

SAVONIA

ammattikorkeakoulu

OPINNÄYTETYÖ - YLEMPI AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO
SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

ASIAKKAIDEN NÄKEMYKSIÄ HEVOSAVUSTEISESTA TYÖTOIMIN- TAVALMENNUKSESTA

TEKIJÄ Sari Shemeikka

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Tutkinto-ohjelma Hyvinvointikoordinaattorin tutkinto-ohjelma	
Työn tekijä(t) Sari Shemeikka	
Työn nimi Asiakkaiden näkemyksiä hevosavusteisesta työtoimintavalmennuksesta	
Päiväys 6.5.2024	Sivumäärä/Liitteet 44/1
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Kasvuntuki yli esteiden	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Psyykinen pahoinvointi ja mielenterveysongelmat ovat lisääntyneet. Nuorena alkaneet ongelmat jatkuvat usein aikuisuuteen asti. (Vorma 2022.) Sairauspäivärahaa saavilla ja työkyvyttömyyseläkkeellä olevilla yleisin syy alle 50-vuotiaana ovat mielenterveysongelmat. Mitä nuoremasta henkilöstä on kyse, sitä suuremmalla osalla syynä ovat mielenterveysongelmat. Pohjois-Savossa ja Kuopiossa ongelmat ovat muuta maata ja kaupunkeja yleisempiä. On tärkeää järjestää paikkoja, missä työn ja koulutuksen ulkopuolella olevilla on mahdollisuus tavata toisia ja kokea osallisuutta.</p> <p>Tutkimukseni tarkoituksena on kuvata asiakkaiden näkemyksiä hyvästä ja huonosta hevosavusteisesta tuetusta työtoimintavalmennuksesta eli hevosapajatoiminnasta. Tavoitteena on saadun tiedon avulla kehittää hevosapajatoimintaa vastaamaan asiakkaiden toiveita ja tarpeita mahdollisimman hyvin.</p> <p>Aineistonkeruunmenetelmänä käytettiin eläytymismenetelmää. Tutkimukseen osallistui seitsemän hevosapajalla käyvää asiakasta. Jokainen heistä vastasi kahteen kehyskertomukseen, toisessa oli ollut hyvä päivä ja toisessa huono päivä hevestallilla. Asiakkaat kirjoittivat tarinan kummastakin päivästä. Asiakkaat vastasivat anonyymeina. Vastausten analysoinnissa käytettiin teemoittelua.</p> <p>Aineistosta muodostui seuraavat teemat: (1) vuorovaikutus ja yhteisöllisyys, (2) toiminta eläinten kanssa, (3) tallityöt, (4) voimaannuttava luonto ja (5) oma huono olo. Hyvää päivää kuvaavat kirjoitukset olivat pidempiä ja runsaammin kuvauksia sisältäviä kuin huonoa päivää kuvaavat. Hyvään päivään liittyi hyviä keskusteluja, osallisuutta, ystävystymisiä ja yhdessä tekemistä tallissa. Hevosten merkitys hoidon kohteena, mutta myös huomion antajana oli tärkeää. Tallityöt koettiin positiivisina. Maalaisympäristö koettiin toisaalta rauhoittavana ja toisaalta ajatuksia kirkastavana. Huonon päivän kuvaukset alkoivat kuvauksella omasta huonosta olost, väsymyksestä tai kivuista. Jaksaminen heijastui myös hevosia koskeviin kuvauksiin joko niin, ettei jaksanut hoitaa tai niin, että hevonen reagoi kielteisesti väsyneeseen hoitajaan. Myöskään keskusteleminen ei tällöin tuntunut mieluisalta.</p> <p>Psyykkisten ongelmien ehkäisemisen tulisi tapahtua mahdollisimman varhain, koska nuorena ilmenneiden ongelmien on taipumus siirtyä aikuisuuteen. Siksi erityisesti erilaisiin elämänmuutosvaiheisiin tulisi kiinnittää erityistä huomiota. Hevosavusteinen toiminta voisi olla yksi kokeiltava toimintamuoto koulupudokkaiden ja syrjäytymisvaarassa olevien nuorten kohdalla.</p>	
<p>Avainsanat</p> <p>hevosavusteinen tuettu työtoimintavalmennus aikuissosiaalityössä, asiakkaiden näkemyksiä kyseisestä valmennuksesta, eläytymismenetelmä</p>	

Field of Study Social Services, Health and Sports	
Degree Programme Master's Degree Programme of Health and Welfare Coordinator	
Author(s) Sari Shemeikka	
Title of Thesis Equine Assisted Workshop in Adult Social Rehabilitation	
Date 6 May 2024	Pages/Appendices 44/1
Client Organisation /Partners Kasvuntuki yli esteiden	
<p>Abstract</p> <p>The prevalence of psychic problems has increased. Problems which have begun already as young often continue in adulthood. Among people under the age of 50 who are on sick leave or disability pension the most common reasons are psychic problems. The younger people are the more common psychic problems are. In North-Savo and Kuopio psychic problems are more common than in other areas or cities in Finland. Therefore, it is important to arrange places, where these people have a possibility to participate and experience involvement, which increases wellbeing.</p> <p>The aim of this study was to find out what the customers think about equine-assisted work rehabilitation. The study was carried out with the method of empathy-based stories. Seven adults participated in the study and their answers were anonymous. They described what good and bad days are like in the stable.</p> <p>The following themes were found: (1) interaction and community spirit, (2) working with animals, (3) working in the stable, (4) empowerment in the stable and (5) own bad feeling. The participants described a good day in the stable more comprehensively and longer than a bad day. A good day included good conversations, participation, friendship and working together in the stable. To be responsible for horses and to get their acceptance increased the experienced wellbeing. Some participants had a special relation with a certain horse. Working in the stable was experienced positive. The view over the countryside was soothing, and it crystallized thoughts. The participants began to describe a bad day, how they were tired, they had not slept well, or they had different kind of aches. On a bad day they were too tired to take care of horses. They experienced that their fatigue was reflected in the behaviour of horses, too. On a bad day they did not like to discuss.</p> <p>Psychic problems, which have begun in adolescence, tend to persist in adulthood. Therefore, the promotion of mental health should begin as early as possible. Some students need support especially in different change situations, for example in moving to the secondary school. Equine-assisted activity could be one method to help students who are at risk to leave school or to marginalize in other ways.</p>	
<p>Keywords</p> <p>equine-assisted work rehabilitation in adult social work, customs opinions about this kind of rehabilitation, empathy-based story method</p>	

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO.....	6
2	MIELENTERVEYDEN HAASTEET	7
3	SOSIAALISEN KUNTOUTUKSEN MAHDOLLISUUDET MIELENTERVEYDEN EDISTÄJÄNÄ.....	9
3.1	Sosiaalisen kuntoutuksen ominaisuudet.....	9
3.2	Tuettu työtoimintavalmennus sosiaalisen kuntoutuksen menetelmänä.....	10
4	HYVINVOINTI JA OSALLISUUS SYRJÄYTYMISEN EHKÄISYSSÄ.....	12
5	HEVOSAVUSTEINEN TOIMINTA HYVINVOINNIN EDISTÄJÄNÄ	17
5.1	Eläinavusteinen toiminta ja sen asema yhteiskunnassa.....	17
5.2	Sosiaalipedagoginen hevostoiminta	18
5.3	Hevosavusteisen kuntoutuksen merkitys.....	19
6	HEVOSPAJATOIMINTA SOSIAALISEN KUNTOUTUKSEN TOIMINTAMUOTONA.....	22
7	TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TAVOITTEET	23
8	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	24
8.1	Laadullinen tutkimus	24
8.2	Aineiston keruu.....	24
8.3	Aineiston analysointi	26
9	TULOKSET.....	28
9.1	Vastausten yleiskuva	28
9.2	Positiivisen päivän kuvaukset.....	28
9.2.1	Yhteisöllisyys ja vuorovaikutus.....	28
9.2.2	Toiminta eläinten kanssa.....	28
9.2.3	Tallityöt.....	29
9.2.4	Voimaannuttava luonto	29
9.3	Negatiiviseen päivään liittyvät kuvaukset	29
9.3.1	Oma huono olo ja vuorovaikutus	29
9.3.2	Toiminta eläinten kanssa.....	30
9.3.3	Tallityöt.....	30
10	POHDINTA	31
10.1	Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys	31
10.2	Tulosten tarkastelu	32
10.2.1	Yhteisöllisyys ja vuorovaikutus sosiaalisen osallisuuden tukena.....	32

10.2.2 Eläimen merkitys sosiaalisessa kuntoutuksessa	34
10.3 Hevospajatoiminnan kehittäminen.....	36
10.4 Jatkotutkimusehdotus	36
LÄHTEET	38
LIITE 1: SUOSTUMUS TIETEELLISEEN TUTKIMUKSEEN	44

KUVALUETTELO

KUVA 1. Osallisuus syrjäytymisen vastaparina (Raivio & Karjalainen 2013, Raivio 2018)	15
KUVA 2. Hevosavusteisen kuntoutuksen hierarkkinen kuvauskategoria (Honkanen 2019, 32)	20

1 JOHDANTO

Eläimien merkitys ihmisen hyvinvoinnin kannalta on noussut esiin viime vuosina niin käytännössä kuin tutkimuksissakin. Hevosten terapeuttisesta käytöstä ensimmäiset kirjoitukset ovat jo antiikin Kreikasta (Zasio 2015). Yleisin hevosavusteisuuden toimintamuoto on ollut ratsastusterapia. Hevosavusteisuutta on käytetty myös oppimisen tukemisessa ja sosiaalityössä (Jokiniemi 2016, 13–14; Vehmasto & Lipponen 2021; Mickelsson 2023.) Kuopiossa kehitettiin 2000-luvun alussa sosiaalipedagogisen hevostoiminnan koulutus (Hämäläinen & Koistinen 2019), mikä on lisännyt huomattavasti hevosten käyttöä niin yksilö- kuin ryhmäkuntoutuksessakin. Hevosavusteisen toiminnan merkityksestä lapsille ja nuorille on tehty useita tutkimuksia. Mickelsson (2023) tutki väitöskirjassaan hevosavusteisuuden merkitystä erityislasten opetuksessa. ”Hevosavusteisella oppimisella Suomessa” on oma facebook -sivusto. Sosiaalipedagogisen hevostoimintayhdistys ry:n sivustolla on mittava luettelo hevosavusteisista opinnäytetöistä, mitkä on suurelta osin tehty ammattikorkeakouluissa (Sosiaalipedagoginen hevostoiminta 2019). Hevosavusteisesta toiminnasta aikuissosiaalityössä on kuitenkin niukalti tietoa.

Matkani hevosavusteisen kuntoutuksen toteuttajaksi on tapahtunut käytännön kokemusten rohkaisevana. Minulla oli ratsastuskoulu vuoden 2010 alusta alkaen. Tallilla kävi ratsastamassa erityishuomiota tarvitsevia lapsia, nuoria ja joitakin aikuisia. Ajan mittaan minulla heräsi halu tarjota erityisesti heille mahdollisuus osallistua ja nauttia hevosten tuomasta hyvinvoinnista. Perustin Kasvuntuki yli esteiden -yrityksen. Kasvuntuki yli esteiden -yritykseni on hyväksytty tuottamaan yksityisistä sosiaalipalveluista annetun lain mukaisia sosiaalipalveluja vuodesta 2015 Siilinjärvellä, vuodesta 2017 alkaen Kuopiossa ja vuoden 2023 alusta Pohjois-Savon hyvinvointialueella. Keskeinen toimintamuoto on tuettu työtoimintavalmennus hevosavusteisesti eli hevosajatoiminta. Yllä mainitun hevosajatoiminnan ohella hevosavusteisuutta käytetään myös muussa sosiaalisessa valmennuksessa. Lisäksi tallilla toteutetaan sosiaalipedagogista hevostoimintaa ja hevosavusteista neuropsykiatrista valmennusta. (www.kasvuntukiylieisteiden.com.)

Tutkimukseni tarkoituksena on kuvata asiakkaiden näkemyksiä hyvästä ja huonosta hevosavusteisesta tuetusta työtoimintavalmennuksesta eli hevosajatoiminnasta. Tavoitteena on saadun tiedon avulla kehittää hevosajatoimintaa vastaamaan asiakkaiden toiveita ja tarpeita mahdollisimman hyvin.

2 MIELENTERVEYDEN HAASTEET

Psyykkinen kuormittuvuus on yleisintä 20–54-vuotiailla naisilla, joista 19 % kokee psyykkistä kuormittuneisuutta. Matalasti koulutetut kokevat yleisemmin psyykkistä kuormitusta kuin korkeasti koulutetut. Psyykkinen kuormittuneisuus lisääntyi myös matalasti koulutetuilla muita enemmän vuodesta 2018 vuoteen 2020. (Parikka, Koskela, Ikonen & Hedman 2021.) Korkein kuormittuvuus on 20–29-vuotiailla, joista joka viides kokee itsensä merkittävästi kuormittuneeksi (Vorma, Rotko, Larivaara & Kosloff 2020).

Erilaisia psyykkisiä ongelmia (ahdistuneisuus, masentuneisuus, ADHD, käytöshäiriöt) on kutakin arvioiden mukaan 4–11 %:lla nuorista. Osalla esiintyy useanlaisia oireita samanaikaisesti. Masennusoireilua on joka viidennellä jossain vaiheessa ja masennustilaa sairastaa 5–10 %, mikä kestää 1–2 %:lla vähintään vuoden. Masentuneisuus ja ahdistuneisuus kulkevat usein käsi kädessä. (Marttunen & Karlson 2013, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019a.) Lähes joka viides 18–22-vuotiaista on käyttänyt vuonna 2020 mielenterveyssyistä julkisia palveluja. Yleisimmät syyt olivat ahdistuneisuus ja masennustila. (Forsell 2022.)

Syrjäytyneiden nuorten määrän arviointi on vaikeaa, koska syrjäytyneisyyden määrittely ei ole selvä. Syrjäytyneitä nuoria arvioidaan kuitenkin olevan 17000 ja 100000 välillä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019b.) Mielenterveyden ongelmat alkavat usein jo nuoruudessa ja jatkuvat sitten aikuisikään.

Vuosien 2016–2018 mielenterveyden sairastavuusindeksin keskiarvo oli Pohjois-Savossa korkein kaikista maakunnista. Korkein tai toiseksi korkein sija oli psykiatristen laitospotilaiden määrässä, mielenterveysperusteisesti sairaspäivärahaa saaneiden 18–24-vuotiaiden määrässä ja aikuisväestön avopalvelujen käytössä. Ikävakioitu indeksi oli 139, mikä on selkeästi korkein kaikista maakunnista. Suurten kaupunkien joukossa Kuopion indeksi 160 oli korkein, kun seuraavana olevalla Oululla indeksi oli 130. Tämä indeksi perustuu mielenterveyssyistä johtuviin työkyvyttömyyseläkkeisiin, psykoosiin ja muihin vaikeisiin mielenterveyden häiriöihin liittyviin erityiskorvattaviin lääkkeisiin sekä itsemurhiin ja sairaalahoitoon johtaneisiin itsemurhayrityksiin. Vuonna 2019 mielenterveysperusteista sairauspäivärahaa saaneita 18–64-vuotiaita oli 64,3/1000 työkäistä kohti. Kasvua oli 11,9 edelliseen vuoteen verrattuna. (Hyvällä Mielellä – Pohjois-Savo projekti 2020a.)

Hyvällä Mielellä – Pohjois-Savo projekti (2020)

tähtää Pohjois-Savon asukkaiden mielenterveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen ja sitä kautta työikäisen väestön työurien pidentämiseen, työvoiman suorituskyvyn ja työllisyyden paranemiseen sekä alueen elinvoiman, vetovoiman ja aluetalouden kehittämiseen. Pohjois-Savolla on valtakunnallisesti katsottuna suurimmat haasteet väestön mielenterveyden osalta.

Ohjelmaan osallistuvat mm. Pohjois-Savon kunnat, Pohjois-Savon sairaanhoitopiiri, Pohjois-Savon maakuntaliitto, Itä-Suomen yliopisto, Savonia, Sakky, YSAO, TE-toimisto, THL, Työterveyslaitos, Mieli ry, VTT, järjestöt ja yritykset. (Hyvällä Mielellä – Pohjois-Savo projekti 2020b.) Projektiin osallistuvat kattavat varsin laajasti eri tahot ja tavoitteena on pitkäjänteinen ponnistelu pohjoissavolaisten hyvinvoinnin edistämiseksi. Ensimmäinen hankekausi päättyi 31.8.2023. Nyt on alkanut uusi kausi, missä on kaksi teemaa: työuupumuksen vähentäminen ja elintavat. Keskeinen lähestymistapa on osallisuus, minkä avulla pyritään voimaannuttamaan ja luomaan toivoa. (Mielitekomedia).

Työkyvyttömyyden tarkastelu nostaa mielenterveysongelmat voimakkaasti esille. Enimmäisajan sairauspäivärahaa saaneilla mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöt olivat nuorilla ja nuorilla aikuisilla keskeisin syy: 18–24-vuotiailla 75 %, 25–34-vuotiailla 69 % ja 35–44-vuotiailla 50 %. Tätä vanhemmilla eri syiden osuudet tasoittuivat. (Työkyvyttömyyseläkettä saaneet 2019; Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2020.) Nuorten ja nuorten aikuisten psyykkiset häiriöt ovat siten paitsi yksilön myös yhteiskunnan kannalta haastavia.

Flink, Honkalampi, Pajula ja Saarinen tutkivat Kuopion psykiatrian keskuksen asiakkaiden diagnooseja ajalta 1.12.2012 - 30.6.2013. Tutkimuksessa yleisin diagnoosi oli masennus, mikä oli 60 %:lla. Naisilla (64 %) masennus oli yleisempää kuin miehillä (45 %). Samoin toistuvaa masennusta oli naisilla useammin (16,7 %) kuin miehillä (9,3 %). Masentuneisuus oli hieman muita ikäryhmiä yleisempää 20–25-vuotiailla (miehet 29,6 % ja naiset 44,4 %). Toiseksi yleisin syy palvelujen käyttöön oli paniikkihäiriöt ja ahdistuneisuushäiriöt, joita oli 15 %:lla asiakkaita.

Nuoret menettävät yhä useammin työkyvyn mielenterveyden ongelmien takia. Nuorten aikuisten työkyvyttömyys on lisääntynyt 30 % kymmenessä vuodessa eli vuodesta 2005 vuoteen 2015. Yleisimmät syyt ovat masennus, psykoottinen häiriö ja kaksisuuntainen mielialahäiriö. Kyseisten häiriöiden takia määräaikaisella työkyvyttömyyseläkkeellä olleista 18–34-vuotiaista oli 48 % jossain vaiheessa työssä. Viiden vuoden seurannan jälkeen töissä oli enää 22 %. Työhön paluuta auttoi, jos henkilölle oli tehty psykoterapiasuunnitelma ja suunnitelma työhön paluuta tukevasta toiminnasta. Nuorena mielenterveyssyistä työkyvyttömyyseläkkeelle siirtyneet palaavat muita harvemmin työelämään. (Kela 2018; Eläketurvakeskus 2019.) Vormo (2020) toteaa, että nuorena sairastuminen vaikuttaa usein pitkälti tulevaisuuteen niin koulutukseen ja työelämään osallistumiseen kuin yksilön sosiaalisiin suhteisiin.

3 SOSIAALISEN KUNTOUTUKSEN MAHDOLLISUUDET MIELENTERVEYDEN EDISTÄJÄNÄ

3.1 Sosiaalisen kuntoutuksen ominaisuudet

Sosiaalisesta kuntoutuksesta säädetään Sosiaalihuoltolaissa (2014, § 17). Sosiaalisella kuntoutuksella tarkoitetaan sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen keinoin annettavaa tehostettua tukea sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi, syrjäytymisen torjumiseksi ja osallisuuden edistämiseksi. Tässä tarkoituksessa tehdään mm. kuntoutustarpeen arviointi, annetaan kuntoutusneuvontaa, valmennetaan arkipäivän toimintoihin, tuetaan vuorovaikutussuhteita mm. ryhmätoiminnalla. Nuorten osalta kyseisessä laissa todetaan, että heitä tuetaan mm. opiskelemaan, pääsemään työhön, työkokeiluun tai pajatoimintaan tai muuhun kuntoutuspaikkaan. Tavoitteena on saada nuoret sitoutumaan näihin toimintoihin. (Sosiaalihuoltolaki 2014, § 15–17.)

Sosiaalisen kuntoutuksen valtakunnallisessa kehittämishankkeessa (SOSKU 2018) on käsitelty sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteita ja toteuttamisen laatuksiteereitä. Yleisinä tavoitteina esitetään yksittäisellä sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen ja osallisuuden edistäminen sekä yhteisötasolla syrjäytymisen ehkäiseminen. Asiakastasolla on tavoitteena viisi kokonaisuutta.

Sosiaalinen kuntoutus voimavaraistamisena tarkoittaa mm. sitä, että arkitason tavoitteet liittyvät elämäntilanteessa tapahtuvaan positiiviseen muutokseen. Tämän tavoitteen onnistuminen edellyttää järjestelmän tasolla ohjaavien henkilöiden kykyä herättää ja ylläpitää asiakkaissa motivaatio muutoksen toteutumiseksi. Asiakasosallisuus merkitsee asiakkaan aktiivista roolia niin tavoitteiden asettamisessa kuin vastuuta omasta toiminnastaan tavoitteiden saavuttamisessakin. Järjestelmätasolla onnistunut asiakasosallisuus edellyttää, että asiakkaiden asiantuntemus hyväksytään ja sitä hyödynnetään palvelujen kehittämiseksi. Arkitaitojen vahvistuminen auttaa selviämään tavanomaisesta elämästä. Järjestelmätasolla tämä edellyttää usein toimimista asiakkaan arkiympäristössä ja erilaisten toiminnallisten menetelmien käyttöä ohjaustyössä. Sosiaalisten taitojen vahvistuminen liittyy sekä vuorovaikutustaitojen kehittymiseen että kykyyn toimia toisten ihmisten kanssa. Järjestelmätasolla tämä tarkoittaa asiakkaan ja ohjaajan keskinäistä kunnioitusta, tasavertaisuutta ja mahdollisuutta avoimeen vuorovaikutukseen. Yhteisötaidot merkitsevät asiakastasolla useanlaista edistymistä. Asioimisen helpottuminen ja työhön tai opiskeluun pääseminen ja siihen sitoutuminen edustavat näiden taitojen laajaa aluetta. Näiden tavoitteiden saavuttaminen edellyttää myös yhteisötasolla monenlaisia toimintoja. Esimerkkinä ovat mm. palvelujen yhteensovittaminen, verkostotyö, rakenteellinen sosiaalityö, sosiaalisen raportoinnin osaaminen ja vaikutusten arviointi. (SOSKU 2018, 4–7.)

Aikuisten kanssa tehtävän sosiaalityön kehittämistä koskevassa raportissa esitetään neljä keskeistä aluetta: (1) osaava ja vaikuttava sosiaalityö, (2) kumppanuuksia rakentava sosiaalityö, (3) osallistava ja valtaistava sosiaalityö sekä (4) ilmiölähtöinen ja yhteiskunnassa vaikuttava sosiaalityö. Toimenpide-ehdotuksissa todetaan, että sosiaalityössä tulee lisätä yhteiskehittämistä ja asiakkaiden asiantuntemuksen nykyistä laajempaa hyödyntämistä palvelujen kehittämisessä. Mahdollisia yhteiskehittämisen toimintamuotoja ovat mm. asiakasraadit ja kehittäjäasiakkaat. (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2019, 26–27, 75–76.)

Palvelun hyvää laatua kuvaa se, että palvelu vastaa asiakkaan tarpeeseen, oikeaan aikaan ja oikeassa paikassa. Laatuksiteerien tavoitteena on selkeyttää sosiaalisen kuntoutuksen asemaa ja

tehtävää sosiaalihuollon palveluiden osana. SOSKUn raportissa on esitetty seitsemän laadun kriteeriä. Ne liittyvät asiakaskeskeisyyteen, palvelujen saatavuuteen, oikeudenmukaisuuteen, valinnanvapauteen, toimijoiden korkeatasoiseen osaamiseen sekä asiakkaiden hyvinvoinnin ja terveyden lisääntymiseen. Laatuksiteerien tehtävänä on mm. auttaa laadun arvioinnissa, palveluista tiedottamisessa ja osallisuuden lisäämisessä. Laatuksiteerit voivat koskea esimerkiksi kunnallista tasoa tai maakunnallista tasoa. (SOSKU 2018, 8–10.)

3.2 Tuettu työtoimintavalmennus sosiaalisen kuntoutuksen menetelmänä

Sosiaalinen kuntoutus perustuu monialaiseen yhteistyöhön ottaen huomioon kunkin asiakkaan elämäntilanne ja tarpeet. Sosiaalinen kuntoutus on

sosiaalipalvelu, jolla tarkoitetaan sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen keinoin annettavaa tehostettua ja tavoitteellista tukea sosiaalisen toimintakyvyn ja elämänhallinnan parantamiseksi ja ylläpitämiseksi, syrjäytymisen ehkäisemiseksi ja vähentämiseksi sekä osallisuuden edistämiseksi. (Sosiaali- ja terveystministeriö 2023.)

Kuopiossa sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishanke aloitettiin vuonna 2015. Vuoden 2017 elokuusta alkaen sosiaalisen kuntoutuksen palvelut on toteutettu aikuissosiaalityön osana. Kyseiset palvelut sisälsivät neljä eri toimintamuotoa: (1) yksilövalmennus, (2) ryhmävalmennus, (3) tuettu työtoimintavalmennus ja (4) osallisuustoiminta. Palvelut toteutettiin palvelusetelillä. (Kuopion kaupunki 2020, 2–8; Winter 2020, 9–10.) Vuoden 2023 alusta alkaen kyseiset toiminnot kuuluvat Pohjois-Savon hyvinvointialueen palveluihin. Palvelut toteutetaan samoin periaattein kuin Kuopiossa aiemmin tehtiin. (Sosiaalisen kuntoutuksen palvelukohtainen sääntökirja 2022.)

Winter selvitti opinnäytetyössään palvelusetelillä tuotettujen sosiaaliseen kuntoutukseen liittyviä kokemuksia. Palautetta kerättiin asiakkailta, palveluun lähettäviltä tahoilta sekä palveluntuottajilta. Tutkimuksen mukaan asiakkaiden informointia palveluseteliin liittyen tulisi lisätä. Palveluntuottajista he olivat saaneet hyvin tietoa. Asiakkaiden mielestä hyvää oli erityisesti se, että he itse voivat vaikuttaa siihen, minkä palveluntuottajan he valitsevat. Tämän katsottiin vaikuttaneen positiivisesti myös muuhun asiakkaan elämään. Tutkimuksen perusteella arvioitiin, että palvelusetelien kautta asiakkaiden osallisuutta on voitu lisätä. (Winter 2020, 53–55.)

Palvelujentuottajat ja palveluihin lähettäneet tahot olivat molemmat samaa mieltä osallisuuden lisääntymisestä ja itse valitun toiminnan kautta myös sitoutumisen parantumisesta. Palveluntuottajat kokivat palvelusetelijärjestelmän raskaaksi. Tältä osin käytäntöjä on jo muutettu yksinkertaisemmiksi. (Winter 2020, 58–59.)

Tuetussa työtoimintavalmennuksessa tarjotaan asiakkaalle matalan kynnyksen työtoimintaa. Tavoitteena on arjen hallinnan vahvistaminen ja kuntoutuspolun löytäminen. Toiminnassa pyritään motivoimaan ja aktivoimaan asiakasta mielekkään toiminnan kautta. Tärkeänä osana on sosiaalinen ympäristö. Jokaiselle asiakkaalle laaditaan palvelusuunnitelma. Toimintaa on 3–4 tuntia päivässä 1–3 päivänä viikossa asiakkaan sopimuksen mukaan. Toiminta sisältää sekä yksilö- että ryhmävalmennusta kulloisenkin ryhmän tarpeiden mukaisesti. (Kuopion kaupunki 2020, 5–6.)

Vuoden 2023 alusta työtoimintavalmennus siirtyi Pohjois-Savon hyvinvointialueen toiminnaksi. Sosiaalisen kuntoutuksen palvelukohtaisessa sääntökirjassa (2022) esitetään tuetun

työtoimintavalmennuksen tarkoituksiksi tarjota matalan kynnyksen työtoimintavalmennusta. Toiminnassa pyritään luomaan tukiverkosto ja yksilöllisen ohjauksen avulla selvitetään asiakkaan kuntoutuspolkua ja jatkosuunnitelmia. Toimintaa on samoin kuin aiemmin eli 3–4 tuntia päivässä 1–3 päivänä viikossa. Tavoitteena on:

- mielekkään ja hyvinvointia tukevan arjen rakentaminen: päivä- ja viikkorytmin rakentaminen, aktivoituminen ja motivoituminen toimintaan,
- itselle soveltuvan toimintamuodon löytäminen: tarkoituksenmukaista ja mielekästä työtoimintamuotoista tekemistä sosiaalisessa toimintaympäristössä,
- oman elämän muutoksen aktivoituminen ja motivoituminen: oman kuntoutusprosessin löytäminen ja rakentaminen.

Työtoimintavalmennuksen rinnalla on mahdollisuus järjestää osallisuustoimintaa. Tässä tavoitteena on ”ylläpitää ja tukea asiakkaan sosiaalisen toimintakyvyn, hyvinvoinnin ja elämänhallinnan tasapainon säilyttämistä tilanteissa, joissa toimintakyvyn riskitekijät ovat selkeästi tunnistettavissa”. Tuettua työtoimintavalmennusta ja osallisuustoimintaa voidaan toteuttaa samassa ryhmässä. Molemmissa palveluissa laaditaan yhteistyössä sosiaalipalvelun omatyöntekijän kanssa palvelusuunnitelma. Lisäksi tehdään väliraportit ja kirjallinen loppuraportti palvelun päättyessä. (Sosiaalisen kuntoutuksen palvelukohtainen sääntökirja 2022.)

4 HYVINVOINTI JA OSALLISUUS SYRJÄYTYMISEN EHKÄISYSSÄ

Allardt on jäsentänyt hyvinvointia kolmen ulottuvuuden kautta. Kyseiset hyvinvoinnin ulottuvuudet määritellään ihmisen perustarpeiden kautta (having, loving, being). Having viittaa Allardtin jäsentelyssä materiaalsiin olosuhteisiin kuten taloudelliseen tilanteeseen, asumiseen, terveyteen ja koulutukseen. Loving kuvaa yksilön tarvetta olla yhteydessä muihin ihmisiin, perheeseen, sukuun, ystäviin ja erilaisiin yhteisöihin. Being kuvaa yksilön tarvetta integroitua yhteiskuntaan esimerkiksi osallistumisen, poliittisen aktiivisuuden ja merkityksellisen työelämän kautta. (Allardt 1976, 88–94.)

PROMEQ-työryhmän mielestä elämänlaatu antaa kokonaisvaltaisen viitekehyksen hyvinvointiin ja terveyteen. Elämänlaatua voidaan puolestaan tarkastella WHO:n kehittämällä ja validoimalla elämänlaatumittarilla. Mittari sisältää neljä osa-alueetta. Sosiaalinen turvallisuus käsittää mm. toimeentulon riittävyyden ja erilaisten palvelujen saavutettavuuden. Sosiaalinen osallisuus kuvastaa toisaalta työmarkkinaosallisuutta ja vapaa-ajan toimintaa ja toisaalta yksinäisyyttä ja syrjäytymistä. Sosiaalinen valtaistuminen liittyy yksilön omiin kykyihin ja taitoihin vaikuttaa omaan elämäänsä ja terveyteensä. Yhteiskunnan eheys liittyy mm. yksilön kokemaan luottamukseen sekä toisiin ihmisiin ja keskinäiseen auttamiseen että julkiseen valtaan. (Mäki-Opas, Vaarama, Valkonen, Leinonen & Syväjärvi 2019, 6.)

Edellä esitetty SOLA-malli sisältää päätöksenteon ja toiminnan kannalta useita suuria linjoja yhteiskunnan toimintojen kehittämiseksi ja ylläpitämiseksi. Samalla malliin sisältyy hyvinvoinnin kannalta tärkeitä asioita, joita voidaan toteuttaa pienin kustannuksin lähellä ihmistä. Yksinäisyyden ja syrjinnän torjuntaan voimme kaikki osallistua. Siitonen (1999, 118) kuvaa sosiaalisen valtaistumisen tapahtuvan, kun ihminen kokee arvostusta, kunnioitusta ja luottamusta. Lisäksi tärkeitä tekijöitä ovat vapaus, vastuu, konteksti, ilmapiiri ja myönteisyys. Näihin osatekijöihin voimme kaikki omalta osaltamme vaikuttaa.

Yhteiskunnassamme resurssit ja valta jakaantuvat kuitenkin epätasaisesti väestöryhmien välillä. Tämä tulee esiin muun muassa terveyden epätasa-arvona, mitä ei tulisi tarkastella ensisijaisesti terveysongelmina. Sosiaalista eriarvoisuutta vähentämällä vähennettäisiin myös hyvinvointi- ja terveyseroja. Osallistava terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen -tutkimushankkeessa (PROMEQ) kuvataan kokonaisvaltaiseen hyvinvointikäsitteeseen perustuva sosiaalisen laadun malli (SOLA). Mallin mukaan hyvinvointi muodostuu ihmisen oman toiminnan ja yhteiskunnallisen järjestelmän vuorovaikutuksessa. Hyvinvoinnin tulee olla yhteiskuntapolitiikan korkein tavoite. Tämän saavuttamiseksi pitäisi puuttua kansalaisten eriarvoisuuteen, mihin liittyy mm. köyhyys, koulutuserot ja erot palvelujen saatavuudessa. Tavoitteena tulee olla ihmisten omien kykyjen ja mahdollisuuksien lisääminen niin, että he voivat tehdä hyviä valintoja terveytensä ja hyvinvointinsa edistämiseksi. (Mäki-Opas, Vaarama, Valkonen, Leinonen & Syväjärvi 2019, 3–5.)

Koronavirus on vaikuttanut erityisesti kahteen ensimmäiseen SOLA-mallin osa-alueeseen, sosiaaliseen turvallisuuteen ja sosiaaliseen osallisuuteen. On oletettavaa, että koronaviruksen aiheuttamat sosiaaliset ja psyykkiset vaikutukset tulevat näkymään pitkään. Ihmisille, jotka jo ennestään ovat olleet sosiaalisesti arkoja, ahdistuneita ja masentuneita, sairauden pelko ja erilaiset

eristämisen/karanteenin muodot ovat voineet olla todella vaikeita. Osallisuus ja voimaantuminen hyvinvoinnin lähteenä

Osallisuus, voimaantuminen ja valtaistuminen ovat nousseet esiin voimakkaasti 1900-luvun lopulta lähtien. Freiren valtaistuminen eli empowerment -käsite on ollut kyseisten käsitteiden pohjana 1970-luvulta lähtien laajalti maailmassa. Freiren sorrettujen pedagogiikka pyrki nostamaan alistuneessa asemassa olevien ihmisten asemaa. Tähän liittyi keskeisesti hänen pyrkimyksensä lisätä kriittistä tietoisuutta: tietoisuuden lisääntyminen mahdollistaa siirtymisen tietämisen kautta aktiiviseen toimintaan. Näin toiminnan tavoitteena ei ole vain yksilö, vaan merkittävässä osassa on yhteisö toimintaympäristöineen. Keskeisenä Freiren toimintaan kuuluu dialogi, mitä toteutetaan tasa-arvoisessa, toisia kunnioittavassa ilmapiirissä. Toiminnassa on tärkeää pyrkiä selvittämään ongelmien realiteettiä, etsiä ongelmien juurisyyt, kokeilla ratkaisuja ja arvioida niiden seurauksia ja tehdä jatkosuunnitelma kriittisen tarkastelun pohjalta. Kuunteleminen, dialogi ja toiminta auttavat ongelmien ratkaisussa. Toiminta edellyttää koko yhteisön asenteiden muuttumista. Freire korostaa, että ei riitä tunne henkilökohtaisesta voimasta, kehittyneistä taidoista tai työskentelystä sosiaalisen muutoksen toteutumiseksi. On tärkeää yhdistää edellä olevat osat. (Calves 2009; Carroll & Minkler 2000.)

Sosiaali- ja terveysministeriö on esittänyt tulevaisuuden sosiaalityön kehittämissuunnaksi osallistavaa ja valtaistavaa sosiaalityötä. Tämä tarkoittaa mm. sosiaalityöntekijän, asiakkaan ja keskeisten muiden toimijoiden kanssa yhdessä tekemää kokonaisvaltaista suunnitelmaa, missä otetaan huomioon terveydentilan, toimintakyvyn ja sosiaalisen osallisuuden tavoitteet. Valtaistamisessa pyritään osallistumisen lisäksi lisäämään ymmärrystä esimerkiksi sosiaalisten ongelmien syistä ja seurauksista. Tavoitteena on vaikuttaa vaikeuksien takana oleviin ongelmiin. Toimenpide-ehdotuksessa todetaan, että sosiaalityö tulee turvata matalan kynnyksen lähipalveluina, missä toteutuu yhteisöllinen ja alueperusteinen lähestymistapa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2019, 70–71.)

Asiakkaan voimaantuminen omassa arjessaan on sosiaalisen kuntoutumisen keskeinen tavoite. Tämän tavoitteen saavuttamiseksi on tärkeää asiakkaan kuuleminen ja vuorovaikutus. Voimavarakeskeistä toimintamallia voidaan tarkastella eri lähtökohdista. Mallin kehittäjät jakavat sen neljään käytäntöön: ”voimavarakeskeinen palveluohjaus, ratkaisukeskeinen terapia, työllistämisen yksilöllinen tukimalli ja voimavarakeskeinen yhteisökehittämisen malli”. Mallissa esiintyvät seuraavat piirteet: tavoitelähtöisyys, vahvuuksien systemaattinen arviointi, asiakkaan ja ympäristön resurssien huomioon ottaminen toiminnoissa ja tavoitteiden asettamisessa. Tärkeää on asiakkaassa toivon ylläpitäminen ja mielekkäiden valinnanmahdollisuuksien tarjoaminen. Voimavaroja voi olla yksilöllä itsellään sekä erilaisissa yhteisöissä ja verkostoissa. (Keskitalo & Vuokila-Oikkonen 2018.)

Osallisuudesta Suomessa on puolestaan säädetty useissa laeissa. Perustuslain mukaan ”Julkisen vallan tehtävänä on edistää yksilön mahdollisuuksia osallistua yhteiskunnalliseen toimintaan ja vaikuttaa häntä itseään koskevaan päätöksentekoon” (Suomen perustuslaki 1999, § 14). Myös kuntalaissa on käsitelty kuntalaisten osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksia. Keskeisiä asioita tässä ovat, että kunnan asukkailla ja palvelujen käyttäjillä on oikeus osallistua ja vaikuttaa kunnan toimintaan. Valtuuston on pidettävä huolta monipuolisista ja vaikuttavista osallistumisen ja vaikuttamisen mahdollisuuksista ja menetelmistä. Kunnan asioihin osallistumisen rinnalla esitetään, että osallistumista edistetään suunnittelemalla ja kehittämällä palveluja yhdessä palvelujen käyttäjien kanssa ja

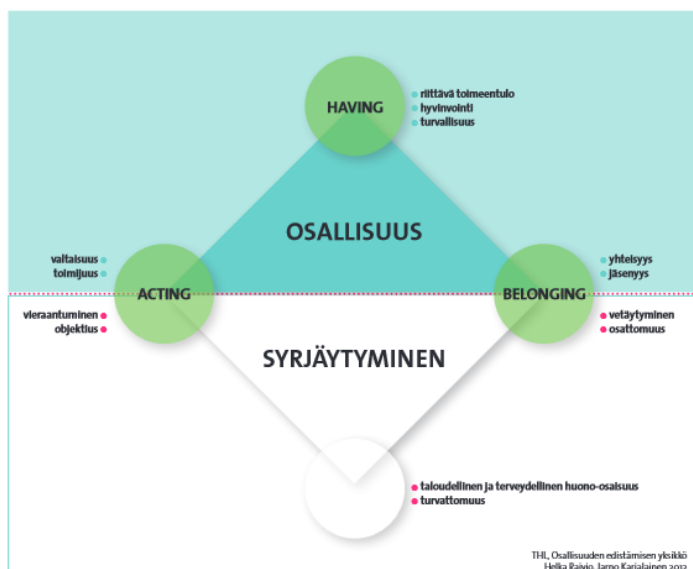
tukemalla asukkaiden, järjestöjen ja muiden yhteisöjen oma-aloitteista asioiden suunnittelua ja valmistelua. (Kuntalaki 2019, § 22.)

Osallisuuden ja osallistumisen käsitteet ja toiminnot ovat olleet esille sekä teoreettisissa hallinnollisissa lausunnoissa (esim. THL) että viime aikojen kehittämistyössä. Käsitteiden kenttä on runsas. Leeman ja Hämäläinen ovat käsitelleet artikkelissaan asiakasosallisuuteen, sosiaaliseen osallisuuteen ja matalan kynnyksen palveluihin liittyviä käsitteitä. Voidaan puhua asiakasosallisuudesta tai asiakkaan osallisuudesta. Asiakasosallisuus voidaan nähdä joko asiakkaan osallistumisena (participation) tai asiakkaan osallisuutena (involvement). Läheisiä termejä ovat lisäksi mm. voimaantumisen, sitoutuminen, yhteistoiminta, kumppanuus ja vaikuttaminen. Asiakasosallisuudessa voidaan erottaa myös eri tasoja. Yksinkertaisin on palautteen antaminen palveluista, mistä edetään asiakkaan vaikuttamismahdollisuuksiin ja mahdollisuuteen määrittää palvelujen toteuttamista. Asiakasosallisuus voi kohdistua toiminnan eri sisältöihin kuten tiedolliseen, suunnitteluun, päätöksentekoon, toimintaan ja arviointiin. Erityisesti arviointiosallisuus tulisi ottaa vastaan avoimesti ja olla valmiit parantamaan toimintaa palautteen pohjalta. (Leeman ja Hämäläinen 2016.)

Osallisuutta on selitetty monien eri mallien perusteella. Se voidaan nähdä liittymisenä (involvement) ja suhteissa olemista (relatedness) toisiin ihmisiin. Sitä voidaan tarkastella kuulumisena johonkin ryhmään (belonginess) ja yhteisyytenä (togetherness). Osallisuus voidaan nähdä mukaan ottamisena (inclusion) ja yhteensopivuutena (coherence) ryhmään. Osallisuus sisältää osallistumisen (participation) ja yksilön mahdollisuuden vaikuttaa (representation). Erilaisten osallisuuden muotojen toteutuminen edellyttää järjestämistä ja johtamista. Koska määritelmät ovat abstrakteja ja monitahoisia kielelliset vaikeudet ovat mahdollisia. Samalla monitahoisuus mahdollistaa hallinnonalojen ylittävää ymmärrystä. (Isola ym. 2017, 3.)

Raivio ja Karjalainen ovat esittäneet osallisuuden ja syrjäytymisen vastapareina sekä niihin vaikuttavat tekijät (Kuva 1). Käsitteissä heijastuu Allardin (1976) esittämät piirteet. Osallisuus rakentuu jäsenyydestä ja yhteisyydestä toisten ihmisten kanssa, taloudellisesta toimeentulosta ja turvallisuudesta sekä valtaisuudesta ja toimijuudesta yhteisössä. Osallisuus sisältää siten sekä yksilöllisen että yhteisöllisen tason. Syrjäytymiseen liittyy puolestaan osattomuus, vetäytyminen ja objektiivisuus, mikä voi ilmetä esimerkiksi palveluissa. Lisäksi taloudelliset vaikeudet ja turvattomuus edesauttavat syrjäytymisen kehittymistä. (Raivio & Karjalainen 2013.)

Sosiaaliseen osallisuuteen liittyy kokemuksellinen luonne. Raivion (2018) mukaan osallisuus on prosessi, joten sitä ei pidä tarkastella staattisena tilana. Osallisuus voi liittyä yksilötasolla kokemukseen kuulumisesta johonkin itselle tärkeään ryhmään. Yhteisössä osallisuus liittyy jäsenten kokemaan keskinäiseen luottamukseen ja arvostukseen sekä mahdollisuuteen toimia yhteisön jäsenenä.



KUVA 1. Osallisuus syrjäytymisen vastaparina (Raivio & Karjalainen 2013, Raivio 2018)

Sosiaalisen osallisuuden edistämisessä on tärkeää, että on tarjolla tilanteita osallistua sosiaaliseen toimintaan. Matalan kynnyksen palvelut tarjoavat sosiaalista osallisuutta erityisesti haavoittuvimmissa oloissa eläville. Kyseisillä palveluilla tavoitetaan myös sellaisia asiakkaita, jotka jäävät helposti muiden palvelujen ulottumattomiin. Sosiaaliministeriön lausunnon mukaan aikuissosiaalityön menetelmiä kehittämällä ja sosiaalista ja kuntouttavaa työtoimintaa kehittämällä voidaan vaikuttaa pitkäaikaistyöttömien ja vaikeasti työllistyvien työelämäosallisuuteen. Erityistä huomiota tulee kiinnittää erityisryhmien, esim. maahanmuuttajien ja mielenterveys- ja päihdekuntoutujien, koulutus- ja työmahdollisuuteen. Terveystuon kiinnittyminen aiempaa tiiviimmin työkykyä ylläpitäviin toimiin ja työllistymisprosesseihin pidetään tärkeänä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2012; Leeman & Hämäläinen 2016.)

”Sosiaalipoliittisesta näkökulmasta sosiaalinen osallisuus on muuttuva, dynaaminen prosessi, joka torjuu köyhyyttä ja syrjäytymistä, mahdollistaa yhteiskuntaan osallistumisen, tarjoaa mahdollisuuksia ja voimavaroja sekä edistää taitojen ja kykyjen kehittymistä.” Sosiaalinen osallisuus liittyy yhteiskunnan eri tasoihin, joita ovat: (1) markkinoille pääsy, joihin liittyy mm. työ- ja asuntomarkkinat, (2) instituutioihin pääsy kuten koulutus, (3) palveluihin pääsy kuten sosiaali- ja terveyspalvelut sekä (4) sosiaalisiin verkostoihin pääsy, mitä kuvaavat mm. perhe, ystävät ja harrastukset. Osallistuminen kuvaa yksilön mahdollisuuksia hyödyntää edellä kuvattuja palveluja. Osallistuminen puolestaan vaikuttaa yksilön kokemukseen, miten hän kokee oman osallisuutensa yhteisiin toimintoihin. Osallistuminen vaikuttaa siten yksilön sosiaaliseen osallisuuteen. Osallistuminen ja osallistaminen ei rajoitu yksilötasolle, vaan koko yhteiskunnan tulisi liittyä osallistumiseen ja osallistamiseen. Osallistumisen edistämisen arvioidaan voivan vaikuttaa mm. työvoimapolitiittisten palvelujen työkuultuuriin. (Leeman & Hämäläinen 2016.)

Isola työtovereineen (2017, 5) kuvaa osallisuuden ilmenemistä seuraavasti:

Osallisuus ilmenee: 1) päätösvaltana omassa elämässä, mahdollisuutena säädellä olemisiaan ja tekemisiään sekä ymmärrettävänä, hallittavana ja ennakoitavana toimintaympäristönä; 2) vaikuttamisen prosesseissa, joissa pystyy vaikuttamaan itsen ulkopuolelle esimerkiksi ryhmissä, palveluissa, asuinympäristössä tai laajemmin yhteiskunnassa; 3) paikallisesti, kun pystyy panostamaan yhteiseen hyvään, osallistumaan merkityksellisyyden luomiseen ja kokemiseen sekä liittymään vastavuoroiisiin sosiaalisiin suhteisiin.

Suomalaisen aikuisväestön keskuudessa tehdyssä FinSote 2019 -tutkimuksessa selvitettiin osallisuuden ja positiivisen mielenterveyden kokemuksia työmarkkina-aseman ja kotitalouden rakenteen mukaan. Osallisuutensa parhaimmaksi kokivat työssäkäyvät, eläkkeellä olevat ja perhevapaalla olevat naiset. Heidän positiivinen mielenterveytensä oli myös vahvinta. Heikoin osallisuuden tunne oli työttömillä ja työkyvyttömillä. Työkyvyttömien ja työttömien positiivinen mielenterveys oli heikoin. Sekä osallisuuden tunne että positiivinen mielenterveys olivat vahvinta henkilöillä, jotka asuivat puolison tai puolison ja vähintään yhden lapsen kanssa. (Hedman ym. 2021.)

On todettu, että sopivassa sosiaalisessa ympäristössä toiminta ja turvallinen vuorovaikutus vaikuttavat merkittävästi sosiaalisen hyvinvoinnin saavuttamiseen. Yhteisöjäsenyys merkitsee yksilölle mahdollisuutta kehittää taitojaan, suo mahdollisuuden vastavuoroiseen tukeen sekä sosiaalisen verkoston muodostumiseen. Samalla keskinäinen luottamus, ja yhteisöllisyys vahvistuvat. (Lääti 2013.) Edellä olevat tutkimukset osoittavat, miten tärkeää yhteiskunnassa on pyrkiä järjestämään erilaisia matalan kynnyksen toimintoja, joihin on helppo osallistua ja kokea osallisuutta yhteiseen toimintaan.

5 HEVOSAVUSTEINEN TOIMINTA HYVINVOINNIN EDISTÄJÄNÄ

5.1 Eläinavusteinen toiminta ja sen asema yhteiskunnassa

Eläinavusteinen toiminta on lisääntynyt viimeisten vuosikymmenten aikana huomattavasti. Eläinavusteiset toiminnot jaetaan erilaisiin toteuttamistapoihin. Eläinavusteista terapiaa (Animal Assisted Therapy, AAT) toteuttavat terveydenhuollon ammattihenkilöt. Sen tavoitteena on tukea asiakkaan fyysistä, kognitiivista ja sosiaalista toimintakykyä ja tunteita. Eläinavusteinen kasvatusta (Animal Assisted Pedagogy, AAP) pyrkii kasvatuksen ammattilaisen toteuttamana edistämään oppimista ja tiedollisia valmiuksia. Eläinavusteista toimintaa (Animal Assisted Action, AAA) toteuttavat yleensä vapaaehtoiset toimijat. Toiminta ei ole samalla tavoin tavoitteellista kuin AAT ja AAP. Edellisten lisäksi puhutaan myös eläinavusteisesta sosiaalityöstä (Animal Assisted Social Work, AASW). Tämä toiminta luokitellaan myös eläinavusteiseksi toiminnaksi. (Jokiniemi 2016, 13–14; Hautamäki, Ramadan, Ranta, Haapala & Suomela-Markkanen 2018, 6; Vehmasto & Lipponen 2021.) Kun puhutaan hevosavusteisesta toiminnasta, edellä olevista termeistä ensimmäinen A muutetaan E:ksi eli puhutaan Equine Assisted tai Equine Facilitated toiminnoista.

Suomessa eläinavusteiset toimet on luokiteltu neljään luokkaan: (1) eläinavusteinen sosiaali- ja terveysalan työ, (2) eläinavusteinen kasvatusta ja opetus, (3) eläinavusteinen hyvinvoinnin edistäminen ja (4) eläinavusteinen vapaaehtois- ja virkistystoiminta. Luokat 1–3 ovat ammatillista eläinavusteista työtä. Luokkaan 1 kuuluu mm. kuntoutus ja terapia sekä muut sosiaali- ja terveysalan palvelut. Sosiaali- ja terveysalan toimintojen tavoitteena varsinaisen terapian lisäksi on mm. syrjäytymisen ehkäisy, yksinäisyyden torjuminen ja mielialan parantaminen. Luokka 2 liittyy kiinteästi kouluun, koulutukseen ja opiskelijaterveydenhuoltoon. Luokka 3 voi liittyä mm. kunnan vastuulla olevaan terveyden edistämiseen ja se voi olla osana moniammatillista laajaa toimintamallia. Kaikissa edellä mainituissa toiminnoissa työskentely on tavoitteellista, suunnitelmallista ja dokumentoitua. (Eduskunnan eläinavusteisen työryhmä 2023a, Eläinavusteinen työ 2023.) Kansainvälisessä määritelmässä käytetyt käsitteet Animal Assisted Therapy, Animal Assisted Social Work ja Animal Assisted Care ovat kapealaisempia kuin edellä esitetyt vastaavat suomalaiset käsitteet.

Eläinavusteisten menetelmien käsikirjassa käsitteiden määrittely on suppeampi. Siinä on kolme luokkaa: (1) ammatillinen eläinavusteinen työ (Animal Assisted Therapy, Animal Assisted Pedagogy, Animal Assisted Education, Animal Assisted Social Work), (2) vapaaehtoinen eläinavusteinen toiminta (Animal Assisted Activity) ja (3) muu ammatillinen eläinavusteinen työ (Animal Assisted Coaching). (Hautamäki, Ramadan & Vilhunen 2021.)

Hevosten käytöstä terapeuttisessa ratsastuksessa ovat vanhimmat kirjoitukset jo antiikin Kreikasta. Skandinaviaan terapeuttinen ratsastus tuli 1940-luvulla. (ks. Zasio 2015.) Suomessa kuten myös muissa maissa pääpaino on ollut ratsastusterapiassa. Uudenmaan sairaanhoitopiiri ja HUS ovat ensimmäisinä Suomessa järjestäneet kunnallisen ratsastusterapiayksikön Lohjalle. Toiminnan asiakasryhminä ovat ensi sijassa psyykkisistä ongelmista kärsivät henkilöt. Toiminta on käynnistynyt jo 1997 Paloniemen sairaalan yhteydessä. Vuonna 2014 psykiatrinen ratsastusterapiayksikkö perustettiin Lohjalle Laakspohjan kartanoon. (Purola 2018.)

Lipponen ja Fagerström käsittelevät artikkelissaan sosiaalipedagogisen hevostoiminnan lainsäädännöllisiä lähtökohtia. He tarkastelevat toimintaa sosiaalisen kasvun tukemisen ja sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmasta. Sosiaalisen kasvun tukeminen voi tapahtua esimerkiksi kasvatus- ja ohjausalan ammattilaisten toimesta. Tavoitteena voi olla oppimisen edistäminen ja sosiaalisten suhteiden tukeminen. Toiminta ottaa huomioon yksilölliset tarpeet, mutta pyrkii tukemaan yhteisöllisyyttä. (Lipponen & Fagerström 2019.)

Sosiaalinen kuntoutus hevosavusteisesti ja päivätoiminta hevosalleilla on ilmoituksenvaraista sosiaalipalvelua, jota aluehallintovirastot valvovat (Lipponen & Fagerström 2019). Yksityisten sosiaalipalvelujen tuottajan, joka tuottaa muita kuin ympärivuorokautisia sosiaalipalveluja, on tehtävä kirjallinen ilmoitus toiminnasta ennen sen aloittamista tai olennaista muuttamista kunnan toimielimelle siinä kunnassa, jossa palveluja tuotetaan. Kunnan velvollisuus on antaa saamansa tiedot viipymättä aluehallintoviranomaiselle. (Laki yksityisistä sosiaalipalveluista 2011.) Eduskuntaan on perustettu eläinavusteinen työryhmä, minkä tavoitteena on kehittää eläinavusteisuutta ihmisten hyvinvoinnin lisäämiseksi Suomessa (Eläinavusteinen työryhmä 2023b).

5.2 Sosiaalipedagoginen hevostoiminta

Suomessa on ratsastusterapian rinnalle kehitetty sosiaalipedagoginen hevostoiminta. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan alkujuuret ovat 1990-luvun lopussa. Varsinaisesti toiminta alkoi 2000-luvulla Kuopion yliopiston ja Suomen Ratsastajainliiton yhdessä aloittamana kehittämistyönä ”Ratsastuspedagogia ehkäisemään lasten ja nuorten syrjäytymistä”. Opetus- ja kulttuuriministeriö tuki toimintaa apurahalla. Pian toiminnan nimi laajennettiin sosiaalipedagogiseksi hevostoiminnaksi. Ensimmäinen täydennyskoulutus järjestettiin Kuopion yliopistossa vuonna 2002. Koulutukseen pääsyn edellytyksenä oli, että hakijalla on sosiaali-, kasvatus- tai terveysalan ammatillinen koulutus sekä riittävä kokemus hevostoiminnasta. Koulutuksen sisältö perustui sosiaalipedagogiseen viitekehykseen. (Hämäläinen & Koistinen 2019.)

Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa keskiössä on dialogisuus, mikä merkitsee asiakkaan aitoa kuuntelemista. Hevonen toimii tässä tärkeänä työparina. Lisäksi hevonen mahdollistaa muiden elementtien, elämyksellisyyden, toiminnallisuuden ja yhteisöllisyyden toteutumisen. Näiden elementtien perusteella syntyvät sosiaalipedagogisen hevostoiminnan vaikutukset sosiaaliseen, psyykkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin ja toimintakykyyn. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan peruselementit yhdistyvät kunkin toimijan aikaisempaan koulutukseen. Näin niistä syntyy käyttöteoria, mikä ohjaa toimintaa. (Lipponen & Vehmasto 2019, 80.)

Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ohjaajan keskeiset työtteet ovat tavoitteellisuus, ammatillisuus ja vastuullisuus. Toiminnan edellytyksenä on, että asiakkaan näkökulmasta on asetettu tarkoituksenmukaiset tavoitteet, joihin pyritään. Yleisiä tavoitteita ovat toimintakyvyn vahvistaminen ja hyvinvoinnin lisääminen. Tämän lisäksi otetaan huomioon kunkin asiakkaan erityiset tavoitteet. Ammatillisuuden näkökulmasta toiminta tarkoittaa sitä, että vahvistetaan asiakkaan kuvaa itsestään ja voimavaroistaan. Vastuullisuuteen kuuluu, että palvelut ovat laadukkaita asiakkaan näkökulmasta. Toinen keskeinen vastuullisuuskysymys on hevosen hyvinvoinnista huolehtiminen. (Lipponen & Vehmasto 2019, 80–81).

Sosiaalipedagogista hevostoimintaa toteutetaan erilaisissa tilanteissa erilaisten tuentarpeiden parissa. Vehmasto ja Lipponen ovat esittäneet hevostoiminnan portaikon. Ratsastusterapia on portaikon ensimmäinen porras. Se on perinteisin toiminnan muoto, ja sen toteuttaja on terapeutti. Seuraavana on kolme porrasta, joiden toteuttajana on sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ohjaaja. Ensimmäinen näistä portaista on sosiaalinen kuntoutus, missä käytetään lähtökohtana sosiaalipedagogista orientaatiota. Seuraavana portaana on sosiaalisen kasvun tuki, mitä voidaan toteuttaa opetuksessa, kasvatuksessa ja yleensä hyvinvoinnin edistämisessä. Kolmantena sosiaalipedagogisena portaana on sosiaalisen kasvun tuki, mitä toteutetaan virkistys- ja harrastuksena. Tavoitteena voidaan pitää, että asiakas pystyy liikkumaan portaikolla eteenpäin kevyempiä tukitoimia kohti. Edellä esitettyjen portaiden lisäksi on hevosalan ohjaajan toteuttama hevosten harrastustoiminta, ratsastus ja pararatsastus. (Lipponen & Vehmasto 2019, 81–82.)

5.3 Hevosavusteisen kuntoutuksen merkitys

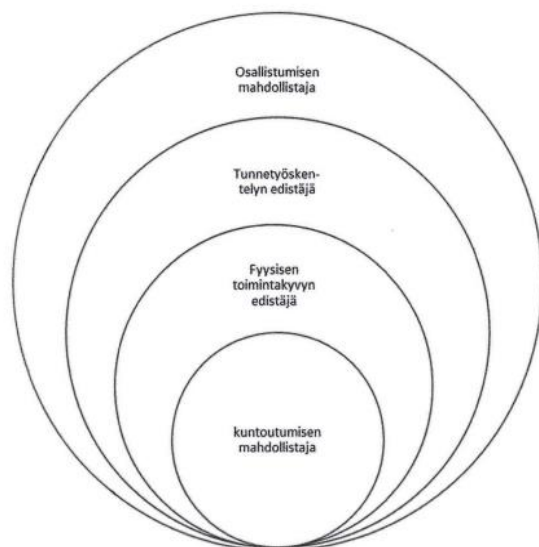
Jyväskylän yliopistossa tehdyssä, Kelan rahoittamassa tutkimuksessa tehtiin laaja haku hevosavusteisista tutkimuksista. Tutkimusten mukaan hevostoiminnalla saattaa olla positiivisia vaikutuksia eri kuntoutujaryhmiin. Tutkimusten erilaisuus, pienet ja heterogeeniset tutkimusryhmät, osallistuneiden valikoituneisuus, tutkimusasetelmat ym. ovat vaikuttaneet heikentäen tutkimusten yleistettävyyteen. Suurin osa tutkimuksista keskittyi ratsastusterapiaan ja erilaisiin vammaisryhmiin. (ks. Aartolahti, Sjögren, Piirainen, Rintala, Raatikainen & Heinonen 2017; Parviainen 2020, 67–68.)

Mattila käytti omassa tutkimuksessaan edellä esitetyn Jyväskylän yliopistolla tehdyn tutkimuksen aineistoa. Hänen tutkimuksensa perustuu asiakkaiden haastatteluihin. Tutkimuksessa löytyi seitsemän merkityskokonaisuutta: (1) luottamus, (2) läheinen hevonen, (3) tunteiden peili, (4) innostava ratsastus, (5) pystyvyyden tunne, (6) kuntoutujälähtöisyys ja (7) yhdistävä kokemus. Edellä esitetyillä merkityskokonaisuuksilla oli vahvoja vuorovaikutussuhteita keskenään. Näihin vuorovaikutuksiin liittyi mm. kunnioitus, voimaantuminen, läheisyys, turvallisuus, keskittyminen ja peilaus. (Mattila 2019, 26.)

Mattila jäsentää hevosavusteisen toiminnan kolmeen kehään kuntoutumisprosessissa. (1) Ensimmäinen on tunnistamisen kehä. Siinä luottamuksella sekä ohjaajaan että hevoseen, hevosen läheisyydellä ja tunteiden peilillä on keskeinen merkitys. Tunteiden peiliin liittyvät omat tunteet, hevosen luonteen tunnistus, vastavuoroisuus ja turvallinen ympäristö. Tähän kehään liittyy kuntoutujan vahvuuksien ja tavoitteiden tunnistaminen. (2) Hevosavusteisen kuntoutuksen tuetun toimijuuden kehässä keskeiset tekijät ovat edellä esitetty luottamus, kuntoutujälähtöisyys ja yhdistävä kokemus, mikä auttaa luontevaan keskusteluun. Tässä vaiheessa kuntoutujaa rohkaistaan laatimaan itselleen tavoitteita ja uskomaan omiin vahvuuksiinsa niiden saavuttamiseksi. (3) Hevosavusteisen kuntoutuksen voimaantumisen kehässä läheinen hevonen, innostava ratsastus lisäävät pystyvyyden tunnetta. Pystyvyyden tunteeseen liittyy vastuun saaminen, onnistumiset ratsastuksessa sekä talliyhteisön jäsenyys. Voimaantumisessa kuntoutuja tulee hyväksytyksi ryhmässä, hän osallistuu tallitöihin ja saa kokemuksia omasta pystyvyydestään. (Mattila 2019, 30–35.)

Honkanen (2019, 32) on käyttänyt omassa tutkimuksessaan myös edellä mainitun Jyväskylän yliopiston tekemän tutkimuksen haastatteluaineistoa. Hän selvitti ratsastusterapeuttien ja

sosiaalipedagogisten hevosohjaajien käsityksiä hevosavusteisesta kuntoutuksesta. Honkasen mukaan hevosavusteista kuntoutusta voidaan tarkastella kuntoutuksen hierarkisena laajentumisena. Kyseiset kehät on esitetty kuvassa 2.



KUVA 2. Hevosavusteisen kuntoutuksen hierarkinen kuvauskategoria (Honkanen 2019, 32)

Kehien ytimessä on kuntoutumisen mahdollistaminen, seuraavina kehinä fyysisen toimintakyvyn edistäminen, seuraavana tunnetyöskentelyn edistäminen ja uloimpana laajimpana kehänä osallistumisen mahdollistaminen. Hevosen rooli on erilainen kehien eri tasoilla. Suppeimmillaan hevonen koetaan motivoijana ja sitouttajana kuntoutukseen. Seuraavassa fyysisen toimintakyvyn edistämisessä hevonen tarjoaa mahdollisuuden liikkeeseen. Ratsastaessa hevosen liike ja lämpö auttavat kuntoutujaa mm. rentoutumaan. Liike voi toteutua myös hevosta maasta käsin taluttaessa. Tunnetyöskentelyn edistämisessä hevosen rooli motivoijasta ja liikkeen tarjoajasta laajenee lohdun tuottajaksi ja tunteiden peilaajaksi. Tämä auttaa käsittelemään omia tunteita. Laajimmassa osallistumisen mahdollistamisessa hevonen nähdään ystävänä, joka ei arvostele, on hyväksyvä ja tasapuolinen. Hevosen kautta voidaan harjoitella ihmissuhteita ja sosiaalisia taitoja. (Honkanen 2019, 31–32.)

Tutkimuksessa on analysoitu myös talliympäristön merkitystä eri kehissä. Suppeimmillaan talliympäristö tarjoaa tavallisesta poikkeavan kuntoutumisen mahdollisuuden ja laajimmillaan se tarjoaa haasteita ja mahdollisuuksia osallistua oikeaan, konkreettiseen tekemiseen. Tämä lisää osallistumisen mahdollisuuksia ja osallisuuden kokemusta. (Honkanen 2019, 31–32.)

Häivölä tutki edellä mainitun Jyväskylän yliopistolla tehdyn tutkimuksen puitteissa sitä, millainen merkitys hevosavusteisella kuntoutuksella on kuntoutuspalveluja tarjoavien ammattilaisten näkökulmasta. Heidän mukaansa asiakkaat hyötyvät kiistattomasti hevosavusteisesta toiminnasta. Toimintaan liittyvä monipuolisuus ja toiminnallisuus toimivat motivoivina tekijöinä. Ydinmerkitykset toiminnassa olivat hevosen merkitys, ammattilaisuus ja tavoitteellinen kuntoutustoiminta. Hevosavusteisuus koettiin innostavana, motivoivana ja asiakkaita hyödyntävänä. (Häivölä 2022, 50.)

Edellä kuvatut tutkimukset ovat pääasiassa painottuneet hevosavusteisen toiminnan ammattilaisten käsityksiin hevosavusteisuuden merkityksestä. Ainoastaan Mattilan tutkimus käsitteli kuntoutettavien kokemuksia. Lisäksi tutkimukset perustuivat pääosin yksilöohjaukseen, jolloin varsinainen ryhmän merkitys jää puuttumaan. Hevosavusteisesta toiminnasta on tehty runsaasti tutkimuksia, mutta valtaosa niistä on tehty lasten ja nuorten parissa tai vastaajina on ollut, kuten yllä on mainittu, toiminnan toteuttajat.

Parviainen selvitti aiempiin tutkimuksiin perustuen hevosen kuntouttavaa voimaa mielenterveyskuntoutujien sosiaalisessa kuntoutuksessa. Tutkimus perustui 17 tutkimukseen, mitkä täyttivät vaaditut kriteerit. Pääosin ratsastusterapiaan liittyvien tutkimusten perusteella oli nähtävissä vähintään keskitason vaikutuksia kuntoutujien emotionaaliseen hyvinvointiin ja positiivisia vaikutuksia psykososiaaliin haasteisiin. Fysiologisilla ja biokemiallisilla muutoksilla katsotaan olevan huomattava merkitys kuntoutujan hyvinvoinnin ja sosiaalisen aktiivisuuden lisäämisessä. Yhteisötaidot ja osallisuuden kokemus voivat vaikuttaa pitkäaikaisesti ja ovat tärkeitä kuntoutumisprosessissa. Hevosavusteinen toiminta auttaa saavuttamaan sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteita elämänlaadun näkökulmasta ainakin yksilötasolla. (Parviainen 2020, 72–75.)

Mertojoki pyrki pro gradu -tutkimuksessaan selvittämään ”millaisia vaikutuksia eläinavusteisella interventiolla on sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmasta”. Tutkimus perustuu vertaisarvioituihin englanninkielisiin tutkimuksiin. Kriteerit täyttävän haun perusteella löytyi seuraavat määrät tutkimuksia: Socindex 301, Scopus 202 ja Social Science database Proquest 188 artikkelia. Näistä valikoitui jatkoon mukaan 188 artikkelia ja näistä tarkempaan analyysiin valikoitui 88 tutkimusta. Lopulliseen analyysiin sisältyi vain 12 artikkelia. Tutkimuksessa ei ollut yhtään suomalaista tutkimusta. Hevonen oli mukana kuudessa tutkimuksessa, mutta ainoastaan yhdessä käsiteltiin työikäisiä. Kyseiset osallistujat olivat miesvankeja. Vaikka osallistujat edustivat hyvin erilaisia ryhmiä, löytyi aineistosta yhteisiä piirteitä. Tällaisia olivat: emotionaalisten tarpeiden täytyminen, taitoja harjaannuttava, mahdollistava, motivoiva, normalisoiva ja voimaannuttava vaikutus sekä yhteyden kokemus. (Mertojoki 2023, 22, 26–38.)

Sinkkonen toteaa, että eläimet täyttävät monenlaisia tunnetarpeita. Lemmikkiä voi katsella, koskella ja helliä. Se reagoi herkästi erilaisiin ei-kielellisiin viesteihin ja fyysisiin liikkeisiin. Lemmikin läheisyys voi tyydyttää läheisyyden ja lohdutuksen tarpeita. Kaltoin kohdellut ja traumatisoituneet henkilöt suhtautuvat usein ihmisiin varauksellisesti. Tällöin kiintymys eläimeen voi olla merkittävä tervehtymisen edistäjä. (Sinkkonen 2018, 81–85.)

Perheentupa (1995, 98–100) toteaa, että elämä on kokemista ja vain koettu on aidosti todellista. Kokemusten summaa hän kutsuu kokemustodellisuudeksi. Jokainen uusi kokemus suodattuu aikaisempien kokemusten kautta, mutta antaa samalla kokemustodellisuudelle uusia merkityksiä. Liittyminen toisiin ihmisiin merkitsee hänen mukaansa yhteisen kokemustodellisuuden kehittymistä. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan yksi tavoite on yhteisen kokemustodellisuuden muodostuminen.

6 HEVOSPAJATOIMINTA SOSIAALISEN KUNTOUTUKSEN TOIMINTAMUOTONA

Kasvuntuki yli esteiden -yrityksen hevospajatoiminnan kolme keskeistä periaatetta ovat: osallisuus, yhteisöllisyys ja hyvinvointi. Lähestymistapa on voimavarakeskeinen toiminta sekä yksilö- että ryhmäohjauksessa. Toiminta perustuu sosiaalipedagogiseen viitekehykseen. Tavoitteena on löytää asiakkaan kykyjä, taitoja ja voimavaroja sekä kehittää tavoitteisuutta ja tulevaisuuteen suuntautuneisuutta omaan elämään. Edistymisen huomaaminen ja kannustaminen ovat oleellinen osa kuntoutusta. Toimintaa toteutetaan tavoitteellisesti, ammatillisesti ja vastuullisesti. (www.kasvuntukiyhteisten.com.)

Kasvuntuki yli esteiden -yrityksen toiminta liittyy osa-alueisiin acting ja belonging (vrt. Raivio & Karjalainen 2013, 16–17). Tallitöiden tekeminen, hevosten hoitaminen, liikuttaminen/ratsastaminen sekä ympäristöstä huolehtiminen edustavat toimintaa. Yhdessä kyseisten tehtävien tekeminen, ruokailu- ja kahvitaumat sekä keskusteluhetket ovat osa yhteisöllisyyttä ja osallisuutta ryhmään.

Hevosavusteisen sosiaalisen kuntoutuksen viitekehykseksi soveltuu voimavaralähtöisyys. Keskitalo ja Vuokila-Olkkonen (2018) ovat käsitelleet artikkelissaan kuntoutumista voimaantumisprosessina. Tavoitteena on asiakkaan voimaantuminen omassa arkipäivän elämässään. Tätä prosessia pyritään tukemaan etsimällä asiakkaan vahvuuksia, joiden avulla hän pystyy ratkaisemaan ongelmiaan.

Tapaamisissa käytetään hyväksi eläinten ja luonnon voimaannuttavia ja hoivaavia elementtejä. Tässä hevosavusteisuus on keskeinen tekijä. Hevosten hoitaminen, ruokinta ja taluttaminen ovat monesti yhtä tärkeitä kuin ratsastaminen. Hevosten hyvinvoinnista huolehtiminen peilautuu myös omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen. Hevosen kanssa voi rauhassa myös käydä läpi tunteitaan.

Vuonna 2020 alkoi yrityksessä aikuissosiaalityön sosiaalinen kuntoutus, minkä toteutumismuotona oli hevosavusteinen tuettu työtoimintavalmennus. Toiminta tapahtuu Kasurilan ratsutallilla sisältäen hevosten hoitoa, tallin ja ympäristön siisteydestä huolehtimista, aitojen tekemistä sekä muita pieniä kunnostustöitä. Toimintaa on 3–4 tuntia päivässä ja 1–3 kertaa viikossa asiakkaan tilanteen mukaan. Vuoden 2023 alussa toiminta siirtyi Pohjois-Savon hyvinvointialueen palvelusetelitoiminnaksi.

7 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Tutkimukseni tarkoituksena on kuvata asiakkaiden näkemyksiä hyvästä ja huonosta hevosavusteisesta tuetusta työtoimintavalmennuksesta eli hevospajatoiminnasta. Tutkimuksessa kuvataan, millaisia tekijöitä asiakkaat liittävät positiiviseen kokemukseensa tuetusta työtoimintavalmennuksesta ja millaisia tekijöitä he liittävät kielteisenä kokemaansa toimintaan. Tavoitteena on saadun tiedon avulla kehittää hevospajatoimintaa vastaamaan asiakkaiden toiveita ja tarpeita mahdollisimman hyvin. Kokemusten perusteella voidaan myös luoda uusia käytänteitä toimintaan. Tällä pyritään asiakkaiden hyvinvoinnin lisäämiseen ja sosiaaliseen kuntoutukseen.

Tutkimuskysymyksiä ovat,

1. millaiset tekijät liittyvät asiakkaiden arvioimana hyvään tuettuun työtoimintavalmennukseen eli hevospajatoimintaan ja
2. millaiset tekijät liittyvät asiakkaiden arvioimana huonoon tuettuun työtoimintavalmennukseen eli hevospajatoimintaan.

8 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

8.1 Laadullinen tutkimus

Tutkimuksen toteutin laadullisen tutkimuksen menetelmin. Aineistonkeruun menetelminä ovat mm. haastattelut, elämäkerrat, päiväkirjat ja havainnointi. Tärkeää on tutkittavan näkökulma. Tutkittava ryhmä on yleensä suhteellisen pieni. Tutkimuksessa ei aseteta ennakko-oletuksia, vaan aineisto analysoidaan aineistolähtöisesti. Luonteenomaista on aineistojen tarinallisuus ja tutkijan subjektiivisuus ja valinnan vapaus. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006, luku 1.)

Laadullisen tutkimuksen aineisto pyritään pitämään yhteydessä kontekstiinsa. Aineiston koostumusta ei pyritä ohjailemaan esimerkiksi strukturoidulla kyselylomakkeella. Sitoutuminen lähelle menevään tarkasteluun merkitsee mm. sitä, että tutkija on yhteydessä niihin tekoihin ja asioihin, joita hän yrittää ymmärtää. Tämä voi toteutua läheisellä suhteella tutkittaviin, menemällä mukaan toimintaan tai läheisellä ja yksityiskohtia tarkastelevalla aineiston käsittelyllä. (Juhila 2006a.) Tässä tutkimuksessa tutkittavat olivat osallistuneet useista viikoista lähes kahteen vuoteen hevospajatoimintaan, joten he olivat heille tutussa kontekstissa.

Merkittävä ominaisuus on tutkimuksen keskittyminen toimintaan. Tällöin tutkimuksen kohteena ovat tavat, joille tutkittavat antavat merkityksiä ja tuottavat sosiaalista järjestystä. Tutkimuksessa tarkastellaan, miten merkitykset liittyvät ihmisten aktiiviseen toimintaan ja vuorovaikutukseen. Subjektuuden arvostaminen merkitsee sitä, että tutkittavien kokemuksia, tavoitteita ja merkityksiä arvostetaan ja heitä kohdellaan subjektuuden omaavina toimijoina. Tällöin puhutaan persoonallisesta subjektuudesta. Sosiaalisesta subjektuudesta on kyse silloin, kun tutkittavat yhdessä luovat jaettuun merkityksiä. Subjektuus liittyy myös tutkijaan itseensä tutkimuksen analysoinnin ja tulkinnan kautta. Koontina voi todeta, että laadullisella tutkimuksella pyritään kuvaamaan ”maailmaa tutkittavien ihmisten ja heidän keskinäisen toimintansa näkökulmista, ei tarkkailla ja selittää heitä ja heidän käyttäytymistään ulkopuolelta.” (Juhila 2006a.) Tässä tutkimuksessa pyritään selvittämään hevospajatoimintaa kokonaisvaltaisesti.

Laadullisessa tutkimuksessa pyritään saavuttamaan tutkimuksen kohteena olevien ihmisten elämämaailma. Tutkittavaa asiaa tarkastellaan tutkimuksessa mukana olevien ihmisten kokemustodellisuuden kautta. Tällä tavoin pyritään näkemään tutkittava ilmiö tutkimukseen osallistuvien näkökulmasta. (Huhtinen & Tuominen 2020, 297–298.) Tavoitteenani on ymmärtää tutkimuksen kohteena olevaa ilmiötä, kuntouttavaa työpajavalmennusta eli hevosavusteista pajatoimintaa osallistujien subjektiivisesta näkökulmasta. Tällöin tutkimusaineisto kerätään mahdollisimman avoimin menetelmin (ks. Kylmä & Juvakka 2007, 26–28). Tutkimuksella pyritään selvittämään tutkittavien subjektiivinen, aito kokemus hevospajasta.

8.2 Aineiston keruu

Tutkimuksen kohderyhmänä olivat aikuissosiaalityön asiakkaat, jotka osallistuivat tuettuun työtoimintavalmennukseen eli niin sanottuun hevospajatoimintaan. Tutkimusajankohtana hevospajalla käyvää 7 asiakasta allekirjoitti suostumuslomakkeen (Suostumislomake liite 1). Asiakkaat osallistuivat hevospajatoimintaan 1–3 kertaa viikossa. Aineisto kerättiin helmikuussa 2023.

Aineistonkeruun menetelmänä käytin eläytymismenetelmää. Eläytymismenetelmää on toteutettu eri tavoin eri tutkimuksissa. Useissa tutkimuksissa osallistujat ovat vastanneet joko positiivista tai negatiivista tilannetta kuvaavaan kehyskertomukseen. On myös tutkimuksia, joissa tutkimukseen osallistujat ovat vastanneet molempiin kehyskertomuksiin. Näin erityisesti on toimittu, jos osallistujien määrä olisi muutoin jäänyt pieneksi. (Wallin.)

Eläytymismenetelmää on alettu käyttää suomalaisissa tutkimuksissa 1980-luvulta alkaen lisääntyvässä määrin eri tieteenaloilla (Eskola, Mäenpää & Wallin 2017). Merkittävän panoksen kyseisen menetelmän käyttöön on antanut Jari Eskolan 1998 ilmestynyt eläytymismenetelmää käsittelevä väitöskirja (Posti-Ahokas, Haveri & Palojoki 2015). Eläytymismenetelmä perustuu lyhyiden tarinoiden kirjoittamiseen annetusta teemasta. Tutkija laatii kehyskertomuksen, josta laaditaan vähintään kaksi eri versiota muuntelemalla yhtä tekijää. Tämä variaatioiden merkitys on keskeinen. Kehyskertomusten laadintaan tulee kiinnittää erityistä huomiota, sillä niiden onnistumiseen perustuu saadun informaation laatu. Kehyskertomusten tulee olla suhteellisen lyhyitä ja helposti ymmärrettäviä. Menetelmä voi olla joko niin sanottu aktiivinen tai passiivinen. Aktiivisessa vaihtoehdossa jatketaan kehyskertomuksen tapahtumia eteenpäin. Passiivisessa lähestymisessä puolestaan kuvataan, mitä on tapahtunut ennen kehyskertomuksessa kuvattua tilannetta. Tulosten käsittelyssä tulee muistaa, että kirjoitukset eivät kuvaa suoraan esimerkiksi tapahtumia, vaan ovat vastaajien käsityksiä mahdollisista tilanteista. (Eskola & Suoranta 1998, 111–118, Wallin.)

Kehyskertomusten variointi korostaa eläytymismenetelmän erityisluonnetta aineiston keruun menetelmänä. Se jäljittelee tietyllä tavalla perinteistä koeasetelmaa. Siinä selvitetään, mikä vastauksissa muuttuu, kun yhtä tekijää kehyskertomuksessa muutetaan. Juuri tämä varioinnin vaikutusten tarkastelu tekee menetelmästä mielenkiintoisen. (Eskola & Suoranta 1998, 111–118; Eskola & Pietilä 2002, 244–246.) Eläytymismenetelmissä vastaamiseen menee keskimäärin aikaa 25 minuuttia (Rantanen, Wallin & Eskola 2017).

Tässä tutkimuksessani eläytymismenetelmässä käytettiin seuraavasti; kaikille osallistujille annettiin kaksi kehyskertomusta vastattavaksi. Näin on mahdollista saada laajempi kuva toimintaan liittyvistä näkökulmista. Positiivisessa vaihtoehdossa asiakkaita pyydettiin kuvaamaan hevospajan päivää silloin, kun päivä oli ollut hyvä. Toisessa kehyskertomuksessa tilanne oli ollut huono ja asiakkaita pyydettiin kuvaamaan, mitä päivän aikana oli tapahtunut.

1. kehyskertomus

Eläydy alla olevaan tilanteeseen ja kirjoita, mitä ajattelet päivän mittaan hevospajalla tapahtuneen ja millaista siellä on ollut.

Kaino on osallistunut hevospajatoimintaan ja on nyt lähdössä kotiin. Hän miettii, että oli päivää hyvä. Kerro tarina tapahtumista ja tilanteista, joita päivään mittaan on tapahtunut. Kerro mahdollisimman monista asioista. Voit jatkaa paperin kääntöpuolelle.

2. kehyskertomus

Eläydy alla olevaan tilanteeseen ja kirjoita, mitä ajattelet päivän mittaan hevosparilla tapahtuneen ja millaista siellä on ollut.

Kaino on osallistunut hevosparatoimintaan ja on nyt lähdössä kotiin. Hän miettii, että oli huono päivä. Kerro tarina tapahtumista ja tilanteista, joita päivän mittaan on tapahtunut. Kerro mahdollisimman monista asioista. Voit jatkaa paperin kääntöpuolelle.

Asiakkaat osallistuivat tutkimukseen anonyymeina. He palauttivat tarinansa kirjekuoressa suljettuun laatikkoon taukotuvassa, millä menettelyllä mahdollistettiin vapaa ja avoin vastaaminen. Jokainen sai kirjoittaa vastauksensa omaan tahtiinsa taukotuvassa.

8.3 Aineiston analysointi

Laadullisten aineistojen analysoinnissa tulee kiinnittää huomiota aineistojen yhteiskunnalliseen merkitykseen, riittävyteen, analyysin kattavuuteen, arvioitavuuteen ja toistettavuuteen (Eskola & Suoranta 1998, 215). Kiinnitin edellä esitettyihin seikkoihin huomiota sekä aineiston keräyksessä että analysoinnissa.

Laadullisen aineiston analysoinnin suoritin aineistolähtöisesti. Luin vastaukset useaan kertaan. Litteroin vastaukset kahdeksi kokonaisuudeksi eli positiiviseen ja negatiiviseen kehyskertomukseen liittyvät tarinat erikseen. Tämän jälkeen luin edelleen vastauksia ja aloin teemoitella niitä. Teemoittelu on suositeltava tapa erityisesti käytännön ongelmien ratkaisemisessa (Eskola & Suoranta 1998, 216, Kylmä & Juvakka 2007, 22–23.) Teemoittelussa otetaan esiin keskeisiä asiakokonaisuuksia ja usein esiintyviä piirteitä, mitkä liittyvät tutkimustehtävään (Juhila 2006b).

Tämän jälkeen aloin koota samaa asiaa koskevat ilmaisut omiksi kokonaisuuksiksi. Kuvassa 3 on esimerkki laajimman kokonaisuuden analyysistä. Kyseinen kokonaisuus sisälsi runsaasti keskusteluihin ja ihmissuhteisiin liittyviä sisältöjä. Aluksi muodostin kolme teemaa: (a) keskustelut, (b) ihmissuhteet ja (c) ilmapiiri. Yhdistin edellä olevat kolme teemaa ja nimesin sen (1) vuorovaikutukseksi ja yhteisöllisyydeksi.

Vastauksista muodostin edellä kuvatulla menetelmällä lisäksi seuraavat teemat: (2) toiminta eläinten kanssa ja (3) tallityöt. Edellä olevat teemat nousivat selvästi esiin niin positiivisista kuin negatiivistakin hevosparipäivää kuvaavissa tarinoissa. Lisäksi oli muutama kokoava kuvaus, joiden nimeksi annoin (4) voimaannuttava luonto. Lisäksi negatiivisen päivän kuvaukseen liittyi voimakkaasti oman huonon olon kuvaaminen eli teemana (5) oma huono olo. Tämän jälkeen järjestin kunkin teeman näkökulmat niin, että ensimmäisinä olivat yksinkertaiset, lyhyet vastaukset. Viimeisimmiksi laitoin kutakin teemaa laajasti kuvaavat näkemykset. Pyrin ottamaan huomioon kaikki aineistosta itsestään nousevat vaihtoehtoiset näkemykset.

Eläytymismenetelmää käytettäessä aineisto analysoidaan tavallaan kahteen kertaan, mikäli kehyskertomuksia on kaksi. Näin se analysoidaan ”normaalina tutkimuksen tematiikasta kertovana laadullisena aineistona pelkistäen sitä, mikä vastauksissa muuttuu, kun kehyskertomuksessa muutetaan yhtä keskeistä tekijää”. (Eskola, Mäenpää & Wallin 2017, 6.) Omassa aineistossani tämä tarkoittaa sitä, että vertaan myönteisestä ja kielteisestä päivästä syntyviä teemoja ja niiden sisältöjä. Mikäli

aineistosta syntyy jokin teema vain toisen kehyskertomuksen tarinoissa, se otetaan myös huomioon omana teemana. Tulosten käsittelyssä on muistettava, että eläytymismenetelmän avulla syntyneet tarinat eivät välttämättä ole kokemuksia todellisuudesta, vaan ne kertovat, mitä eri asiat merkitsevät ja mikä saattaa toteutua tutkittavan elämässä (Posti-Ahokas, Haveri & Palojoki 2015).

Alkuperäinen ilmaus	Alaluokka	Yläluokka
<p>hyviä keskusteluja; käytiin läpi kuulumiset; juotiin kahvia ja juteltiin; oli kiva kuunnella muiden juttuja, vaikka itse ei aina niin puhukaan; keskustelua oli ryhmän kesken, muttei liikaa eikä liian syvällisiä; kaikki saivat puheenvuoron ja tulivat kuulluiksi; lopuksi juteltiin vielä vähän ja ehti sanoa jos jotain on mielen päällä; kiva kun joku hiljainen tyyppi alkaa avautumaan ja uskaltaa puhua; iltapäivällä juteltiin ohjaajan kanssa; pääsee puhumaan mieltään painavista asioista ohjaajan kanssa;</p>	keskustelut	
<p>minut otettiin huomioon; täällä käy kivaa porukkaa; muut osallistujat vaikuttivat ystävällisiltä; odotin että näen tallikaverit, joista osasta on tullut jo hyviä ystäviä; ruokatauolla juttelin niitä näitä tallikavereiden kanssa, naurattikin jokin asia; Kaino on nähnyt tallilla muita ihmisiä niin vanhoja tuttuja kuin uusia tuttavuuksiakin; Kainoa kuunnellaan tallilla ja ollaan kiinnostuneita Kainon elämästä; ohjaaja huomioi kaikki; tulee olo, että ohjaajaa aidosti kiinnostaa</p>	ihmissuhteet	vuorovaikutus ja yhteisöllisyys
<p>ilmapiiri on rento ja avoin; yhteishenki on mukava; on hyvä olo; Kaino on kiertänyt erilaisia kuntoutuksia, mutta ei ole aiemmin kokenut tulleen ymmärretyksi</p>	ilmapiiri	

Kuva 3. Esimerkki aineiston analysoinnista

9 TULOKSET

9.1 Vastausten yleiskuva

Kehyskertomuksien käsin kirjoitetut vastaukset vaihtelivat A4:n koko sivuisista vastauksista muutama riviin. Lähes kaikki kehyskertomuksen 1 kuvaukset olivat vähintään puolen sivun pituisia. Positiivisen kehyskertomuksen vastaukset olivat runsaampia kuin negatiiviseen kehyskertomukseen liittyvät vastaukset. Positiiviset kertomukset sisälsivät usein koko päivää kuvaavan prosessin, kun taas negatiivisissa kertomuksissa tuli useammin esiin yksittäisiä irrallisia näkemyksiä.

Toinen merkittävä ero kehyskertomuksiin vastaamisessa oli, miten niiden tunnelmaan johdateltiin. Positiiviset kuvaukset alkoivat yleensä suoraan pajatoiminnan kuvauksella aamukahvin merkeissä. Negatiiviseen kehyskertomukseen liittyvät kuvaukset alkoivat hyvin eri tavoin. Negatiiviset kuvaukset alkoivat oman pahan olon, väsymyksen, kipujen tai muiden itseen liittyvien ongelmien kuvauksella.

9.2 Positiivisen päivän kuvaukset

9.2.1 Yhteisöllisyys ja vuorovaikutus

Yhteisöllisyys ja vuorovaikutus olivat eniten esiin nousseet aiheet vastauksissa. Kuvassa 3 on esitetty tähän kuuluvien kuvauksien analyysi. Kuvaukset on esitetty siten, että ensimmäisenä ovat lyhyet kuvaukset ja sitten edetään vuorovaikutuksen syventymiseen sekä vuorovaikutukseen ohjaajan kanssa. Useat asiakkaat mainitsivat hyvät keskustelut positiivisina tekijöinä hyvänä päivänä. Kertomuksissa kerrotaan aamukahvin juonnin ohessa tapahtuvista keskusteluista, jolloin *käytiin läpi kuulumiset*. Myös sitä pidettiin hyvänä, ettei tarvitse välttämättä itse puhua, mutta silti on kiva kuunnella toisten keskustelua.

Yhteisöllisyyteen liittyy mm. se, että pajassa kävijät koetaan kivoiksi. *Osallistujat vaikuttivat ystävällisiltä ja yhteishenki oli mukava*. Toisten tapaaminen tallilla mahdollistaa sekä entisten tuttavien tapaamisen että uusien tuttavuuksien luomisen. Toiminnan merkitystä kuvastaa se, että osasta on tullut hyviä, tärkeitä ystäviä. Yhteisöllisyys ja empaattisuus tulee selvästi esiin, kun iloitaan siitä, että joku hiljainen osallistuja rohkaistuu puhumaan ja avautumaan. *Ilmapiiri on mielestäni rento ja avoin, mikä vaikuttanee keskustelujen kokemiseen positiivisena*.

Vastaajien mielestä on tärkeää, että heitä kuunnellaan, huomioidaan ja ollaan kiinnostuneita heistä. *Ohjaaja huomioi kaikki ihmiset*. Tärkeää on myös, että kuunteleminen on aitoa. *Tulee olo, että ohjaajaa aidosti kiinnostaa*. Päivän kuvauksissa ilmenee, että vielä iltapäivällä keskustellaan ja on mahdollisuus kertoa ohjaajalle, *”jos on jotain mielen päällä”*. Jollakin on kokemuksia monista erilaisista kuntoutuksista, mutta kokee, ettei ole tullut ymmärretyksi ja autetuksi aiemmin.

9.2.2 Toiminta eläinten kanssa

Hevosten harjaamisen ja taluttamisen mainitsivat kaikki osallistujat osana hyvää pajapäivää. Kuvauksiin sisältyi hevosten rapsuttelua, silittelyä ja taluttelua. Myös hevosen hyvästä olosta huolehtiminen tuo hyvää mieltä. *Hevoset rouskuttelivat onnellisena heinää ja nauttivat harjailusta*.

Hevosen merkitys hyvän olon tuojana esiintyi useissa kuvauksissa. *Hevosten harjaaminen on terapeutista ja hevosista tulee hyvä olo*. On tärkeää, että eläimet reagoivat myös vastavuoroisesti.

Lempi hevonen hörisi, kun näki minut, tuli hyvä mieli. Osallistujat kokivat myös yleisemmällä tasolla, että eläimet rauhoittavat ja tuovat iloa. Hevosten ohella myös muiden eläinten merkitys voi olla tärkeä. Tällainen voi olla kissan silittäminen tai kun *koira tulee innokkaasti luokseni, unohdan hetkessä väsymyksen ja ahdistuksen.* Eläimet voivat antaa toiminnan ja tunteiden ohella myös elämälle merkityksellisyyttä. *Eläinten parissa työskentely antaa paljon, koen itseni merkitykselliseksi.*

9.2.3 Tallityöt

Hyvänä päivänä tallityöt koettiin positiivisiksi. Useissa tarinoissa kuvattiin tallitöiden tekemistä ja merkitystä. *Sitten tehtiin tallitöitä, tykkään tallihommista.* Osallistujat kuvasivat, että hyvänä päivänä *tallihommat sujuvat juontevasti omalla painollaan* ja että *työnjako on kaikkien kesken selkeä.* Positiiviseen kokemukseen oli yhteydessä se, että porukkaa on sopivasti ja näin ollen työ jakaantuu hyvin osallistujien kesken. *Oli kiva tehdä fyysisiä töitä.* Tähän liittyi myös fyysisen liikunnan tuoma väsymys.

9.2.4 Voimaannuttava luonto

Tallille tulemiseen liittyi luonnon positiivisena kokeminen. *Aamulla linnut lauloivat ja aurinko paistoi.* Talliin liittyvä kokemus, että *maalaismiljöön on rauhoittava* ja *Kainon mielestä on kiva päästä välillä pois kaupungin vilkseestä.* Joissakin kirjoituksissa korostui kokonaisvaltaisesti eri teemojen sisältö. Seuraavassa muutama esimerkki siitä, miten hevospajatoiminta voi vaikuttaa kokonaisvaltaisesti. *Päivän päätyttyä oli sopivan väsynyt olo ja ajattelin että ehkä tästä elämästä vielä jotain tulee ja olin onnellinen, että ainakin saan käydä tallilla.* Joku koki ulkoilman kirkastaneen ajatuksia. Toinen asiakas kirjoitti: *Tuntuu, että tässä on hyvä olla, eikä murheet ehtineet painaa.*

Laajimmin hevospajatoiminnan positiivisia mahdollisuuksia kuvasi eräs asiakas. Kuvauksessaan hän yhdisti kaikki edellä olevat teemat kokonaisuudeksi. *Nyt raittiissa maalaisympäristössä ja itselleen mieluisassa toimintaympäristössä ystävällisten ihmisten ympäröimänä ja ihanien eläinten kanssa hän kokee pilkahduksen toivoa ja iloa. Yksi hyvä päivä voi tuoda tullessaan uutta elämänsisältöä ja uusia hyviä päiviä. Kaino lähtee toiveikkain mielin kotia.* Tällaisen päivän antama toivo voi kantaa merkittävällä tavalla elämässä eteenpäin.

9.3 Negatiiviseen päivään liittyvät kuvaukset

9.3.1 Oma huono olo ja vuorovaikutus

Oma huonon olon tema leimaa kaikkia kuvauksia huonosta hevospajapäivästä. Tällöin osallistujat kuvaavat, että he ovat väsyneitä, ovat nukkuneet huonosti tai ovat kipeitä. Tallille tuleminen vaatii suuria ponnisteluja. Aamulla tallilla ahdistaa kaikki ihmiset tai jännittää, kun on uusia pajalaisia. Huonona koetaan, jollei hänen pahaa oloaan tunnisteta.

Väsyneenä ei jaksaisi myöskään keskustella paljoa taukotuvalla, eikä varsinkaan jaksaa kuunnella mitään negatiivista. Tällöin *hän ei jaksaa kipujensa vuoksi jutella kenenkään kanssa.* Tällöin myös *ohjaajan puheet ottaa jotenkin päähän.* Myös joku kokee tallikaveritkin vaisuiksi ja miettii, oliko itse sanonut jotain väärää. Huonoa on myös se, jollei ehdi kertoa omasta huonosta olostaan ohjaajalle ennen päivän päättymistä.

9.3.2 Toiminta eläinten kanssa

Huonona koettuna päivänä eläimiin liittyviä seikkoja kuvataan vähän. Joitakin mainintoja oli siitä, että hevosten hoito jäi vähäiseksi. Oma väsymys vaikutti myös siihen, ettei itse jaksanut hoitaa hevosia. Oman pahan olon koettiin myös heijastuvan hevosiin, kun ne koettiin äksyinä. *Hevonenkin vaistoa paskan olon ja näykkäisee takaisin.*

9.3.3 Tallityöt

Oma paha olo vaikutti kokemukseen tallitöistä. *Kauno on fyysisesti hyvin kivulias. Sen vuoksi hän ei pysty osallistumaan toimintaan ja häntä kehoitetaan lepäämään taukotuvassa.* Jatkuvien terveysongelmiensa kanssa eläminen vie niin psyykkisiä kuin fyysisiäkin voimavaroja. *Kainon mieli on kovin matalalla ja miettii jatkuvatko nämä kivut ikuisesti, tuleeko koskaan parempia päiviä.*

Huonona päivänä porukkaa on vähän ja tällöin työt tuntuvat raskailta. Tallitöihin meneminen oman pahan olon saattamana liittyi siihen, että työt väsyttävät. Tämä saattaa ärsyttää. Tallityöt saattavat toimia myös pahan olon purkamiskeinona. *Sitten tallitöihin purkamaan raivoa.* Toiminnan avulla voi myös voimaannuttaa itseään. *Kaino ei kuitenkaan halua keskittyä negatiivisiin asioihin ja ajattelee mieluummin, että pystyi tekemään tallihommia, vaikka olo olikin keho.* Fyysinen väsymys voi toimia siltana psyykkisten vaikeuksien hallinnassa.

10 POHDINTA

10.1 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Tein tutkimuksen omassa yrityksessäni, minkä voidaan ajatella vaikuttavan vastauksiin. Louhialan (2018) mukaan sidonnaisuus merkitsee mahdollista eturistiriitaa, mikä voi liittyä esimerkiksi taloudellisiin tekijöihin, asiantuntijatehtäviin tai omistusoloihin. Louhialan mukaan kaikilla on joitakin sidonnaisuuksia, mutta ne eivät välttämättä johda esteellisyyteen. Tärkeää on tiedostaa sidonnaisuudet. Omassa työssäni esittelin asiakkaille tutkimuksen tarkoituksen ja toteutuksen. Tämän jälkeen asiakkaat saivat täyttää tutkimukseen osallistumissuostumuksen. Keräsin tutkimusaineiston nimettömänä niin, etten käyttänyt mitään tunnisteita. Itse en ole hevospajan ohjaajana ja tapaan hevospajan asiakkaita vain satunnaisesti. Vuoren mukaan tutkijan asemassa keskeistä on luottamus niin, että tutkittavat voivat luottaa siihen, että heidän anonymiteettinsä säilyy. Eettisten periaatteiden mukaisesti tutkijan ”tulee kunnioittaa tutkittavien ihmisarvoa, yksityisyyttä, itsemääräämisoikeutta ja muita oikeuksia”. Lisäksi tulee välttää vahingon tuottamista ja vääriä tulkintoja esimerkiksi oman ajattelun erilaisuudesta johtuen. Tutkija voi ymmärtää ja selittää tutkittavien näkemyksiä, vaikka ne poikkeaisivatkin hänen omista arvoistaan ja ajattelustaan. (Vuori)

Toinen tekijä on objektiivisuus, mikä on keskeinen osa tieteellisyyden ihannetta, koska tieteellisen tuloksen tulisi riippua tutkimuskohteesta eikä tutkijasta. Objektiivinen arvostelma on puolueeton ja ylittää henkilökohtaisuuden. Voidaan kysyä, onko tällainen mahdollista. Onkin esitetty, että standardia pitäisi alentaa. Täydellinen objektiivisuus ei kuitenkaan ole mahdollista, sillä tutkijan ei ole mahdollista sulkea pois omaa ajatteluaan. Siksi on tärkeää, että tiedostaa omat asenteensa mahdollisimman hyvin. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Tutkimusta arvioitaessa tutkijan osuus on aina mukana ja tulokset ovat aikaan, paikkaan ja tutkijaan sidoksissa. Kuvaus on siten aina jonkinlainen kuvaus tutkittavasta tilanteesta. (Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja 2021.)

Laadullisen tutkimuksen aineiston riittävyttä tarkastellaan saturaation avulla. Saturatio eli kylläytyminen merkitsee sitä, että samat vastaukset alkavat toistua eri henkilöiden vastauksissa. Tutkimuksen autenttisuutta voidaan lisätä käyttämällä suoria lainauksia. (Tutkimusmenetelmien soveltaminen 2018.) Tutkimukseni huonoa päivää kuvaavat kirjoitukset alkoivat yhtä kirjoitusta lukuun ottamatta oman huonon olon kuvauksella. Muita toistuvia asioita olivat jaksamisen puute. Hyvän päivän kuvauksissa vuorovaikutuksen merkitys, yhteisöllisyys eri muodoissa ja hevosiin liittyvät positiiviset kokemukset toistuivat kirjoituksissa. Näin ollen aineiston saturatio oli hyvä.

Eläytymismenetelmä on menetelmä, missä voi käyttää mielikuvitusta ja vastata omien asiaan liittyvien mielipiteiden pohjalta. Kehyskertomukset pyritään laatimaan lyhyiksi ja napakoiksi, jotta vastaa- jaa johdateltaisiin mahdollisimman vähän ja annettaisiin mahdollisimman paljon tilaa vastaajan omille tulkinnoille ja mielikuvituksen käytölle. Pitkissä kehyskertomuksissa on vaarana, että kehyskertomukseen liittyvä variaatio häviää. Eläytymismenetelmä soveltuu hyvin tutkimuksiin, joissa pyritään löytämään uusia näkökulmia tai toimintamuotoja. (Wallin.) Asiakkaiden vastauksissa ilmenee kuitenkin hyvin voimakas sidonnaisuus hevospajan käytäntöihin. He kuvaavat toimintojen etenemisen aamukahvista ja sen yhteydessä keskusteluista tallin siivoukseen, ruokailuun, hevosten

hoitamiseen ja heinien jakamiseen. Tällä perusteella uskon ainakin osan asioista kuvaavan hevospajan nykyistä toimintaa.

Hyvän tieteellisen käytännön mukaan tutkimuksen eettisyyteen kuuluu tietyt menettelytavat. Keskeiset piirteet ovat luotettavuus, rehellisyys, arvostus ja vastuunkanto. Luotettavuudella varmistetaan tieteellisen toiminnan laatu tutkimuksen suunnittelusta voimavarojen käyttöön. Rehellisyys merkitsee avointa, rehellistä ja oikeudenmukaista raportointia. Myöskään tutkimuksen kannalta kielteisiä piirteitä ei jätetä raportoimatta. Arvostus kohdistuu niin toisiin tutkijoihin kuin tutkittaviin ja koko yhteiskuntaan. Tutkija kunnioittaa sekä erilaisia kulttuuriperinteitä että ympäristöä. Vastuunkanto liittyy tutkimuksen koko elinkaareen. Tässä prosessissa eettisyydestä huolehtiminen tarkoittaa mm. tutkimusluvista, tieteenalain säännöistä, tutkittavien turvallisuudesta ja ympäristöstä huolehtimista. (Tutkimuseettinen toimikunta 2019, Tutkimuseettinen toimikunta 2023.) Edellä esitetyt luotettavuus, rehellisyys, arvostus ja vastuunkanto ovat toteutuneet tutkimuksessani. Aineiston kerääminen anonyymisti ja palauttaminen suljetussa kirjekuoressa suljettuun laatikkoon mahdollistivat sen, että jokaisen oli mahdollista vastata oman kokemuksensa perusteella. Aineiston käsittelyssä olen pyrkinyt ottamaan huomioon kaikki näkökohdat.

Sosiaalityön tutkimuksen eettisyyttä on tarkasteltu omana erityispiirteitä omaavana tutkimusalueena. Tällaisia piirteitä ovat mm. tutkimukseen osallistuvien mahdollinen haavoittuvuus sekä yhteiskunnallisesti vaikeat ja sensitiiviset tutkimusaiheet. Sosiaalityön tutkimusten yhtenä tärkeänä piirteenä on, että tutkimuksella annetaan ääni tutkittaville. Tällöin tutkimuksen tulisi heijastaa hyvää ammatillista käytäntöä ja tutkimuksen arvopohjan tulee arvostaa ja vahvistaa tutkittavia. Sosiaalityön tutkimus liittyy käytäntöön ja sen tavoitteena on edistää yhteiskunnallisia menettelytapoja. (Pekkarinen 2014, 36–40.) Tutkimukseni liittyy olennaisesti yritykseni toimintaan ja käytännön toimintojen kehittämiseen. Asiakkaiden omien mielipiteiden tuominen käytäntöön osoittaa, että heidän mielipiteitään arvostetaan.

10.2 Tulosten tarkastelu

10.2.1 Yhteisöllisyys ja vuorovaikutus sosiaalisen osallisuuden tukena

Hyvän hevospajapäivän kuvauksissa nousivat voimakkaasti esiin keskustelut, vuorovaikutus ja hyvä ilmapiiri. Kyseiset tekijät lisäävät osallisuutta ja sitä kautta hyvinvointia ja vaikuttavat syrjäytymistä ehkäisevästi (Raivio & Karjalainen 2013.) Sosiaalisen kuntoutuksen asiakkailta esiintyy usein ahdistuneisuutta ja masentuneisuutta. Turvaverkko on mahdollisesti hyvin kapea ja osalla ei ole lainkaan läheisiä tukena. Siksi hevospajassa käydyt keskustelut saattavat olla osalle ainoita keskusteluja päivän mittaan. Osallisuus keskusteluihin ja yhteiseen toimintaan voivat merkittävällä tavalla vaikuttaa asiakkaiden kokemaan osallisuuden tunteeseen. Osallisuuden osatekijöinä yhteisyys ja jäsenyys (belonging) sekä toimijuus (acting) ovat keskeisessä asemassa. Lisäksi tuttu ryhmä tarjoaa turvallisuuden tunnetta ja hyvinvointia (having). (ks. Raivio & Karjalainen 2013, 33.)

Hevospajatoiminnassa yhteisöllisyys, jäsenyys ja toimijuus tulevat asiakkaiden kirjoituksissa hyvin esille, kun he kuvaavat joko koko päivän toiminnan tai keskustelujen merkityksen hyvän päivän osana. Hevospajatoiminnan päivä alkaa yhteisellä kahvihetkellä ja keskustelulla. Tämän jälkeen mennään tekemään tallityöt, minkä jälkeen on ruokatauko. Tämän jälkeen ruokitaan hevoset ja

hoidetaan hevosia. Tällöin on mahdollista keskustella joko hevosten hoitamisen yhteydessä tai jatketaan keskustelua vielä taukotuvalla. Kyseisissä kuvauksissa ilmenee sosiaalipedagogisen hevostoiminnan keskeiset tekijät, toiminnallisuus, yhteisöllisyys ja dialogisuus. Nämä ovat ne elementit, mitkä edistävät sosiaalista, psyykkistä ja fyysistä hyvinvointia ja parantavat toimintakykyä (Lipponen & Vehmasto 2019, 80).

Sosiaalihuoltolaissa (2014, § 17) todetaan, että ryhmätoiminta ja tuki sosiaalisiin vuorovaikutussuhteisiin ovat sosiaalisen kuntoutuksen toimintamuotoja. Sosiaalisten taitojen vahvistuminen tarkoittaa sekä vuorovaikutustaitojen kehittymistä että kykyä toimia toisten ihmisten kanssa. Järjestelmätasolla se merkitsee asiakkaan ja ohjaajan keskinäistä kunnioitusta, tasavertaisuutta ja avointa vuorovaikutusta. (SOSKU 2018, 4–7.) Tutkimuksessa nousi esiin voimakkaasti vuorovaikutus sekä asiakkaiden että asiakkaiden ja ohjaajan kesken. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan keskiössä on dialogisuus (Lipponen & Vehmasto 2019, 80). Tallitoiminnassa on paljon tilanteita keskustelua varten. Aamukahvit ovat tärkeä yhteisöllinen hetki, mutta samalla silloin on mahdollisuus arvioida asiakkaiden yksilöllisiä tarpeita eli tehdä päivän toimintoja varten tilannekatsaus. Keskusteluissa jokainen voi tuoda yhteiseksi pohdittavaksi omia kokemuksiaan tai asioitaan tai keskustellaan yleisistä yhteiskuntaan ja elämiseen liittyvistä kysymyksistä. Aamukeskustelun pohjalta jatketaan usein myös yksilökeskustelua.

Useissa kirjoituksissa esiintyi myös yhteisöllisyyden merkitys, mikä on sosiaalisen hevostoiminnan keskeinen tavoite (Lipponen & Vehmasto 2019, 80). Hevospajaan osallistuvat ovat ystäväystyneet tai muodostaneet kaverisuhteita myös vapaa-ajalle. Esimerkki yhteisöllisyyden syntymisestä on mm. se, kun asiakkaat linja-autolakon aikana järjestivät keskenään kyydin tallille. He tahtoivat osallistua hevospajalle, vaikka kulkeminen vaati erityisjärjestelyä. Hevospajatoiminnan tuoma lisä myös vapaa-aikaan on merkittävä, koska useat asiakkaat asuvat yksin ja heillä ei välttämättä ole paljon kontakteja toisiin ihmisiin. Yhteisöllisyyden ja osallisuuden kokemusta kuvaa myös se, että asiakkaat ovat perustaneet keskenään WhatsApp -ryhmän, minkä kautta he voivat sopia mm. lenkillä käymisestä. Aiemmissä tutkimuksissa on todettu hevosavusteisuuden merkitys osallisuuteen. Honkasen (2019, 32) tutkimuksessa laajimmaksi vaikutuskehäksi muodostui osallisuuden mahdollistaminen. Parviaisen (2020) tekemässä aiempiin tutkimuksiin perustuvassa analyysissä todetaan, että toiminnan yhteisötaidot ja osallisuuden kokemus voivat vaikuttaa pitkäaikaisesti kuntoutumisprosessissa.

Asiakasosallisuuden kannalta on tärkeää, että asiakkaiden asiantuntemus hyväksytään. Hevospajalla on ollut mukana asiakkaita, joilla on jo tullessaan ollut hyvä asiantuntemus hevosista ja niiden hoidosta. Tallilla kaikkien taidot ovat kehittyneet. Yhtenä asiakkaiden asiantuntemuksen huomioimisen muotona on se, että uusi asiakas saa aluksi kumppanikseen pidempään hevospajassa toimineen, joka opastaa tallin toimissa. Näin toisaalta vahvistetaan asiakkaiden kokemusta heidän taitojensa arvostamisesta, mikä tukee heidän kokemustaan valtaistumisesta ja toisaalta tuetaan uuden asiakkaan integroitumista ryhmään. Tällä pyritään lisäämään asiakkaiden valtaistumista yhteisöllisyyden kautta. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2019, 70–71.)

Kielteiseen kehyskertomukseen liittyvät vastaukset olivat suhteellisen vähäisiä vuorovaikutuksen ja osallisuuden osalta. Lähinnä kuvauksissa tuli esiin oma paha olo, mikä heijastui ryhmässä olemiseen. Tällöin ei jaksanut keskustella eikä varsinkaan kuulla mitään negatiivisia asioita.

10.2.2 Eläimen merkitys sosiaalisessa kuntoutuksessa

Hevosien käytöstä kuntoutuksessa on runsaasti tutkimuksia. Ulkolaiset tutkimukset keskittyvät kuitenkin lähes kokonaan ratsastusterapiaan, mikä on yksilötoimintaa. Lisäksi tutkimuksiin osallistujien heterogeenisyys tekee tulkintojen tekemisen vaikuttavuudesta vaikeaksi. (Aartolahti, Sjögren, Piirainen, Rintala, Raatikainen, & Heinonen 2017, Equine Assisted Interventions 2022, Mertojoki 2023.) Suomessa kehitetty sosiaalipedagoginen hevostoiminta poikkeaa ratsastusterapiasta mm. siinä, että toiminta on usein ryhmässä tapahtuvaa. Sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan liittyvät tutkimukset käsittelevät toisaalta enimmäkseen lasten ja nuorten ryhmiä (Sosiaalipedagoginen hevostoiminta 2019; Mickelsson 2023). Toisaalta osa näistä tutkimuksista perustuu yksilövalmennukseen (Honkanen 2019, Mattila 2019). Aikuisryhmien hevosavusteista ryhmätoimintaa on tutkittu varsin vähän.

Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan keskeisinä piirteinä edellä mainittujen dialogisuuden ja yhteisöllisyyden lisäksi ovat toiminnallisuus ja elämyksellisyys (Vehmasto & Lipponen 2019, 80). Asiakkaiden antamissa hyvän tallipäivän kuvauksissa korostuu hevosten hoitamisen merkitys ja yleensä eläinten rauhoittava vaikutus. Ohjaajien käsityksen mukaan hevosen tarpeista huolehtiminen auttaa asiakkaita ymmärtämään myös omia tarpeitaan ja huolehtimaan niistä (Lipponen, Vehmasto, Salonen & Mäki-Opas 2023). Kokemus vastavuoroisesta hyvästä olostsa suuren eläimen kanssa voi olla voimaannuttava. Eräs asiakas totesi, että ”tätä päivää en tule unohtamaan koskaan. Iso lihamöykky käveli rinnallani ja totteli minua.” Tällainen ison eläimen antama luottamus merkitsee monelle erittäin paljon. Samoihin tilanteisiin liittyy myös elämyksellisyys. Erityisesti asiakkaat, jotka eivät ole aiemmin olleet tekemisissä hevosten kanssa, kasvavat kuin huomaamattaan hoitamaan ja taluttelemaan hevosia.

Mattila (2019, 30–35) jäseni hevosavusteisen toiminnan kolmeen kehään. (1) Ensimmäisessä kehässä tapahtuu tunnistaminen, jolloin henkilöiden välinen luottamus ja luottamus hevoseen on tärkeää. Tutkimuksessani asiakkaat kuvaavat aamukahvin tilanteena, jossa asiat ja tilanteet päivitetään. Vastauksista myös ilmenee, että suhteet ryhmän kesken ja suhde ohjaajaan ovat heidän mielestään luottamukselliset. (2) Toisena kehänä Mattilalla on hevosavusteisen kuntoutuksen tuettu toimijuus. Tähän liittyy Honkasen mukaan kuntoutujälähtöisyys ja yhdistävä kokemus, mitkä tukevat luontevaa keskustelua. Keskustelujen merkityksellisyys tuli asiakkaiden vastauksissa voimakkaasti esiin. Vaikka eläytymismenetelmän vastauksia ei voida pitää kuvauksina toteutuneesta toiminnasta, kuvausten yhdenmukaisuus käytännön toteutuksen kanssa on ilmeinen. Keskustelujen osuus päivän kokonaisuudessa on myös käytännössä merkittävä. Keskusteluissa toteutuu myös kuntoutujälähtöisyys. Jokainen voi osallistua sekä keskusteluihin että myös käytännön toimintaan oman toiveensa mukaisesti. (3) Kolmas kehä eli hevosavusteisen kuntoutuksen voimaantumisen kehä sisältää mm. läheisen hevosen hoitamisen, vastuun saamisen ja yhteiseen toimintaan osallistumisen. Näiden avulla pyritään pystyvyyden tunteen lisääntymiseen. Tähän kehään liittyy esimerkiksi asiakkaiden ilmaisema kokemus omasta merkityksellisyydestään hevosten hoitajana. Tätä kehää voidaan

vahvistaa mm. antamalla positiivista palautetta tehdyistä töistä. Kaiken kaikkiaan yksilöllisten tavoitteiden asettaminen, positiivinen vahvistus ja kannustus liittyvät tähän osioon.

Honkanen on esittänyt hevosavusteisen kuntoutuksen hierarkisina kehinä. Yksinkertaisimmillaan hevonen toimii motivoijana, seuraavaksi fyysisen toimintakyvyn edistäjänä, sitten tunnetyöskentelyn edistäjänä ja laajimpana kehänä osallisuuden mahdollistajana. (Honkanen 2019, 31–32.) Kuvauksissaan asiakkaat esittivät hyvän päivän kokemuksissa kaikkien kehien asioita, mutta pääpaino oli kehien tunnetyöskentelyn ja osallisuuden mahdollistamisessa. Honkasen tutkimus käsitteli kuntouttavan hevostoiminnan ohjaajien näkemyksiä toiminnasta. Omassa työssäni sitä vastoin asiakkaat itse antoivat merkityksiä hevosten kanssa toimiselle. Molemmissa oli samoja merkityksiä. Honkasen (2019) ja Mattilan (2019) kuvaama hevosavusteinen toiminta koski yksilöllistä toimintaa, kun omassa tutkimuksessani oli kyse ryhmätoiminnasta. Näistä tutkimusasetelmiin liittyvistä eroista huolimatta sekä ohjaajien että asiakkaiden näkemyksissä oli paljon yhtäläisyyksiä. Osallisuuden kokemus nousi esiin voimakkaasti.

Lipponen, Vehmasto, Salonen ja Mäki-Opas (2023, 51–55) ymmärtävät sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ”sosiaalisen kasvun ja hyvinvoinnin edistämisen prosessiksi”. He ovat tarkastelleet sosiaalipedagogisen hevostoiminnan vaikuttavia tekijöitä ohjaajien antamien raporttien perusteella. Taus-tateorian heillä on ollut kestävän hyvinvoinnin teoria ja sen ulottuvuuksien pohjalta johdetut luokat. Kyseiset luokat ovat *having*, *loving*, *being* ja *doing*. *Having* merkitsee, että hevonen osoittaa eläimen perustarpeet. *Loving* merkitsee hevosen roolia osana merkityksellistä sekä ihmisten keskinäistä että eläimen ja ihmisen välistä vuorovaikutusta ja tunnekokemuksia. *Being* liittyy hevosen osalta sen lajityypillisiin ominaisuuksiin muun muassa läsnäolon vahvistajana ja mielihyvän kokemusten tuottajana. *Doing* liittyy hevosen kohtaamiseen, tunteiden säätelyyn, hoivan antamiseen ja saamiseen.

Tutkimuksessani kissojen, koirien ja hevosten antama myönteinen palaute, hörähtely, kehrääminen ja hännän heilutus merkitsevät kiitosta huolenpidosta. Tallityöt ja vastuu hevosista merkitsevät asiakkaille luottamuksen saamista ja merkityksellisyyden kokemusta. Joillakin asiakkailta on syntynyt erityinen suhde johonkin tiettyyn hevoseen. Hevosten merkitys on laajentunut myös vapaa-aikaan, kun asiakkaat ovat maallaneet esimerkiksi tauluja hevosista ja itsestään hevosen kanssa. Asiakkaiden esittämät kokemukset liittyvät monelta osin edellä esitettyihin *having*, *loving*, *being* ja *doing* luokkiin.

Hevosapajatoimintaan liittyy myös laajempi luontolähtöisyys. Osa asiakkaista koki merkittävänä tekijänä maalaisympäristön ja siellä toimimisen. Maalaisympäristö sekä rauhoitti että toi uskoa tulevaan. Tyrväinen esittää monia luonnosta saatavia hyötyjä stressin lieventymisestä voimaantumiseen. Luonto vähentää ahdistuksen tunteita ja masentuneisuutta. Luonto vaikuttaa myös fyysiseen kuntoon, immuunipuolustukseen ja yleiseen hyvinvointiin. Mielenterveysshyötyjen saamiseen riittää 2–3 kertaa viikossa tapahtuva puolen tunnin oleskelu luonnossa. Luonnossa liikkuminen on myös hyvää terveysliikuntaa. (Tyrväinen 2023.) Hevosapajassa yhdistyy sekä luonto että toiminta. Hevosten liikuttaminen maasta käsin lisää erityisesti terveysliikuntaa.

Huonoina päivinä voimat eivät riitä edes aina hevosen hoitamiseen. Hevosen herkkyys tulee esiin vastauksissa, kun huonovointiset asiakkaat kokevat, että hevoset ovat tuollaisina päivinä äksyjä.

Tässä on hevosavusteisen toiminnan yksi merkittävä ulottuvuus. Hevonen antaa palautteen välittömästi.

10.3 Hevospajatoiminnan kehittäminen

Keskustelujen ohjaaminen vaatii hienovaraisuutta. Osalla asiakkaista on unio ongelmia ja jatkuvia kipuja, mitkä vaikuttavat jaksamiseen ja osallistumiseen. Keskustelujen ohjaaminen niin, ettei esimerkiksi väsynyt tai ahdistunut asiakas koe keskusteluja rasittavina, on tärkeää. Keskusteluissa on kuitenkin aina mukana useita henkilöitä, jolloin jokaisen kokemusta ei ole helppo tietää, ellei hän sitä ilmaise. Eri asiakkailla saattaa olla myös samana päivänä hyvin erilainen tunnetila ja halu käsitellä asioita, mikä voi johtaa erilaisiin kokemuksiin samasta tilanteesta. Keskustelut ovat vapaaehtoisia. Jokaisella on mahdollisuus lähteä esimerkiksi tallille omaan tahtiin. Tavoitteena kuitenkin on, että hevosrajassa pystytään huomioimaan jokaisen asiakkaan toiveet ja päivittäiset voimavarat mahdollisimman hyvin.

Varsinaisia uusia ehdotuksia tai toimintamuotoja ei asiakkaiden tarinoissa tullut esiin. Asiakkaiden kuvaukset antavat kuitenkin vahvistusta toiminnan merkityksellisyydestä ja heidän mahdollisuuksiinsa saada erilaisia kokemuksia osallisuudesta ja positiivisia elämyksiä elämään. Seuraava ote asiakkaan kirjoituksesta kiteyttää koko toiminnan tavoitteen. *Nyt raittiissa maalaisympäristössä ja itselleen mieluisassa toimintaympäristössä ystävällisten ihmisten ympäröimänä ja ihanien eläinten kanssa hän kokee pilkahduksen toivoa ja iloa. Yksi hyvä päivä voi tuoda tullessaan uutta elämänsäältä ja uusia hyviä päiviä. Kaino lähtee toiveikkain mielin kotia.*

10.4 Jatkotutkimusehdotus

Tämä tutkimus osoitti hevosrajatoiminnan tuovan osallisuutta ja merkityksellisyyttä aikuisten elämään. Tutkimusten mukaan 20–25 % nuorista kärsii jostain mielenterveysongelmasta. Lisäksi on todettu, että noin 75 % aikuisiän mielenterveysongelmista on alkanut 24. ikävuoteen mennessä ja noin puolet jo ennen 14 vuoden ikää. (Marttunen & Karlson 2013,10.) Koronan seurauksena nuorten yksinäisyys ja alakuloisuus lisääntyivät. Huomattava osa nuorista, jotka kokivat yksinäisyyttä ja/tai alakuloisuutta ei ollut käyttänyt mielenterveyspalveluja, vaikka koki tarvitsevansa niitä. Haavoittuvimmassa asemassa olleet nuoret kokivat korona-ajan muita vaikeampana. (Manner, Juvanen, Helfer & Nyysölä 2023.)

Korkeamäen ja kumppaneiden toisen asteen oppilaiden mielenterveyttä ja opintosuorituksia koskevassa tutkimuksessa todettiin, että mielenterveysongelmia kokeneilla oli muita useammin vaikeuksia opiskelussa ja he pitivät harvemmin opiskelusta. Mielenterveysongelmat ovat yksi merkittävä syy poissaoloihin, mitkä puolestaan ovat yhteydessä oppimissuorituksiin. Mielenterveysongelmista kärsineet olivat yksinäisempiä ja heillä oli myös kiusaamiskokemuksia muita useammin. Tukea ongelmiinsa opiskelijat kokivat saaneensa perheeltä, läheisiltä ja ystäviltä useammin kuin oppilaitoksista ja ulkopuolisilta palveluilta. Tutkijat toteavat, että ”opiskelijoiden mielenterveysoireilu on yhteydessä laajemmin hyvinvointiin ja terveyteen, opinnoissa suoriutumiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin”. Tämä merkitsee, että opiskelijoiden terveyteen tulee kiinnittää huomiota kokonaisvaltaisesti. Opiskelijoille suunnatuissa palveluissa tulee ottaa huomioon opiskelijoiden erilaiset tarpeet kokonaisvaltaisesti. (Korkeamäki, Parkkila & Poutiainen 2023, 52–57.)

Yhteiskunnassamme tulisi kiinnittää erityisesti huomiota nuorten mielenterveysongelmien kohtaamiseen. Nuorten kanssa kohtaamisia tulisi kokeilla uusissa ympäristöissä ja uusilla menetelmillä (Eduskunnan eläinavusteinen työryhmä). Hevosavusteisen toiminnan tärkeä etu on, että hoitoon sitoutuminen on korkeaa (Pitkänen 2021). Tunteiden läpikäyminen esimerkiksi eläimen kanssa voi olla tärkeää erityisesti yksinäisille nuorille. Nuorten elämän kannalta merkittävä siirtymävaihe on peruskoulusta toisen asteen kouluun. Tähän ikävaiheeseen liittyy yleisesti itsenäistyminen, mahdollinen muutto omaan asuntoon ja perheestä irtautuminen. Mielestäni voisi kokeilla hevosavusteista toimintaa toisen asteen ammatillisen koulun oppilaille, joilla on kouluongelmia tai vaara muutoin syrjäytyä. Hevosajatoiminnan kautta voitaisiin toteuttaa mm. terveystiedon opetus luontevasti. Kokeilusta saatujen tulosten perusteella tulisi arvioida toiminnan käyttökelpoisuutta.

LÄHTEET

- Aartolahti, Eeva, Sjögren, Tuulikki, Piirainen, Arja, Rintala, Aki, Raatikainen, Ilkka & Heinonen Ari 2017. Hevonen kuntoutumisen edistäjänä. <https://www.kela.fi/documents/10180/3908005/Aartolahti+Ratsastusterapia+%E2%80%93+vaikuttavuus+ja+merkitykset/>. Viitattu 22.10.2020.
- Allardt, Eric 1976. Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Porvoo: WSOY.
- Calves, Anne-Emmanuele 2009. Empowerment: The History of a Key Concept in Contemporary Development Discourse. *Revue Tiers Monde* 4 (No 200), 735-749. <https://www.cairn-int.info/journal-revue-tiers-monde-2009-4-page-735.htm>. Viitattu 23.11.2022.
- Carrell, Julie & Minkler, Meredith 2000. Freire's Message for Social Workers: Looking Back, Looking Ahead. *Journal of Community Practice*, Vol 8 (1), 21-37. <https://www.bu.edu/ssw/files/pdf/Carroll-J.-Minkler-M.3.pdf>. Viitattu 25.11.2022.
- Eduskunnan eläinavusteinen työryhmä. 2023a. <https://www.facebook.com/elainavusteinentyoryhma/>. Viitattu 5.4.2023
- Eduskunnan eläinavusteinen työryhmä: "Eläinavusteisuutta lisäämällä edistetään ihmisten hyvinvointia Suomessa" 2023b. <https://aamuset.fi/artikkeli/6156358>. Viitattu 18.11.2023.
- Eläinavusteinen työ ry 2023. Eläinavusteisuuden määrittely. <https://aamuset.fi/artikkeli/6156358>. Viitattu 10.1.2024.
- Eläketurvakeskus 2019. Työkyvyttömyyseläkkeelle siirrytään yhä useammin masennuksen vuoksi. <https://www.etk.fi/tiedote/tyokyvyttomuuselakkeelle-siirrytaan-yha-useammin-masennuksen-vuoksi>. Viitattu 25.2.2021.
- Equine Assisted Interventions. Scholarly Community Encyclopaedia. <https://encyclopedia.pub/entry/1694>. Viitattu 16.5.2023.
- Eskola, Jari 1998. Eläytymismenettelmä sosiaalitutkimuksen tiedonhankintamenettelmänä. Väitöskirja. Kuopion yliopisto. Tampere. TAJU, Tampereen yliopiston julkaisujen myynti.
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere, Vastapaino.
- Eskola, Jari & Pietilä, Anna-Maija 2002. Eläytymismenettelmä ja terveysvalinta; ekskursion eläytymismenettelmän käyttöön nuoren terveysvalinnassa. Teoksessa: Anna-Maija Pietilä, Tuovi Hakulinen, Eila Hirvonen, Päivikki Koponen, Eeva-Maija Salminen, Eeva-Maija & Kirsi Sirola (toim.) 2002. Terveiden edistäminen. Uudistuvat työmenettelmät. WSOY, Helsinki, 243–261.
- Eskola, Jari, Mäenpää, Tiina & Wallin, Anna 2017. Digitalisoitua ja monikielistyvä eläytymismenettelmä aikamme muutosten tutkimusvälineenä. Teoksessa Jari Eskola, Tiina Mäenpää & Anna Wallin (toim). Eläytymismenettelmä 2017. Perusteema ja 11 muunnelmaa. Tampere: Tampere University Press., 6–14.
- Flink, Niko, Honkalampi, Kirsi, Pajula, Jorma & Saarinen, Pirjo. Kuopion psykiatrian keskuksen palvelujen käyttäjät. Kuopion kaupunki, Terveystieteiden palvelualue, Mielenterveys- ja päihdepalvelut. https://www.kuopio.fi/documents/7369547/7555214/KPKraportti_080114.pdf/. Viitattu 13.10.2020.
- Forsell, Martta 2022. Lasten ja nuorten mielenterveysperusteinen tutkimus ja hoito 2020. Lähes joka viidennellä 18–22-vuotiaalla oli mielenterveyteen liittyvä käynti julkisessa terveydenhuollossa vuonna 2020. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Tilastoraportti 21. <https://thl.fi/tilastot-ja-data/tilastot-aiheittain/lapset-nuoret-ja-perheet/lasten-ja-nuorten-mielenterveys>. Viitattu 10.1.2024.

- Hautamäki, Laura, Ramadan, Farid, Ranta, Paula, Haapala, Eija & Suomela-Markkanen, Tiina 2018. Eläinavusteinen terapia. Katsaus tutkimuskirjallisuuteen ja toimintaan Suomessa. Kelan tutkimus. Kela, Työpapereita 140. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2018070631430>. Viitattu 17.10.2022.
- Hautamäki, Lotta, Ramadan, Farid, Vilhunen, Tuuli 2021. Millainen on hyvä eläinavusteinen interventio? Käsikirja eläinavusteisten menetelmien laadukkaaseen toteuttamiseen eri toimintaympäristöissä. Kela. Kuntouttamista kehittämässä 29. <https://helda.helsinki.fi/sever/api/core/bitstreams/06a4187d-0911-4c46-8755-cc16ffbe0c08/content>. Viitattu 20.11.2023.
- Hedman, Lilli, Ikonen, Jonna, Leemann, Lars, Koskela, Timo, Martelin, Tuija, Solin, Pia, Tamminen, Nina & Parikka, Suvi 2021. Osallisuuden kokemus ja positiivinen mielenterveys työmarkkina-aseman ja kotitalouden rakenteen mukaa – FiSote 2019 –tutkimuksen tuloksia. THL, Tutkimuksesta tiiviisti 5/2021. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-624-4>. Viitattu 20.10.2022.
- Heikkinen, Hannu 2015. Toimintatutkimus: kun käytäntö ja tutkimus kohtaavat. Teoksessa: Raine Valli & Juhani Aaltola (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Juva, PS-kustannus, 204–219.
- Hevosavusteinen oppiminen Suomessa. <https://www.facebook.com/people/Hevosavusteinen-oppiminen-Suomessa>. Viitattu 14.5.2023.
- Honkanen, Sari 2019. Hevosavusteisen kuntoutuksen merkityksellisyys kuntoutujalle. Fenomenologinen tutkimus ammattilaisten käsityksistä. Fysioterapian pro gradu –tutkielma. Jyväskylän yliopisto, Liikuntatieteellinen tiedekunta. URN:NBN:fi:jyu-201912055131.pdf;sequence=1. Viitattu 19.9.2022.
- Huhtinen, Aki-Mauri & Tuominen, Juha 2020. Fenomenologia. Ihmisten kokemukset tutkimuksen kohteena. Teoksessa: Anu Puusa & Pauli Juuti (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Tallinna, Gaudeamus, 296–307.
- Hyvällä Mielellä – Pohjois-Savo projekti 2020a. Esiselvityshanke. Vipuvoimaa EU:lta 2014–2020. <http://dynastyarkisto.joroinen.fi/kirjat/kokous/20202218-13-1.PDF>. Viitattu 4.1.2021.
- Hyvällä mielellä – Pohjois-Savo –projekti 2020b. Euroopan sosiaalirahaston (ESR) rahoittaman hankkeen kuvaus. <https://www.eura2014.fi/rrtiepa/projekti.php?projektkoodi=S22205>. Viitattu 4.1.2021.
- Häivölä, Sari 2022. Hevosavusteisen kuntoutuksen merkitys kuntoutuspalveluja tuottaville ammattilaisille – temaattinen analyysi ammattilaisten näkemyksistä. Fysioterapian pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto, Liikuntatieteellinen tiedekunta. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-201912055131>. Viitattu 19.9.2022.
- Hämäläinen, Juha & Koistinen, Kari 2019. Sosiaalisen hevostoiminnan tausta ja synty. Teoksessa: Maija Lipponen & Elina Vehmasto (toim.) Sosiaalipedagoginen hevostoiminta. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus 78, 6–11. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-326-864-7>. Viitattu 22.10.2021.
- Isola, Anna-Maria, Kaartinen, Heid, Leeman, Lars, Lääperi, Raija, Schneider, Taina, Valtari, Salla & Keto-Tokoi, Anna 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Työpapereita 33. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-917-0>. Viitattu 25.11.2021.
- Jokiniemi, Tiina 2016. Tallilla ei vaan voi rähjätä – Sosiaalipedagoginen hevostoiminta lasten ja nuorten kokemuksissa. Kasvatustieteen pro gradu –tutkielma. Oulun yliopisto, Kasvatustieteiden tiedekunta, Luokanopettajan koulutus. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:oulu-201611163045>. Viitattu 19.5.2021.
- Juhila, Kirsi 2006a. Laadullisen tutkimuksen ominaispiirteet. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto [verkkójulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto [ylläpitäjä ja tuottaja]. <https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus>. Viitattu 15.3.2023.

Juhila, Kirsi 2006b. Teemoittelu. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto [verkkojulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto [ylläpitäjä ja tuottaja]. <https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus>. Viitattu 10.3.2023.

Kela 2018. Mielenterveyden häiriöt vievät yhä useamman nuoren työkyvyn – vain joka viides palaa pysyvästi töihin. <https://www.kela.fi/-/mielenterveyden-hairiot-vievat-yha-useamman-nuoren-tyokyvyn-vain-joka-viides-palaa-pysyvasti-tyomarkkinoille>. Viitattu 28.11.2020.

Keskitalo, Elsa & Vuokila-Oikkonen, Päivi 2018. Voimavaralähtöisyys sosiaalisen kuntoutuksen viitekehystenä. Teoksessa: Harri Kostilainen & Ari Nieminen (toim.) Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia. DIAK. Työelämä 13, 84–116. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/141721/Diak_Tyoelama_13_verkko.pdf?sequence=4. Viitattu 24.11.2022.

Korkeamäki, Johanna, Parkkila, Minna & Poutiainen, Mirja 2023. Toisen ja korkea-asteen opiskelijoiden mielenterveysongelmien yhteys koettuun opintosuoriutumiseen, sosiaaliseen hyvinvointiin sekä tuen hakemiseen. Sosiaali- ja terveysturvan raportteja 26/2023. Viitattu

Kuntalaki 10.4.2015/410. Ajantasainen säädöskokoelma (8.2.2019/175). <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2015/20150410>. Viitattu 2.3.2022.

Kuopion kaupunki 2020. Palvelusetelipalvelujen palvelukuvaus ja palvelukohtainen sääntökirja. Työikäisten sosiaalisen kuntoutuksen palvelut. Perusturva ja terveydenhuolto, Aikuissosiaalityö, Sosiaalinen kuntoutus. <https://www.kuopio.fi/documents/7369547/8041959/SosKuntoutus+Palveluseteli>. Viitattu 22.7.2022.

Kylmä, Jari, Vehviläinen-Julkunen, Katri & Lähdevirta, Juhani. 2003 Laadullinen tutkimus; mitä, miten ja miksi? Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim 119(7):609–615. <https://www.duodecimlehti.fi/duo93495>. Viitattu 24.02.2021.

Kylmä, Jari & Juvakka, Taru 2007. Laadullinen terveystutkimus. Helsinki, Ediea Prima Oy.

Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja 2021. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/>. Viitattu 16.4.2023.

Laki yksityisistä sosiaalipalveluista. Finlex 22.7.2011/922. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2011/20110922#a922-2011>. Viitattu 19.10.2022.

Leeman, Lars & Hämäläinen, Riitta-Maija 2016. Asiakasosallisuus, sosiaalinen osallisuus ja matalan kynnyksen palvelut. Pohdintaa käsitteiden sisällöstä. Yhteiskuntapolitiikka 81(5):586–594. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2016102725606>. Viitattu 20.10.2022.

Lipponen, Maija & Fagerström, Nina. 2019. Sosiaalisen kasvun tukea vai sosiaalista kuntoutusta – lainsäädännön reunaehdot. Teoksessa: Maija Lipponen & Elina Vehmasto (toim.) Sosiaalipedagoginen hevostoiminta. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus 78, 12–17. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-326-864-7>. Viitattu 22.10.2021.

Lipponen, Maija & Vehmasto, Elina 2019. Johtopäätökset: Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan työote ja palveluiden portaikko. Teoksessa: Maija Lipponen & Elina Vehmasto (toim.) Sosiaalipedagoginen hevostoiminta. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus 78, 80–82. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-326-864-7>. Viitattu 12.10.2022.

Lipponen, Maija, Vehmasto, Elina, Salonen, Arto O & Mäki-Opas, Tomi 2023. Ohjaajien käsityksiä sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan osallistuvien hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä ja hevosen roolista asiakastyössä. Sosiaalipedagogiikka 24, 45–76. <https://doi.org/10.30675/sp.126111>. Viitattu 18.1.2024.

Louhiala, Pekka 2018. Tutkijan sidonnaisuudet. <https://vastuullinentiede.fi/fi/tutkimuksen-suunnittelu/tutkijan-sidonnaisuudet>. Viitattu 2.12.2023.

Lääti, Soile 2013. Sosiaalinen hyvinvointi mielenterveyskuntoutujien elämässä. Tutkimus sosiaalisen hyvinvoinnin merkityksistä nuorempien ja varttuneiden mielenterveyskuntoutujien keskuudessa. Pro gradu -tutkielma. Helsingin yliopisto, Valtiotieteellinen tiedekunta, Sosiaalityö. <http://helha.helsinki.fi/handle/10138/40975>. Viitattu 27.7.2022.

Manner, Joel, Jurvanen, Susanna, Helfer, Alix & Nyyssölä, Anni 2023. "Ankeeta on ollut" – Nuorten henkinen pahoinvointi korona-aikana. Nuorisotutkimusseura ry. Näkökulmia 91. Viitattu 15.4.2023.

Marttunen, Mauri & Karlson, Linnea 2013. Nuoruus ja mielenterveys. Teoksessa: Mauri Marttunen, Taina Huurre, Thea Strandholm & Riitta Viialainen (toim.) Nuorten mielenterveyshäiriöt. Opas nuorten parissa työskenteleville aikuisille. Opas 25. Tampere, Suomen Yliopistopaino Oy, 7–14. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110484/THL_OPA025_2013.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Viitattu 26.7.2022.

Mattila, Minna 2019. Vuorovaikutuksen merkitys hevosavusteisessa kuntoutuksessa: fenomenologinen tutkimus. "Se on se hevonen mikä mua auttaa". Fysioterapian pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteellinen tiedekunta. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:ju-201906143224>. Viitattu 25.9.2022.

Mertojoki, Virpi 2023. Eläinavusteisen intervention vaikutukset sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmasta. Pro gradu -tutkielma. Itä-Suomen yliopisto. Yhteiskuntatieteen laitos, Sosiaalityö. Viitattu 28.11.2023.

Mickelsson, Ritva 2023. Lessons Learned from Horses. Three Pedagogical Interventions Promoting Well-being of Students with Special Educational Needs. Doctoral Dissertation. University of Helsinki. Faculty of Educational Sciences. Kasvatustieteellisiä tutkimuksia nro 156. https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/352403/mickelsson_ritva_dissertation_2023.pdf. Viitattu 25.3.2023.

Mielitekomedia. <https://www.mielitekomedia.fi/>. Viitattu 2.12.2023.

Mäki-Opas, Tomi, Vaarama, Marja, Valkonen, Tarmo, Leinonen, Jaana & Syväjärvi, Antti. PROMEQ-konsortio. Työkalupakki vaikuttavaan hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen. Osallistava terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen -tutkimushanke. https://www.uef.fi/documents/159015/2331003/PROMEQ_Työkalupakki_FINAL.pdf. 20.10.2022.

Parikka, Suvi, Koskela, Timo, Ikonen, Jonna & Hedman, Lillii 2021. Aikuisväestön hyvinvointi, terveys ja palvelut – FinSote 2020. Aikuisten palvelukokemuksissa ja hyvinvoinnissa alueellisia eroja. THL. Tilastoraportti 16/2021.

Parviainen, Sanna 2020. Hevosen kuntouttava voima. Hevosavusteinen toiminta mielenterveyskuntoutujien sosiaalisen kuntoutuksen menetelmänä. Pro gradu -tutkielma. Itä-Suomen yliopisto, Yhteiskuntatieteiden ja kauppatieteiden tiedekunta, Yhteiskuntatieteiden laitos, Sosiaalityö. <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uef-20201448>. Viitattu 15.10.2022.

Pekkarinen, Anna 2014. Tutkimusetiikka ja eettisyys sosiaalityön tutkimuksessa. Postmoderni näkökulma sosiaalityön tutkimuksen etiikkaan. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopisto. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/96237/GRADU-1414488474.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Viitattu 9.5.2023.

Perheentupa, Antti-Veikko 1995. Mielen hyvinvointi sosiaalipedagogisena haasteena. Teoksessa: Antti-Veikko Perheentupa (toim.) Ihminen, tunteet ja yhteisön elämä. Sosiaalipedagogisia näkökulmia. Helsinki, Arator Oy, 91–116.

Pitkänen, Mona 2021. Hevosavusteisen terapian vaikutus nuorten masennus- ja ahdistuneisuusoireiden hoidossa. Helsingin yliopisto. Lääketieteellinen tiedekunta, Psykologia. https://www.helsinki.fi/assets/drupal/2023-01/Pitkanen_Mona_tutkielma_2021.pdf. Viitattu 16.4.2023.

- Posti-Ahokas, Hanna, Haveri, Susanna & Palojoki, Päivi 2015. Eläytymistarinat nuorten itsenäistymisen tulkkina. *Sosiaalilääketieteellinen Aikakauslehti* 52:321–333.
- Purola, Terhi 2018. Psykiatrinen ratsastusterapia Lohjalla. Hevos-, sosiaali- ja terveysala - yhteistyöllä yritystoimintaa, kuntoutusta ja hyvinvointia. Seminaari 8.2.2018, Helsinki.
- Raivio, Helka 2018. Laadukas sosiaalinen kuntoutus. Kestävää kasvua ja työtä ohjelma. *Vipuvoimaa EU:lta 2014–2020*. <https://thl.fi/documents/10531/3149614/Laadukas+sosiaalinen+kuntoutus+Raivio+26.11.2018.pdf/12b80ac3-0d16-4da4-a824-d4e50e91ad1f>.
- Raivio, Helka & Karjalainen, Jarno 2013. Osallisuus ei ole keino tai väline – palvelut ovat! Osallisuuden rakentuminen 2010-luvun tavoite- ja toimintaohjelmissa. Teoksessa Taina Era (toim.), *Osallisuus oikeutta vai pakkoa? Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja* 156, 12–34. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-830-280-6>. Viitattu 22.10.2021.
- Rantanen, Mari, Wallin, Anna & Eskola, Jari 2017. Työhyvinvointia työstä, työyhteisöstä ja elämän tasapainosta. Työhyvinvointiin liitetyt voimavarat ja kuormitustekijät sekä työhyvinvoinnin edistämisen keinot. Teoksessa Jari Eskola, Tiina Mäenpää & Anna Wallin (toim). *Eläytymismenettelmä 2017. Perusteema ja 11 muunnelmaa*. Tampere: Tampere University Press., 220–246.
- Saaranen-Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna 2006. *KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto [verkkajulkaisu]*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto [ylläpitäjä ja tuottaja]. <https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus>. Viitattu 15.3.2023.
- Siitonen, Juha 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Väitöskirja. Oulun yliopisto, Oulun opettajankoulutuslaitos. <http://jultika.oulu.fi/files/isbn951425340X.pdf>. Viitattu 15.5.2023.
- Sinkkonen, Jari. 2018. Kiintymyssuhteet elämänkaareissa. Helsinki, Duodecim.
- Sosiaalihuoltolaki 2014. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301>. Viitattu 25.1.2021.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2012. Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma Kaste 2012–2015. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2016:8. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74927/>. Viitattu 2.9.2022.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2019. Tiekartta 2030. Aikuisten parissa tehtävän sosiaalityön tulevaisuus. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 41. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/16161>. Viitattu 2.9.2022.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2020. Hallitus: määrätietoiset toimet turvaavat kestävän hyvinvoinnin kaikissa elämänvaiheissa vuoteen 2030 mennessä. <https://valtioneuvosto.fi/-/1271139/hallitusmaaratietoiset-toimet-turvaavat-kestavan-hyvinvoinnin-kaikissa-elamanvaiheissa-vuoteen-2030-mennessa>. Viitattu 4.1.2021.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2023. Sosiaalinen kuntoutus. <https://stm.fi/sosiaalinen-kuntoutus>. Viitattu 19.11.2023.
- Sosiaalipedagoginen hevostoiminta 2019. <https://www.hevostoiminta.net/linkkeja/opinnaytetoita/>. Viitattu 2.3.2021.
- Sosiaalisen kuntoutuksen palvelukohtainen sääntökirja 2022. Hyvinvointialueen sääntökirja. Pohjois-Savon hyvinvointialue. <https://pshyvinvointialue.fi/documents/594193/718146/hva-sosiaalisen-kuntoutuksen-saantokirja.pdf/>. Viitattu 20.11.2023.
- SOSKU. Suositus työikäisten sosiaalisen kuntoutuksen järjestämisen laatukriteereiksi 2018. Sosiaalisen kuntoutuksen valtakunnallinen kehittämisshanke ja Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki, ProMusta oy. <https://www.julkari.fi/handle/10024/137281>. Viitattu 22.10.2022.

- Suomen perustuslaki 11.6.1999/731. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731>. Viitattu 2.3.2022.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019. Nuorten masennustila ja masennusoireilu. <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot/nuorten-masennusoireilu-ja-masennustilat>. Viitattu 23.10.2020.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2019b. Nuorten syrjäytyminen. https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/nuorten-syrjaytyminen. Viitattu 20.10.2020.
- Tieteen termipankki 2017. <https://tieteentermipankki.fi/wiki/Filosofia:objektiivisuus>. Viitattu 16.5.2023.
- Tutkimuseettinen toimikunta 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohja 2019. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3. https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf. Viitattu 9.5.2023.
- Tutkimuseettinen toimikunta 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkaamisepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen toimikunnan julkaisuja 2. https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf. Viitattu 9.2023.
- Tutkimusmenetelmien soveltaminen 2018. <http://tutkimusmenetelmablogi.blogspot.com/2018/03/laadullisen-tutkimuksen-luotettavuus.html>. Viitattu 14.4.2023.
- Tyrväinen, Liisa 2023. Luonnosta mielenterveyttä, kuntoa ja elämänlaatua. Duodecim. Terveyskirjasto. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk01347>. Viitattu 3.12.2023.
- Työkyvyttömyyseläkettä saaneet 2019. <https://findikaattori.fi/fi/76>. Viitattu 25.1.2021.
- Vehmasto, Elina & Lipponen, Maija 2021. Eläinavusteinen sosiaalinen kuntoutus. Duodecim 137 (17):1775–80. Viitattu 12.1.2023.
- Vorma, Helena 2020. Kansallinen mielenterveysstrategia varmistaa pitkäjänteisen mielenterveys-työn. Duodecim 136 (18):1993–1995. Viitattu 10.1.2024.
- Vorna, Helena, Rotko, Tuulia, Larivaara, Meri & Kosloff, Anu 2020. Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020–2030. Sosiaali- ja terveysministeriö. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 6. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/162053>. Viitattu 15.1.2024.
- Vuori, Jaana. Tutkimusetiikka ihmistieteissä. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto [ylläpitäjä ja tuottaja]. <https://fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmäopetus/kvali>. Viitattu 15.2.2023.
- Wallin, Anna. Eläytymismenetelmä. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto [ylläpitäjä ja tuottaja]. <https://fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmäopetus/kvali>. Viitattu 15.2.2023.
- Winter, Katja-Maarit 2020. Palvelusetelien käyttöönotkokokemukset sosiaalisen kuntoutuksen palveluissa Kuopiossa. Savonia-ammattikorkeakoulu, Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala. Sosiaaliohjelman tutkinto-ohjelma. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-202005138724>. Viitattu 12.1.2023.
- Zasio, Robin 2015. Equine Assisted Therapy. History of Equine Assisted Therapy. The Anxiety Treatment Center. <https://anxietytreatmentexperts.com/equine-assisted-therapy>. Viitattu 25.11.2022.

LIITE 1: SUOSTUMUS TIETEELLISEEN TUTKIMUKSEEN

KASVUNTUKI YLI ESTEIDEN**SUOSTUMUS OSALLISTUA TIETEELLISEEN TUTKIMUKSEEN, JOSSA HENKILÖTIETOJANI EI KÄSITELLÄ**

Tutkimuksen nimi: Aikuissosiaalityön asiakkaiden hyvinvoinnin edistäminen hevosavusteisesti

Tutkimuksen tavoite: tavoitteena on kehittää hevospajatoimintaa siihen osallistuvien mielipiteet huomioon ottaen.

Tutkimuksen toteutus: Saat kaksi lomaketta, joihin vastaat kuvitteellisen tilanteen mukaan. Niiden perusteella laadin kyselylomakkeen, jossa pyydän sinua arvioimaan Kasvuntuki yli esteiden hevospajan toimintaa. Voit täyttää lomakkeet omaan tahtiisi ja palauttaa ne kirjekuoressa taukotuvassa olevaan suljettuun laatikkoon. Avaan laatikon vasta sitten, kun kaikki tutkimukseen mukaan suostuneet ovat ehtineet palauttaa lomakkeet.

Olen ymmärtänyt, että tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista ja voin keskeyttää osallistumisen milloin tahansa, esimerkiksi jättämällä kyselyn palauttamatta. Kieltyminen tutkimukseen osallistumisesta ei aiheuta minulle minkäänlaisia kielteisiä seuraamuksia.

Olen saanut riittävät tiedot tutkimuksesta ja siitä, että minusta ei kerätä mitään henkilötietoja, ei myöskään epäsuoria tunnisteita, joista minut voitaisiin tunnistaa.

Allekirjoittamalla tämän suostumuksen ilmaisen, että olen ymmärtänyt saamani tiedot ja haluan osallistua tutkimukseen.

Kiitos yhteistyöstä.

Siilinjärvellä 10.2.2023

Nimi

Yhteystiedot:

Sari Shemeikka

sari.shemeikka@gmail.com

puh. 040 7445671