulun hyöty tulisi todennettua ja voitaisiin huomioida asiakkaan hoitosuunnitelmassa.

Mahdollisuuksia tieteellisiin tutkimuksiin eri alojen ammattilaisille olisi toiminnan piirissä monia: esimerkiksi aivojen PET-kuvaus alzheimerin tautia sairastavalla potilaalla vuorovaikutustilanteessa koiran kanssa. Mitä tapahtuu?

Koirien käynnit saavat vanhukset myönteisten tunteiden ja muistojen valtaan. Dementikoilla, joilla muistamattomuus on ongelma, on tärkeää elää hetkessä. Koiravierailut tuottavat iloa ja hyvää mieltä juuri tässä ja nyt. Osa muistisairaista asukkaista on kuitenkin jälkikäteen muistanut koiran. Lievätkö sen aikaansaatavat positiiviset tuntemukset edesauttaneet muistijäljen jäämistä? Tätä voitaisiin mahdollisesti hyväksikäyttää tekemällä koiran kanssa erilaisia pienimuotoisia kognitiivisia harjoituksia.

Pohdin, voiko koiran käytöstä vanhusten kanssa kuvata hiljaisena tietona, joka perustuu vaistonvaraisuuteen ja intuitioon? Kävelylenkillä vanhusten kanssa Rento-koira ottaa muutaman askeleen, vilkaisee taakseen ja odottaa, että vanhus pysyy vauhdissa mukana. Halaustekniikka on täysin erilainen vanhuksen tai vajaakuntoisen henkilön kanssa kuin Rennon kiivetessä terveeseen ihmisen syliin. Vertailua kaiketi voi tehdä puhumatta eläimen tiedosta siinä merkityksessä kuin ihmisen, joka on myös tietoinen kaiken aikaa omasta toiminnastaan ja osaa esimerkiksi kertoa, miksi toimii tietyllä tavalla. Eläin ei tähän pysty, mutta opin ja vaiston kautta sekin huomioi vanhuksen (tai ohjaajan) vauhdin.



Kuva 18 TYD Keränen 2012 (<http://www.jk9.fi/template.php?navi=5>).

Eläinavusteisessa työskentelyssä on tärkeää huomioida myös ohjaajan käyttäytymisen vaikutus koiran toimintaan. Tähän perustuu myös suomalainen TYD "Trust Your Dog" -ideologia (Kuva 18), jonka tarkoituksena on kehittää käyttökoirien luotettavaa työskentelyä. Ehdottoman tärkeää on, että koiraan ja sen toimintaan voi luottaa. Kun ohjaaja on varma tilanteesta, se välittyy koiraan. Koira luottaa siihen, että vaikka vanhus toimisikin yllättävästi, esim. huudahtaa tai liikehtii odottamattomasti, ei koiralla silti ole hätää. (Keskustelu Keränen 28.10.2012.)

Ammatillisesti toteutettuna koira-avusteinen työskentely avaa mahdollisuuksia syvempään kanssakäymiseen vanhuksen ja koiran välillä aivan eri tavalla kuin satunnaiset vierailut toiminnan säännöllisyyden ja yksilöllisesti määriteltyjen tavoitteiden myötä. Ammattimainen ote toiminnassa on tärkeää myös siksi, että riskitekijät ja vahinkomahdollisuudet saadaan minimoitua eläimen ja vajaakuntoisten ihmisen kohtaamisissa.

7.5 Sosionomin kompetenssin kehittyminen

Projektin toteutus soveltuu hyvin sosionomin työkenttään, jossa tarkoituksena on tuoda uusia ideoita ja mahdollisuuksia esiin sekä jalkauttaa niitä käytäntöön. Toimivan mallin hakeminen tapahtuu käyttämällä dialogia ja kuuntelemalla toimijoita. Tässä sosionomin kompetenssi ja valmiudet tulevat käytännössä esiin.

Henkilökohtaisesti projekti loi puitteet verrattomalle oppimisympäristölle. Pääsin tutustumaan koira-avusteiseen työskentelyyn ja vanhuksiin. Erilaiset muistisairaudet aukenivat käytännössä, mm. mitä dementia on ja mitä haasteita se asettaa henkilölle itselleen sekä hoitavalle taholle. Pääsin seuraamaan laitospolttuuria ja henkilöstön toimintaa läheltä. Myös kaupungin byrokraattinen koneisto aukeni välähdyksittäin vanhusten laitoshoidon osalta. Moniammatillisten työryhmien ja verkostojen merkitys asiakkaan hyvinvoinnin edistämiseksi aukeni itselleni pohtiessani koira-avusteisen työskentelyn kehittämismahdollisuuksia.

Monet ennakkoluuloni vanhusten hoidosta karisivat päästyäni seuraamaan tilanteita. Erityisen merkittävänä koin hoitajien lämpimän suhtautumisen asukkaisiin. Pienet hellät kosketukset ja lämmin äänensävy ovat varmasti merkityksellisiä monen vanhuksen päivässä. Hoitajat tekevät hienoa ja vaativaa työtä. Suotavaa olisi, jos koira-avusteisella työskentelyllä voitaisiin osittain helpottaa työtaakkaa ja tuoda iloa myös henkilökunnalle. Tässä yhteydessä pohdin myös oman arvomaailmani ja ihmiskäsitykseni merkitystä asiakastyössä.

Lähdettäessä tekemään jotain uutta ei ole tietoa, mihin projekti johtaa eikä ole mahdollista juurikaan ennakoida sen sujumista. Omat oletukset voivat projektin edetessä osoittautua aivan vääriksi. Toiminnan painopiste oli Mäntyrinteen yksikössä, vaikka aluksi luulin sen jäävän vähäisimmäksi toiminnan merkitykselle haasteellisimman asiakaskunnan takia. Kurjenmäkikodissa taas omaiset yllättivät positiivisuudellaan ja palautteen määrällä. Toiminta ei ollut identtistä kaikissa pilottiyksiköissä johtuen paikkojen erilaisista toimintakulttuureista. Mitä sitouneempaa henkilökunta oli toimintaan, sitä paremmin projekti ja sen tuomat hyödyt edistyivät.

On tärkeää ottaa huomioon arvostavan ja tasavertaisen yhteistyösuhteen luominen tuotaessa uusia käytäntöjä erilaisiin yksiköihin. Yhteisten työskentelytapojen muotoutuminen vie aikaa. Koira-avusteisessa työskentelyssä on otettava huomioon yhteisön olemassa oleva toimintakulttuuri ja pyrittävä mahdollisimman hyvin sopeuttamaan toiminta siihen asiakasta eniten hyödyttävällä tavalla. Hyvinvointipalveluissa tapahtuu muutoksia jatkuvasti, ja näiden tuottaminen ja kehittäminen kuuluu sosionomin työnkuvaan. Muutokset synnyttävät lähes aina vastarintaa, ja tähän haasteeseen on osattava vastata perustelemalla ja arvioimalla uutta käytäntöä yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa.

7.6 Valokuvaus

Valokuvaus oli merkittävämpi osa-alue projektissa kuin aluksi ajattelin. Tarkoitukseni oli ainoastaan dokumentoida kuvin projektia liittääkseni niitä opinnäytetyöhöni. Asukkaat suhtautuivat alusta alkaen hyvin myönteisesti minuun ja kameraan.



Kuva 19 Suukkoja havainnointimuistiinpanojen kirjoittajalle (©Lenkkeri 2012).

Mitä tutummaksi projektin toimijat asukkaille tulivat, sitä mieluummin he poseerasivat yhteiskuvissa koiran kanssa. Omaiset pitivät myös valokuvausta tärkeänä, ja ilokseni sain lähettää osalle muistoksi ottamiini kuvia heidän läheisistään.

Aluksi olin epävarma omista kuvaustaidoistani, mutta käyntien ja tuhansien ottamiini valokuvien myötä kävi

selväksi, että projektissa tärkeintä oli hetken vangitseminen, ei valokuvaukseen tarvittava ammattitaito. Monissa kuvissa on aistittavissa koiran ja vanhuksen välinen kontakti ja se vilpitön ilo, joka yhdessäolosta syntyi. Projektissa koetut hetket olivat toisinaan äärettömän liikuttavia ja toivat minullekin kyyneleet silmiin (Kuva 19).

8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Sosiaali- ja terveysalalle tuotettavien palvelujen vaikuttavuuden mittaaminen on tärkeää. Tutkimukset ja niissä tarvittavien mittareiden suunnittelu vaatii aikaa. Laitoshoidossa olevat heikkokuntoiset vanhukset eivät ehdi odottaa niiden valmistumista, vaan he tarvitsevat helposti saavutettavia toimintamalleja, jotka parantavat arkea nyt heti.

Eläimen ehdotonta, tasapuolista ja kestävästä rakkautta on hyvin palkitsevaa seurata toiminnassa. Se saa aikaan hymyjä, rohkaisee liikkeeseen ja stimuloi keskustelua, leikkiä ja vuorovaikutusta. Eläimeltä saatu rakkaus rohkaisee muisteluun, tarjoaa huolenpitoa ja tuottaa nautintoja. Se rohkaisee terapeuttiseen kosketukseen, kohottaa itsetuntoa ja kenties tärkeimpänä, tuottaa kodinomaisen ilmapiirin mihin tahansa puitteisiin.

Vertailtuani ulkomaisia tutkimuksia ja luettuani aihetta käsittelevää kirjallisuutta tulin siihen tulokseen, että kuvaamassani projektissa toiminnan merkitykset ovat hyvin samankaltaisia. Koira-avusteisen työskentelyn avaamia mahdollisuuksia voidaan hyödyntää monella eri sosiaali- ja terveysalan saralla. Kyse on siitä, miten valmiita olemme ottamaan vastaan ja kustantamaan uusia innovatiivisia työskentelytapoja vanhojen käytäntöjen tilalle.

Koira-avusteinen työskentely on erittäin kustannustehokas toimintamuoto vanhusten aktiivisuudessa ja elämänlaadun parantamisessa sisältäen virkistykseen, päivätoiminnan ja kuntoutuksen osa-alueet. Se toimii myös sellaisten ihmisten kohdalla, jotka eivät ennestään ole eläinrakkaita. Edellytyksenä tälle on toiminnan säännöllisyys, jonka myötä päästään syvempiin merkityksiin ja se voidaan sijoittaa laajempaan hoidolliseen kokonaisuuteen.

Ennen kuin päätöksiä määrärahojen suuntaamisesta tai yleensä koira-avusteisesta työskentelystä tehdään, tulisi jokaisen päätösvaltaa käyttävän tulla seuraamaan toimintaa käytännössä. Vaikka parhaani mukaan olen raportoinut projektin kulkua ja tuloksia, toiminta on useimmiten sanoinkuvaamatonta, ja sen todellisen luonteen voi ymmärtää vasta olemalla läsnä (Kuva 20).



Kuva 20 Kaverukset (©Lundén 2012).

"Kohtele minua hyvin,
sitten kun en enää muista nimeäni.
Sitten kun tämä päivä on sekoittunut eiliseen.
Sitten kun aikuiset lapseni ovat kasvaneet muistoissani pieniksi jälleen,
sitten kun en enää ole tuottava yksilö,
kohdelkaa minua silloinkin ihmisenä.
Välittäkää minusta,
antakaa rakkautta,
koskettakaa hellästi.
Kello hidastaa,
eräänä päivänä se pysähtyy kokonaan,
mutta siihen on vielä aikaa.
Antakaa minulle arvokas vanhuus."

- Tuntematon –



PowerPoint –esitys projektin koirakäynneistä.

Kuvat kertovat enemmän kuin tuhat sanaa...

LÄHTEET

Abdill, M, Juppe, D, Abdill, M,N. 1997. Pets in therapy. Animal assisted activities in health care facilities. Idyll Arbor.

Airila, A. 2002. Vanhusten viriketoiminnan perusteet. Opas vanhustyön tekijöille. Helsinki: Kuntokallio.

Alasuutari, P. 1994. Laadullinen tutkimus. 2. uudistettu painos. Tampere: Vastapaino.

Antonovsky, A. 1988. Unravelling the mystery of health: how people manage stress and stay well. San Fransisco: Jossey-Bass.

Backman, K. Isola, A. 2004,103. Kirjassa Kankare, Harri, Lintula, Hanna. (Toim.) Vanhuksen äänen kuuleminen. 2004. Helsinki: Tammi.

Banks, M.R. & Banks, W.A. 2002. The effects of animal-assisted therapy on loneliness in an elderly population in long-term care facilities. J. Gerontol. Ser. A Biol: Sci. Med. Sci. 57, 428-432.

Beck, A., Katcher, A. 1996. Between Pets and People, The Inportance of Animal Companionship. West Lafayette, Indiana: Purdue University Press.

Beyersdorfer, P.S., & Birkenhauer, D. M. (1990). The therapeutic use of pets on an Alzheimer´s unit. American.Journal of Alzheimer´s care and related disorders and research, 5, 13-17.

Cacioppo, John T., Hawkley, Louise C., Norman Greg J., Berntson Gary G. (2011) ANNALS OF THE NEW YORK ACADEMY OF SCIENCES. Viitattu 18.10,2012 <http://events.psych.missouri.edu/pdfs- docs/cacioppo11.pdf>

Cusack, O. 1988. Pets and mental Health. New York: The Haworth Press.

Delta society. Viitattu 24.10.2012 <http://www.deltasociety.org/page.aspx?pid=183>

Fine, Aubrey (toim.).2006. Handbook on Animal-Assisted therapy, theoretical foundations and guidelines for practice. San Diego: Academic Press.

Fine, Aubrey (toim.).2010. Handbook on Animal-Assisted therapy, theoretical foundations and guidelines for practice. San Diego: Academic Press.

Francis, G. M., Turner, J. T., & Johnson, S. B. (1982). Domestic animal visitation as therapy with adult home residents. Unpublished manuscript kirjassa Cusack, O. 1988. Pets and mental Health. New York: The Haworth Press.

Fredricson, M. Hines, L. Perspectives on Animal-Assisted Activities and Therapy, kirjassa Companion animals in human health, Wilson, C.C. Turner, D.C. (Toim.) 1998. Thousand Oaks, California: SAGE Publications.

Green Care Finland ry. Viitattu 3.11.2012. <http://www.gcfinland.fi/MitaOnGreenCarePaavalikko>

Grönfors, M. 1985. Kvalitatiiviset kenttätömenetelmät. 2. painos. Helsinki: WSOY.

Handlin, L. Hybring-Sandberg, E. Nilsson, A. Ejdebäck, M. Jansson, A. Uvnäs-Moberg, K. Short-term Interaction between Dogs and Their Owners: Effects on Oxytocin, Cortisol, Insulin and Heart Rate – An Exploratory Study. Anthrozoös vol 24, issue 3 September 2011, 301-315.

Hart, Lynette A. The Role of Pets Enhancing Human Well-being: Effects for Older People, Viitattu 14.5.2012 <http://www.deltasociety.org/document.doc?id=319>

Hasselkuss B. 2002. The meaning of Everyday Occupation. Thorofare: Slack Incorporated.

Heikkinen, H. L.T. Toimintatutkimuksen lähtökohdat, 28. Teoksessa Heikkinen, H.L.T., Rovio, E., Syrjälä, L.(Toim.) 2006. Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. Vantaa: Dark Oy.

Hirsjärvi, S. Remes, P. Sajavaara, P. 1997. Tutki ja kirjoita. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Hunt, S. J., Hart, L. A. and Gomulkiewicz, R. (1992) Role of small animals in social interactions between strangers. Journal of Social Psychology, 132, 245-256.

Issue: Social Neuroscience: Gene, Environment, Brain, Body

ISAAT 2012. Animal-assisted pedagogy. Viitattu 3.11.2012. http://www.aat-isaat.org/index.php?option=com_content&task=view&id=23&Itemid=36

Jarrell, N. (2005). Equine therapy: Making the connection. Counselor, The Magazine for Addiction Professionals, 6(3), 41-46.

Kaaro, Jani. 2010. Terveenä 100-vuotiaaksi. Helsinki: BTJ Finland Oy.

Kankare, Harri, Lintula, Hanna. (Toim.) Vanhuksen äänen kuuleminen. 2004. Helsinki: Tammi.

Keränen, J. 2012. Viitattu 23.10.2012. <http://www.jk9.fi/template.php?navi=5>

Kihlström-Lehtonen H. 2009. Pro-gradu , Koiran vaikutus toiminnalliseen hyvinvointiin. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 3.11.2012

https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/22209/URN_NBN_fi_jyu-200910203997.pdf?sequence=1

Kivelä, S-L, Vaapio, S. (2011). Vanhana tänään. Eesti: Suomen Senioriliike Ry.

Kongable, L. G., Buckwalter, K. C., Stolley, J. (1989). The effects of pet therapy on the social behavior of institutionalized Alzheimer's clients. *Arch. Psychiatr. Nurs.* 3. 191-198.

Kopomaa, Timo. 2008. Leppoistamisen tekniikat. Helsinki: Like Kustannus.

Koskinen, S., Aalto, L., Hakonen, S. & Päivärinta, E. (1998) Vanhustyö. Vanhustyön keskusliitto ry. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Kruger, K. & Serpell, J. 2006. Animal-Assisted Interventions in Mental Health: Definitions and Theoretical Foundations. Teoksessa Fine, Aubrey (toim.) Handbook on Animal-Assisted therapy, theoretical foundations and guidelines for practice. San Diego: Academic Press.

Kruger, K. A., Trachtenber, S.W., & Serpell, J.A. (2004). Can animals help humans heal? Animal-assisted interventions in adolescent mental health. *Center for the Interaction of Animals and Society*, 1-37.

Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka, aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.

Levinson, B. M. (1962). The dog as "co-therapist." *Mental Hygiene*, 46, 59-65.

Mallon, G.; Ross, S.; Klee, S. & Ross, L. 2006. Designing and Implementing Animal-Assisted Therapy Programs in Health and Mental Health Organizations. Teoksessa Fine, Aubrey (toim.) Handbook on Animal-Assisted therapy, theoretical foundations and guidelines for practice. San Diego: Academic Press.

Marino, L. & Lilienfeld, S. O. (2007). Dolphin-assisted therapy: More flawed data and more flawed conclusions. *Anthrozoos*, 20(3), 239-249.

Metsämuuronen, J. 2006. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Opiskelijalaitos. Vaajakoski: Gummerus kirjapaino Oy.

Metsämuuronen, J. 2009. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

Odendaal, J.S.J. 2000. Animal-assisted therapy – magic or medicine. *Journal of Psychosomatic Research* 49, 275-280.

Opetushallitus 2012. Menetelmiä ja työvälineitä. SWOT-analyysi. Viitattu 1.11.2012.

http://www.oph.fi/saadokset_ja_ohjeet/laadunhallinnan_tuki/wbl-toi/menetelmia_ja_tyovalineita/swot-analyysi.

Palley, L. S., O'Rourke, P. P., & Niemi, S. M. (2010). Mainstreaming animal-assisted therapy. Institute for Laboratory Animal Research Journal, 51(3), 199-207. Viitattu 3.11.2012.

https://docs.google.com/viewer?a=v&q=cache:JEj_jf4G4awJ:dels-old.nas.edu/ilar_n/ilarjournal/51_3/pdfs/v5103Palley.pdf+nimer+j+lundahl+b&hl=fi&gl=fi&pid=bl&srcid=ADGEEsJdy1b9Bm00BdHMLulvzgeTNhIvhdWGtCwXjQgJAJLqa6U6xBzP1nL9NiTAfi1VMROZIEKdygXMDC7dg1zFBWV-ofU0bRYqDHw1oQxeQmGf3J6cs6ztCU-6925SR_hcSNSAWOVE&sig=AHIEtbTHwYuJDeVyiQOAtglaFVQf8bN5Pw.

Pet Partners. Animal-Assisted Activities/Therapy 101. Viitattu 1.11.2012.

<http://www.deltasociety.org/page.aspx?pid=317>

Richeson, N. (2003). Effects of animal-assisted therapy on agitated behaviors and social interactions of older adults with dementia. American Journal of Alzheimer's Disease and Other Dementias, 18(6), 353-358.

Saarenheimo, M. 2003. Vanhuus ja mielenterveys. Arkielämän näkökulma. Helsinki: WSOY.

Salonen, K. 2011. Kehittäminen opinnäytetyönä. Näkökulmia toiminnallisen ja tutkimuksellisen opinnäytetyön samankaltaisuuksiin ja eroihin. Opas & opintomoniste opiskelijoille, opettajille, TKI-henkilöstölle 11/2011. Sosiaalialan koulutusohjelma: Hyvinvointipalvelut: Turun Ammatti-korkeakoulu.

Savishinsky, J. S. (1986) The human impact of a pet therapy program in three geriatric facilities. Central Issues in Anthropology, 6(2), 31-41.

Social isolation. Ann. N.Y. Acad. Sci. xxxx (2011) 1–6 c_ 2011 New York Academy of Sciences.

Suomen Karva-Kaverit 2012. Viitattu 3.11.2012. <http://www.suomenkarvakaverit.fi/>

Tahvanainen, S. 2004,140. Kirjassa Kankare, Harri, Lintula, Hanna. (Toim.) Vanhuksen äänen kuuleminen. 2004. Helsinki: Tammi.

Thompson, M. J. (2009). Animal-assisted play therapy: Canines as co-therapist. In G. R. Walz, J. C. Bleuer, & R. K. Yep (Eds.), *Compelling counseling interventions: VISTAS 2009* (pp. 199-209). Alexandria, VA: American Counseling Association.

Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy Juvenes Print.

Urlichuk, L. J., & Anderson, D. (2003). Improving mental health through animal-assisted therapy. Alberta, Canada: Chimo Project.

Uvnäs-Moberg, K. 1997. Physiological and endocrine effects of social contact. *Annals of the New York Academy of Sciences* 807: 146-163.

Uvnäs-Moberg, K. 1998. Oxytocin may mediate the benefits of positive social interactions and emotions. *Psychoneuroendocrinology* 23(8): 819-835.

Vardhundskolan. Hund på recept ger mänskligare vård. Viitattu 20.10.2012.

<http://www.vardhundskolan.se/>

Velde, B., Cipriani, J., & Fisher, G. (2005). Resident and therapist views on animal assisted therapy: Implications for occupational therapy practice. *Australian Occupational Therapy Journal*, 52, 43-50.

Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Vilkka, H. 2005. Tutki ja kehitä. Keuruu: Tammi.

Vilkka, H. 2006. Tutki ja havainnoi. Helsinki: Tammi.

Wilson, C. C. and Netting, F. E. (1987) New directions: Challenges for human-animal bond research and the elderly. *Journal of Applied Gerontology*, 6, 189-200.

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU

Hyvinvointipalvelut
Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosionomi AMK
ASOSTS10/Sopa
Johanna Lundén
Nouselantie 2
21270 Nousiainen
p. 045 1114 088
Johanna.Lunden@students.turkuamk.fi

TUTKIMUSLUPA-ANOMUS

31.1.2012

Turun kaupunki
Sosiaali- ja terveystoimi
Vanhusten ympärivuorokautisen hoidon johtaja
Kristiina Hellstén
Kristiinankatu 1
20100 Turku

Tutkimusluvan anomus opinnäytetyötä varten

Opiskelen Turun ammattikorkeakoulussa sosiaalialan koulutusohjelmassa. Valmistun touku-
kuussa 2013 sosionomiksi (AMK). Haen tutkimuslupaa opinnäytetyötäni varten.

Opinnäytetyöni alustava työnimi on *Koirien käyttö laitoshoidossa olevien vanhusten hyvinvoin-
nin parantamisessa*. Toiminnallisessa opinnäytetyössäni tutkin Turun kaupungin keväällä 2012
alkavaa pilottiprojektia yhteistyössä Maarit Haapasaaren Hali-Koira yrityksen kanssa. Tarkoituk-
seni on olla aktiivisesti mukana projektissa, joka toteutetaan Mäntyrinteen vanhainkodissa, Ku-
tomokodissa sekä Kurjenmäkikodeissa. Kuvaan projektin toteuttamista ja tuloksia osana van-
huspalveluja.

Arvioin toiminnan vaikutuksia hyvinvointinäkökulmasta asiakkaiden ja henkilökunnan keskuu-
dessa mm. haastattelemalla ja kartoittamalla mielipiteet projektin aloitus- ja lopetustilanteissa.
Haastatteluihin osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja saamaani aineistoa käytän vain opin-
näytetyöhöni. Käsittelen kaikkea opinnäytetyöhöni liittyvää aineistoa salassapitosäännösten
mukaisesti ja varmistan, että haastateltavien henkilöllisyys ei käy esiin opinnäytetyössäni.

Opinnäytetyöni valmistuu vuoden 2012 joulukuuhun mennessä ja sitä ohjaa Marjatta Hahtola.

Opinnäytetyöni tulokset ovat vapaasti Turun kaupungin käytettävissä.

Lähetän tutkimuslupapyynnön näin sähköpostitse, mutta tarvittaessa voin lähettää myös allekir-
joitetun version postitse.

Ystävällisin terveisin,
Turun ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelija
Johanna Lundén

Marjatta Hahtola, VTM, lehtori,
psykologi, työnohjaaja, psykoterapeutti
Hyvinvointipalvelut
Ruiskatu 8, 20720 Turku
044 9074550, 040 5533194

KOIRA-AVUSTEINEN HYVINVOINTIPROJEKTI VANHUKSILLE TURUN KAUPUNGIN YMPÄRIVUOROKAUTISEN HOIDON KUTOMOKODISSA

Helmikuusta elokuuhun 2012 toteutetaan koira-avusteinen hyvinvointiprojekti Turun kaupungin ympärivuorokautisen hoidon yksiköissä vanhusten parissa. Pilottiyksikköinä ovat Mäntyrinteen vanhainkodin osasto 6, Kurjenmäkikoti 2 ja Kutomokoti. Jokaisessa yksikössä toteutetaan tavoitteellista koira-avusteista työskentelyä viikoittain. Käyntien tavoitteellisuus määritellään huomioiden asiakasryhmä sekä heidän tarpeensa. Koira-avusteisen työskentelyn tavoitteet voivat olla psyykkisiä tai/ja fyysisiä ja ne voivat olla toimintakykyä edistäviä tai ylläpitäviä.

Projektin avulla kehitetään koira-avusteisen työskentelyn menetelmiä vanhusten hyvinvoinnin lisäämiseksi. Koira-avusteisen työskentelyn vaikutuksista vanhustenhoidossa tehdään ammattikorkeakoulun opinnäytetyö. Opinnäytetyötä varten tuokioita tullaan seuraamaan ja dokumentoimaan. Opinnäytetyössä kartoitetaan toiminnan merkitystä ja koko projektiin pitkän tähtäimen tavoitteena on saada koira-avusteinen työskentely pysyväksi osaksi vanhusten hoitoa sekä sisällyttää se osaksi hoitosuunnitelman kulttuuri-suunnitelmaa.

Projektia mukana toteuttamassa on Maarit Haapasaaren Hali-Koira -yritys (www.hali-koira.tk) ja Maarit Haapasaari siis käy koiran kanssa pilottiyksiköissä kerran viikossa noin tunnin ajan. Maarit Haapasaari on kehittänyt koira-avusteista toimintaa vapaaehtoistyönä vuodesta 2003. Keväällä 2011 hän oli perustamassa Suomen Karva-Kaverit ry:tä. Koira-avusteisen työskentelyn kysyntä ja suosio on kasvanut viime vuosien aikana räjähdysmäisesti niin, että toiminnan jatkaminen vain vapaaehtoistyönä on käynyt mahdottomaksi tarpeeseen nähden. Käyntien aikana henkilökuntaa tulee olla paikalla, koska vastuu asukkaista/potilaista on henkilökunnalla. Vastuu koirasta taas on aina koiran ohjaajalla.

Lisätietoja projektista saa henkilökunnalta sekä toiminnanohjaaja Marjut Nummelta (marjut.nummi@turku.fi).

Kiitos yhteistyöstä!

KYSELYLOMAKE HENKILÖKUNNALLE

Pvm. 18.3.2012

Kutomokoti

Nimi:

Koulutus/toimenkuva:

Kauanko olette työskennelleet Hali-koira toimintaan osallistuvien vanhusten kanssa?

Miten hyvin koette tuntevanne vanhukset? (asteikolla 0-5)

0 1 2 3 4 5

En tunne ollenkaan

Tunnen erittäin hyvin

Mitä odotatte koirakäynneillä tapahtuvan?

Mitä odotuksia teillä on käyntien vaikutuksista?

Onko teillä aikaisempaa kokemusta koira-avusteisesta toiminnasta?

KIITOS VASTAUKSISTANNE!

KOIRA-AVUSTEISEN PILOTTIPROJEKTIN JÄLKIKARTOITUS MUKANA OLLEIDEN YKSIKÖIDEN HENKILÖKUNNALLE

1. Mitä merkitystä toiminnalla oli vanhuksille?
2. Entä henkilökunnalle ja yksikön ilmapiirille?
3. Saatiinko toiminnalla mahdollisesti jotain muutoksia aikaan?
4. Kehittämisehdotuksia tai muuta palautetta liittyen mihin tahansa projektin osa-alueeseen?

KIITOS PALAUTTEESTA!

KOIRA SAA HILJAISEN PUHUMAAN

KOIRA VOI SAADA LIIKUNTAA VÄLTÄVÄN KÄVELEMÄÄN, SYNKÄN
HYMYILEMÄÄN TAI HILJAISEN PUHUMAAN, TIETÄÄ MAARIT HAAPASAARI.

TEKSTI JA KUVAT: Suvvi Ek





opeanvärinen, mainosteippausten kirjava voima pikkubussi on tuttu ja odotettu näky monen varsinaissuomalaisen vanhainkodin, lastenkodin ja palvelutalon pihalla.

Halimobiiliksi nimitetty karryn kyydissä kulkee suuri berninpaimenkoira **Rento** ja rattia pyörittää sen emäntä **Maarit Haapasaari**. Parivaljakko tarjoaa eläinavusteista toimintaa ja koiraterapiaa monenlaisille asiakkaille.

Maarit Haapasaari tutustui eläinavusteiseen työskentelyyn ensimmäisen kerran kymmenisen vuotta sitten. Harrastus vei pian mukanaan ja Maarit halusi kehittää työskentelytapoja eteenpäin. Keväällä 2011 syntyi Suomen Karva-Kaverit -yhdistys, joka kokoaa yhteen vapaaehtoisia, eläinavusteisesta toiminnasta innostuneita eläintenomistajia.

Pikku hiljaa Maarit Haapasaaren kalenteri täyttyi keikoista niin, että viime syksynä hän jätti päivätyönsä yksityisenä perhepäivähoitajana ja jatkoi yrittäjänä omissa Hali-Koira -yrityksessään.

KOIRA KÄYTTÄÄ PÄÄTÄÄN

Maaritin ja Rennon vierailukohteista jokaisella on omat tavoitteensa. Joihinkin paikkoihin parivaljakko menee vain tervehtimään asukkaita ja tuomaan hyvää mieltä. Silloin kukin asukas saa oman kiinnostuksensa ja uskalluksensa mukaan lähestyä koira tai katsoa sivummalta. Rento antautuu rapsuteltavaksi, hakee katsekontaktia ja kiipeää pyydettäessä jopa syliin.

Joissain paikoissa Rennon tehtävänä on saada asukkaat liikkumaan, toisissa sen toivotaan innostavan puhumaan.

"Koiran läsnäolo saa vanhukset usein juttelemaan omista eläimiin liittyvistä muistoistaan. Kun keskustelu saadaan alkuun, se jatkuu pitkään vielä, kun me jo olemme lähteneet", Maarit kertoo.

Maarit Haapasaaren kotona hyörii kolme ber-

ninpaimenkoiraa ja kaksi kissaa. Maaritin pääasiallinen työpari on Rento, mutta myös vuoden vanha **Viljo-Valdemar** harjoittelee halikoiran tointa. **Bellalla** taas on omina asiakkanaan erityisnuoria. Myös Bellan viime keväänä syntyneet kymmenen pentua pääsivät kukin vuorollaan ilahduttamaan vanhainkodin asukkaita.

"Koiria tunteva ystäväni sanoi, etten voi viedä terävähampaisia pentuja vanhusten luokse, koska pennut purevat. Vakuutin, että niin ei käy, ja olin oikeassa. Yksikään ei purrut asukkaita. Jo pienillä pennuilla on korviensa välissä paljon enemmän ymmärrystä, kuin suostumme uskomaan. Niiden pitää vaan antaa käyttää sitä", Maarit sanoo.

Maarit on peruskouluttanut kaikki koiransa, mutta terapiakoiran työtä niille ei ole opetettu.

"En edes tiedä, miten muuten sitä voisi opettaa kuin ottamalla koirat mukaan työhön pikkupennusta lähtien. Parhaiten koira oppii tekemällä. Tähän työhön sopiva koira ottaa kontaktia ihmisiin, osaa tarkkailla heitä ja toimii tilanteen vaatimalla tavalla. Vaikka koira on omistajansa hallinnassa, sen pitää työskennellä itsenäisesti eikä odottaa käskyjä ihmiseltä."

Terapiakoiran on myös tärkeää hakeutua omaaloitteisesti vieraiden, hyvin erilaistenkin ihmisten lähelle. Sen pitää nauttia kosketuksista eikä se missään tilanteessa saa olla aggressiivinen tai arka.

"On tärkeää ottaa jo pieni pentu mukaan keikoille. Pentuna koira hyväksyy osaksi arkipäiväänsä sille esitellyt asiat kuten oudot äänet, kummalliset lattiamateriaalit ja erinäköiset, eritavoin käyttäytyvät ihmiset."

Vaikka työhön ei erityisesti kouluteta, kaikki Suomen Karva-Kaverien toimintaan mukaan havittelevat eläimet testataan, jotta niiden soveltuvuus työhön tulee varmistettua. Omistajille avataan eläinavusteisen toiminnan periaatteita luennolla.

RENTO SAA VANHUKSET LIIKKUMAAN

Yksityiset palveluntuottajat maksavat Maaritin ja Rennon käynneistä, mutta osassa julkisen sektorin kohteista koirakko käy ilman korvausta.

"Se on mahdollista vain halimobiilin kyljissä mainostavien yritysten ansiosta", Maarit kiittelee.

"Saadakseen rahoitusta on ensin hankittava näyttöjä työn tuloksellisuudesta", hän sanoo.

Nyt näyttöjä hankitaan Turun kaupungin Green Care -pilottiprojektissa, jossa selvitetään koira-avusteisen työskentelyn merkitystä van-

"KOIRAN
LÄSNÄOLO SAA
VANHUKSET
PUHUMAAN
MUISTOISTAAN"



Nykyään Karva Kaverien toiminnassa on koirien lisäksi mukana myös kissoja, kaksi marsua, alpakkia sekä näyttelijä Ismo Apellin omistama Mikko-sika.



husten hyvinvoinnille ympärivuorokautisen hoidon yksiköissä. Projektin avulla saadaan tutkittua tietoa koiran käyntien vaikutuksista, sillä hankkeesta on valmisteilla opinnäytetyö Turun Ammattikorkeakoulun sosiaalialan koulutusohjelmaan.

Pilottiprojektin aikana on Maaritin mukaan saatu hyvin rohkaisevia tuloksia.

”Yhdessä vanhainkodissa olemme keskittyneet liikunnan lisäämiseen. Osaston sisällä pääsee kulkemaan viidenkymmenen metrin pituisen lenkin. Koiran avulla vanhukset ovat innostuneet kävelystä. Ensimmäisellä kerralla menimme lenkin ympäri kaksi kertaa, muutamaa viikkoa myöhemmin jo 12 kertaa”, Maarit kertoo ja

TERMIT HALTUUN

Green Care tarkoittaa luontoa, eläimiä ja maantila-ympäristöön liittyviä terveys- ja hyvinvointipalveluja. Suomen Karva Kaverit ry on osa Green Care Finland ry:tä.

Kun eläinavusteiseen työskentelyyn osallistuu terveyden- tai sosiaalihuollon alan asiantuntija, puhutaan **eläinavusteisesta teraplasta**.

Eläinavusteisen toiminnan ohjaajana voi toimia vapaaehtoinen, joka ei työskentele sosiaali- ja terveysalalla.

Eläinavusteista opetusta voi antaa henkilö, jolla on opettajan koulutus.

Kartotemillemme kolmelle on **eläinavusteinen työskentely**.



"Eläin koskettaa ihmisen sisällä jotain sellaista, mihin toinen ihminen ei pysty". Maarit Haapasara sanoo.

jatkaa, että liikunnan lisäämisen vaikutukset näkyvät hyvin konkreettisesti, kun vanhusten ruokahalu paranee, vatsa toimii ja uni tulee paremmin. Monet ovat myös jatkaneet kävelylenkin kiertämistä omaehtoisesti silloinkin, kun Maarit ja Rento eivät ole paikalla.

Rento on saanut vanhukset liikkeelle ihmisiä tehokkaammin.

"Rento hakee kontaktia jokaiseen paikalla olijaan. Se menee lähelle, painaa päänsä syliin ja katsoo silmiin. Rennon pyyntö on hyvin vetoava. Kävellessään koira ottaa kaksi askelta, vilkaisee taakseen, että taluttajat pysyvät vauhdissa ja ottaa taas kaksi askelta."

KOIRAN AVULLA LUKUTAIDOA

Edellisyksynä Maarit ja Rento tekivät uuden aluevaltauksen. Lapsi- ja nuorisopsykoterapeutti **Kaija Ikaheimmo** esitteli Maaritille Yhdysvalloissa käytetyn menetelmän, jossa lukemisvaikeuksista kärsivät lapset lukevat ääneen koiralle. Kaarinan pääkirjasto lähti innolla mukaan hankkeeseen, ja erityisluokkien valvojat valitsivat mukaan lapsia ja nuoria, joiden arveltiin hyötyvän ko-

keilusta.

Luetaan Koiralle -hanke toteutettiin niin, että kullakin lapsella oli viikoittainen, 15 minuutin aika, jolloin he tulivat Kaarinan kirjastolle lukemaan ääneen Rennoille. Tilanne oli rauhallinen, sillä paikalla olivat vain lapsi, koira ja Maarit, joka ei osallistunut tilanteeseen aktiivisesti. Lasten lukutaidon kehitystä tarkkaillen tutkijaryhmän mukaan alustavat tulokset osoittavat, että lasten lukutaito kehittyi, keskittyminen parani ja vapaaehtoinen lukeminen lisääntyi.

Maaritin mukaan suurin osa mukana olleista lapsista ja nuorista oli hyvin innostuneita ja motivoituneita koiralle lukemisesta.

"Koira ei arvostele, vaikka lapsi tekisi virheen. Se kuuntelee joskus tarkkaavaisena ja joskus raukeana,

LAPSET OVAT HYVIN INNOSTUNEITA KOIRALLE LUKEMISESTA

Kuka?

MAARIT HAAPASAARI

Hoitokoirayrittäjä.

Ratkaisukeskeinen eläinvuostein vaimentaja. "Aika Partnersin järjestämä koulutus sisälsi vastavasti asiaa."

Perhe: avioliitto ja 14-, 16- ja 18-vuotiaat lapset.

Asuu: Luttolissa, päätyvän tien viimeisessä talossa.

Harrastukset: lukeminen, tanssi, laulu. "Olen ollut soitintina tanssikerkeissä."

Ketkä?

RENTO-REISKA, 6-vuotias berninpaimenkoira. "Rento haluaa olla keskusteleva. Siksi en ole sen kanssa samalla kielillä kuin muut koirat."

VILJO-VALDEMAR, 1-vuotias berninpaimenkoira. "Viljo on vielä kohtelija, mutta oppii ja rauhoittuu ajan kanssa."

BELLA-RIINA, 4-vuotias berninpaimenkoira. "Bella tarvittiin uuden kodin kaksivuotiaana. Inhoitin siihen heti. Koska Bella on terve ja hyväluonteinen, tuli siitä Halhjärnen kennelin kaniinarttu."

"Tässä työssä on tärkeää, että osaa puhua ihmiselle hänen omalla tavallaan. Tarpeen mukaan on osattava keskustella Hallo Kihystä tai sota-ajasta", Maarit Haapasaari sanoo.

mutta aina sille lukeminen on rentoa ja positiivista. Lapsot ottavat lukemisen hyvin vakavasti. Heille on esimerkiksi tärkeää muistaa, mihin kohtaan kirjassa on viimeksi jääty."

Vain kerran Viljo kyllästyi kuuntelupuhuihin.

"Koira oli yrittänyt kuonolla tökkimällä ja tassua antamalla saada lapsen rapsuttamaan itseään. Kun tämä vain sinnikkäästi jatkoi lukemista, Viljo nappasi kirjan suuhunsa", Maarit nauraa.

Koska koiralle lukemisen tulokset vaikuttivat rohkaiseviltä, hanketta on jatkettu Tartu Tassuun -nimellä ELY-keskuksen myöntämän tuen avulla. Nyt lukemaan pääsevät myös muut kuin luki-vaikeuksista kärsivät alakouluikäiset lapset. Rennolle ja Viljolle se tarkoittaa pitkäkestoista kirjastokoiran pestiä.

"Toisin kuin monessa paikassa on uutisoitu, Espoossa toimiva *Börje* ei siis suinkaan ole Suomen ensimmäinen kirjastokoira, vaan kunnian ansaitsevat *Rento*, *Nalle*, *Etti* ja *Pontus* sekä Kaarinan pääkirjasto", Maarit sanoo.

"TÄMÄ KOLAHTI HETI"

Maarit Haapasaaren tie koira-avusteisen työskentelyn ammattilaiseksi on kulkenut erilaisten harrastuskokeilujen kautta.

"Kokeilin näyttelyitä, tokoa ja järjestämistä, mutta



mikään ei tuntunut aivan omalta jutulta. Sitten näin ilmoituksen koira-avusteisen toiminnan viikonloppukurssista. Siellä kolahti: tämä on sitä mitä haluan tehdä!"

Maarit aloitteli toimintaa Varsinais-Suomessa 2000-luvun alussa ensin yksin. Vuosien varrella mukaan on lähtenyt kymmeniä vapaaehtoisia.

Koiraharrastuksena alkanut toiminta on sittemmin saanut Maaritin elämässä lisää merkityksiä.

"On todella palkitsevaa, että olen voinut antaa tälle toiminnalle jotain ja kehittää sitä. Keikoilla parasta on jaettu hyvinolontunne. Se on todella koukuttavaa." 🐾

KOIRA-AVUSTEISEN HOIDON TULOKSIA, MÄNTYRINNE VK. OS.6

Aluksi noin puolet neljästätoista asukkaasta ei juurikaan ottanut kontaktia koiriin edes ohjattuna. Loput asukkaista olivat sitten sitäkin innostuneempia koirien tapaamisesta. Tunnetiloja oli monenlaisia: iloisuutta, pelottomuutta, naurua, uteliaisuutta, aktiivisuutta seurata koiran liikkeitä sekä koiran kehumista sekä sille lapsenomaisesti lepertelyä. Koira herätti keskustelua muistelun muodossa omista lemmikeistä sekä lapsuudenajan kotieläimistä sekä ns. vanhan ajan maataluelämästä. Ohjaajalta kyseltiin tarkkojakin tietoja koiran elämästä, painosta sekä ruokavalioista. Ohjaaja otti toiminnassaan huomioon muistisairaavat vanhukset, jaksoi vastata samoina toistuviin kysymyksiin kerta kerran jälkeen.

Asukkaat olivat kaikki päiväsalissa vastaanottamassa ja odottamassa koirien saapumista. Monet ilahtuivat aamutoimien yhteydessä kun kerrottiin koirien saapuvan taas vierailulle. Toki osa asukkaista ei niinkään välittänyt koirista. Esteenä tähän oli pelkoa, väsymystä, motorista levottomuutta sekä oletettavasti huomiointikyvyn heikkoutta. Näitä asukkaita pyritään henkilökohtaisella ohjauksella sekä hoitajan avustamana kohtaamaan koira. Koirien säännöllisellä vierailulla on saatu positiivisia tuloksia myös näiden asukkaiden kohdalla. Esimerkkeinä erään asukkaan pelon väheneminen ja fyysisesti liikkeelle lähteminen kävelemällä osastolla koiran kanssa. Toisena esimerkkinä ohjattuna asukas saatu havainnoimaan koira, sen turkin pehmeys ja hoi-vavietti, hymy kasvoilla.

Koira-avusteinen hoito on tuonut positiivista voimavaraa asukkaiden elämään. Fyysinen, psyykinen sekä sosiaalinen hyvinvointi on lisääntynyt, joidenkin kohdalla juuri siinä tilanteessa ja joidenkin toivottavasti myös pidempijaksoisesti. Koirien mukana liikutaan kävellen, ilman apuvälineitä, apuvälinein, taluttaen tai perässä kävellen. Tuolilla istuen kumarrutaan silittämään alas-päin, eteenpäin ja ylöspäin. Koira voi nousta syliin ja sitä voi halata. Koiralle voi antaa herkkupaloja ja leikkiä herkkupalan etsimisleikkiä, pyytää koira istumaan ja todeta miten se totteli pyytäänsä. Tämä voi osittain tuoda asukkaalle tunnetta siitä miten pystyy hallitsemaan koiran liikkeitä ja lisätä itsetuntoa.

Jatkossa on suunnitteilla lisätä koiran kanssa kävelyä, ja suunnata ulos. Hoitajat ovat suhtautuneet myönteisesti koiriin, asukkaiden mukana on kuljettu ja huomioit sovitusti kirjattu pegasokseen jokaisen käyntikerran jälkeen. Erityistä tukea tarvitsevat asukkaat on huomioitu avustamalla ja rohkaisemalla. Sovitusti vielä paneudutaan enemmän apua tarvitsevien asukkaiden tukemiseen koiravierailun aikana, jotta jokainen saisi tasapuolisesti aikaa ja kokemuksen mahdollisuuksia koiravierailun aikana.

11.05.2012 sh Hanna Tuhkio

RENTO(A)

Yhtenä ihan tavallisena arki-iltapäivänä se tapahtui.. äitimme tapasi Kurjenmäkikoti 2:ssa ensimmäisen kerran Rento -nimisen Hali-Koiran.

Alku meni pienen jännityksen merkeissä, isolta ja vähän arveluttavaltakin valtavan kokoinen koira tuntui. Joskin toisaalta myös aivan ihastuttavalta ja hellyttävältä! Mutta kuitenkin..

Ei se ollut siis mitään "rakkautta ensisilmäyksellä", mutta jotain kyseisessä tapaamisessa kuitenkin tapahtui, äitimme mielessä nimittäin. Uteliaisuus heräsi. Seuraavassa tapaamisessa pienen arkuuden tilalle oli tullut jo rohkeutta ja halu heliä Rentoa.

Äitimme ja Rennon (+ muiden karvakavereiden) seuraavat tapaamiset sujuivat jo vallan mukavasti. Ja sitä seuraavat kerrat aina vain Rennommissa tunnelmissa. Muutamien käyntikertojen jälkeen äitimme ja Rento olivat jo "kuin vanhat kaverit". Käytöksen muutos ensimmäiseen tapaamiseen oli aika iso!

Muutos oli aika iso myös äitimme mielessä. Huonomuistinen alkoi muistaa tapaamisiaan karvaisen kaverinsa kanssa ja uusia tapaamisia odoteltiin suurella innolla. Mieleen painuivat Rennon suuret ruskeat silmät, lämpimät koiran halaukset, tassun ja makupalojen antaminen., koiran pitäminen sylissä. Muistiin palautui myös asioita, joita ei ollut muistanut vuosiin: perheessä aiemmin olleita koiria, niiden kanssa tehtyjä asioita sekä tätä kautta muita elämän varrella tapahtuneita asioita.

Hali-Koira- tapaamisista muodostui äidillemme tärkeä viikoittainen, arkea piristävä mukava yhdessäolon hetki, josta muistettiin kertoa meille omaisille usein ja yllättävän paljon. Usean kerran myös meillä allekirjoittaneilla oli ilo olla mukana näissä äitimme ja Rennon sekä Kurjenmäkikoti 2:n muiden asukkaiden ja Rennon välisissä tapaamisissa. Ihania kohtaamisia!

Kiitos Rento!

Toivottavasti jatkossakin äitimme ja Kurjenmäkikoti 2:n väki saa nauttia sinusta ja kavereistasi.

Halauksella ja läheisyydellä on ihmeellistä voimaa! Kiitos!

Turussa 14.5.2012 äitinsä puolesta, Seija ja Esko