

Lotta Hautamäki, Farid Ramadan, Paula Ranta,
Eija Haapala ja Tiina Suomela-Markkanen

Eläinavusteinen terapia

Katsaus tutkimuskirjallisuuteen ja toimintaan Suomessa



Kirjoittajat

Lotta Hautamäki, erikoistutkija, VTT
Kuntoutussäätiö
etunimi.sukunimi@kuntoutussaatio.fi

Farid Ramadan, tutkija, FM
Kuntoutussäätiö

Paula Ranta, tutkija, KTM
Kuntoutussäätiö

Eija Haapala, suunnittelija, KM, AmO, ft
Kela

Tiina Suomela-Markkanen, vastaava asiantuntijalääkäri, LL, liikuntalääketieteen erikoislääkäri
Kela

© Kirjoittajat ja Kela

www.kela.fi/tutkimus

ISSN 2323-9239

URI <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2018070631430>

Helsinki 2018

SISÄLTÖ

Tiivistelmä	4
1 Johdanto	5
1.1 Mitä eläinavusteiset menetelmät ovat?	5
1.2 Tutkimuksen tavoite ja rajaukset.....	6
2 Kartoittava kirjallisuuskatsaus menetelmänä	8
2.1 Kirjallisuuskatsauksen prosessi	9
2.2 Ammattilaisten ja kuntoutujien haastattelut.....	11
2.3 Taustakeskustelut ja kysely Kelan palveluntuottajille.....	13
2.4 Aineiston analyysi ja raportointi	14
3 Eläinavusteinen toiminta Suomessa	15
3.1 Eläinavusteisen toiminnan historiaa ja kotimaista kirjoittelua	15
3.2 Eläinavusteinen terapia osana kuntoutusjärjestelmää.....	16
4 Mitä hyötyä eläimen kanssa työskentelystä on erilaisissa terapiamuodoissa?	17
4.1 Tutkimusnäyttö ja kokemukset eläinavusteisten menetelmien toimivuudesta	17
4.2 Psykoterapia	22
4.3 Fysioterapia	24
4.4 Puheterapia	26
4.5 Toimintaterapia	27
5 Mitä eläinavusteisessa terapiassa tapahtuu?	29
5.1 Mitä eläimiä terapeutin työparina voi olla?.....	29
5.2 Terapiaprosessin aloitus ja lopetus	30
5.3 Eläimen läsnäolo ja harjoitteet	32
5.4 Vuorovaikutuksen harjoittelu	33
5.5 Fyysiset ja toiminnanohjauksen harjoitukset.....	34
5.6 Eläinavusteinen terapia tuottaa mielihyvää ja alentaa stressiä	36
6 Minkälaisien kuntoutujien parissa eläinavusteisia menetelmiä on käytetty?	37
6.1 Diagnoosit ja toimintakyvyn haasteet.....	37
6.2 Lasten neuropsykiatriset häiriöt ja oppimisvaikeudet.....	38
6.3 Mielenterveys- ja päihdeongelmat.....	41
6.4 Muistisairaudet	43
6.5 Kivun- ja stressinlievitys	44
6.6 Mitä haittoja eläinavusteisesta terapiasta voi olla?	45
7 Minkälaista koulutusta eläin ja terapeutti tarvitsevat?	46
7.1 Terapeutin koulutus	46
7.2 Eläinten soveltuvuuden testaus.....	48
7.3 Eläimen hyvinvointi	50
8 Eläinavusteisen terapian haasteet ja tarve standardille	51
9 Johtopäätöksiä katsauksen perusteella	54
Lähteet	56
Liitteet	65

TIIVISTELMÄ

Eläinavusteiset menetelmät ovat ihmisen terveyttä, hyvinvointia ja elämänlaatua edistävää toimintaa, jossa eläimellä on avustava tehtävä. Eläinavusteisessa terapiassa eläin toimii osana tavanomaista terapiaa, jonka tavoitteena on parantaa ihmisen fyysistä, kognitiivista ja sosiaalista toimintakykyä sekä tunteita.

Tässä katsauksessa tavoitteena on tuottaa tietoa eläinavusteisten menetelmien käytöstä Suomessa sekä tarjota kootusti tutkimustietoa eläinavusteisten menetelmien toimivuudesta osana erilaisia terapioiden ja kuntoutusprosesseja. Katsauksessa tarkastellaan eläinavusteisen terapian toimivuutta ja hyötyä ja tarpeenmukaisuutta osana kuntoutusprosessia etenkin psykoterapian, puheterapian, fysioterapian ja toimintaterapian näkökulmista.

Katsauksen menetelmänä on kartoittava kirjallisuuskatsaus. Tutkimuskirjallisuutta käydään läpi vuosilta 2010–2017 ja kotimaista toimintaa kartoitetaan ammattilaisten ja kuntoutujien haastatteluiden sekä taustoittavien keskustelujen avulla. Lisäksi katsauksen yhteydessä toteutettiin Kelan verkkosivuilla kysely eläinavusteisten menetelmien käytöstä.

Katsauksessa esitellään eläinavusteisen terapian hyötyjä ja haittoja sekä tutkimusnäytön että ammattilaisten ja kuntoutujien kokemusten perusteella. Lisäksi esitellään eläinavusteisista menetelmistä hyötyviä kuntoutuksen kohderyhmiä ja kuvaillaan eläimen kanssa työskentelyn toteutustapoja osana erilaisia kuntoutusprosesseja. Katsauksessa käsitellään myös työskentelyyn osallistuvan eläimen edellytyksiä toimia osana terapiaa ja terapeutilta itseltään vaadittavaa täydennyskoulutusta.

Avainsanat: green care, kuntoutus, hoitomenetelmät, kotieläimet, eläinavusteinen terapia, psykoterapia, puheterapia, fysioterapia, toimintaterapia, hyvinvointi, elämänlaatu, toimintakyky, tunteet, kirjallisuuskatsaukset, haastattelututkimus

1 JOHDANTO

Tämän katsauksen aiheena ovat eläinavusteiset menetelmät osana ihmisen hyvinvointia, elämänlaatua ja terveyttä edistävää ammatillista toimintaa. Eläinavusteinen terapia on tapa toteuttaa esimerkiksi psykoterapiaa, toimintaterapiaa, puheterapiaa tai fysioterapiaa siten, että eläin toimii terapeutin työparina. Eläinavusteinen terapia perustuu ajatukseen ihmisen ja eläimen välisestä siteestä, jonka hyvinvointia edistävä vaikutus on ollut viimeiset vuosikymmenet vilkkaan tutkimustoiminnan kohteena. (Kruger ja Serpell 2010; Lilja ja Soini 2014; Fine ja Beck 2015; Serpell 2015.)

Tässä katsauksessa tarkastellaan eläinavusteista terapiaa kansainvälisen tutkimuskirjallisuuden ja Suomessa tehtyjen teemahaastattelujen ja muun aineiston valossa. Katsauksessa selvitetään, mitä tutkimuksen perusteella tällä hetkellä tiedetään eläinavusteisen terapian hyödyistä ja perehdytään haastatteluiden avulla siihen, miten eläinavusteista terapiaa käytännössä toteutetaan Suomessa. Tarkoituksena on vastata kysymyksiin eläinterapian kohderyhmistä ja terapiamenetelmistä, hyödyistä ja haitoista, terapeutin täydennyskoulutuksesta ja työskentelyyn osallistuvan eläimen edellytyksistä sekä terapian konkreettisista toteutustavoista ja prosessista.

1.1 Mitä eläinavusteiset menetelmät ovat?

Eläinavusteiset menetelmät ovat kansainvälisestikin suhteellisen uusi ja vasta vakiintumassa oleva toimintamuoto sosiaali- ja terveydenhuollossa sekä kasvatuksessa. Kansainvälisesti ja Suomessa toimii kuitenkin useampia yhdistyksiä (ks. liite 3), jotka pyrkivät toiminnallaan edistämään eläinavusteisten menetelmien käyttöä. Historiallisesti tarkastellen eläimet ovat olleet osa terveyden ja sairauden ymmärrystä ja hoitamista hyvin pitkään jo ennen kuin eläimiä on alettu kesyttämään työhön ja lemmikeiksi. Monissa muinaiskulttuureissa eläinten henkien on ajateltu parantavan ihmisten vaivoja ja sairauksia tai eläinten henget ovat toimineet parantajashamaanin työvälineinä. Osa tämänkaltaisista uskomuksista eläinten parantavaan voimaan on säilynyt edelleen. Samoin ajatus siitä, että eläimet voivat olla merkittävässä roolissa ihmisten välisen sosiaalisuuden edistämässä tai ihmiskehon ja -mielen rentoutumisessa, on peräisin valistuksen jälkeiseltä uudelta ajalta. (Serpell 2015; ks. myös Ikäheimo 2015b.) Eläinten kanssa toimimisen sosiaalisuutta edistävä, rentouttava ja mielihyvää tuova vaikutus on edelleen eläinavusteisten menetelmien keskeinen tekijä, josta alkaa olla myös yhä enemmän tutkimustietoa. Tässä katsauksessa on kartoitettu ja koottu uusinta tutkimusta ja kokemustietoa aiheesta.

Nykyisin erilaisten eläinavusteisten menetelmien käsitteellinen määrittely alkaa olla monimutkaista. Kansainvälisessä kirjallisuudessa erilaiset tavat toimia eläimen kanssa ihmisen hyvinvointia tukevasti luetaan osaksi sateenvarjokäsitettä eläinavusteinen interventio (*Animal Assisted Interventions* AAI). Eläinavusteinen interventio on mikä tahansa prosessi, jossa eläin on osana ihmisen fyysistä, sosiaalista, emotionaalista ja/tai tiedollista hyvinvointia edistävää toimintaa. Eläinavusteisen intervention asiakkaana voi olla yksilö tai ryhmä ja se voidaan to-

teuttaa monenlaisissa ympäristöissä erilaisten eläinten kanssa. (Kruger ja Serpell 2010; Lilja ja Soini 2014; IAHAIO 2015.)

Eläinavusteiset interventiot jaetaan eläinavusteiseen terapiaan (*Animal Assisted Therapy, AAT*), toimintaan (*Animal Assisted Action, AAA*) ja kasvatukseen (*Animal Assisted Pedagogy, AAP*). Lisäksi yhtenä työmuotona voi olla eläinavusteinen sosiaalityö (*Animal Assisted Social Work, AASW*), mutta se saatetaan myös määritellä eläinavusteiseksi toiminnaksi. Koira voi esimerkiksi toimia lastenhuollon sosiaalityöntekijän työparina helpottaen läsnäolollaan haastavia kohtaamisia, mutta sen kanssa ei toteuteta tavoitteellista terapeutista toimintaa. (Ikäheimo 2015a; IAHAIO 2015; Kahilaniemi 2016.)

Eläinavusteinen toiminta (AAA) on usein vapaaehtoisten toteuttamaa eikä siihen yleensä liity yksilöllisiä tavoitteita, kuten terapiaan ja kasvatukseen. Esimerkiksi vapaaehtoisten sairaaloissa toteuttama kaverikoiratoiminta on eläinavusteista toimintaa, jonka tarkoituksena on ilon ja mielihyvän tuottaminen ja elämänlaadun parantaminen. Eläinavusteinen kasvatusta tai pedagogiikka (AAP) taas on ammattipedagogin tuottama tavoitteellinen interventio, jossa pyritään edistämään tiedollisia valmiuksia tai oppimista eläinavusteisesti. Eläinavusteisen terapian (AAT) toteuttaja puolestaan on terveydenhuollon ammattihenkilö ja terapiatoiminta on suunnitelmallista, päämääräorientoitunutta ja strukturoitua. Eläinavusteisen terapian tavoitteena on tukea yksilön fyysistä, kognitiivista ja sosiaalista toimintakykyä sekä tunteita. Intervention asiakkaalla on yleensä diagnoosi, jonka hoitona eläinavusteinen terapia toimii. (Lilja ja Soini 2014; IAHAIO 2015; Ikäheimo 2015a; Kahilaniemi 2016.)

Eläinavusteinen kuntoutus voidaan lukea osaksi green care -toimintaa, jolla tarkoitetaan laajaa kirjoa erilaisia tapoja toteuttaa eläin-, luonto- ja maatala-avusteisesti hyvinvointi- ja terveyspalveluita. Green care, tai suomeksi vihreä hoiva, on viimeisen kymmenen vuoden aikana saanut jalansijaa Suomessa maaseutuelinkeinojen kehittämisessä ja osana maatilamatkailua. Vihreään hoivaan liittyvää toimintaa ovat monenlaiset luonto- tai maatilaympäristöissä toteutetut kuntouttavat, ennaltaehkäisevät ja yleisesti ihmisen hyvinvointia edistävät toiminnot. Vihreää hoivaa ovat erilaiset eläinavusteiset interventiot ja maatilalla toteutettavat terapiat, ratsastusterapia ja sosiaalipedagoginen hevostoiminta, terapeutin puutarhanhoito ja puutarhaterapia, metsäterapia sekä ekopsykologia ja tunteita kasvatus. (Soini ym. 2011; Helne ja Silvasti 2012; Lilja ja Soini 2014; Kahilaniemi 2016.)

1.2 Tutkimuksen tavoite ja rajaukset

Tässä katsauksessa on keskitytty eläinavusteisiin menetelmiin osana vaativan kuntoutuksen terapiamuotoja ja siksi monet vihreän hoivan menetelmät jäävät tämän katsauksen ulkopuolelle. Myöskään jo Suomessa vakiintuneempaa eläinavusteista terapiamenetelmää eli ratsastusterapiaa ei tässä katsauksessa ole käsitelty, koska pyrkimyksenä on ollut kartoittaa muiden eläimien kanssa toteutettavaa terapiaa josta ei ole ollut koottua tutkimus- ja kokemustietoa (ks. Mattila-Rautiainen 2011; Aartolahti ym. 2017). Lisäksi ratsastusterapia on jo vakiintuneemmin osa suomalaista kuntoutusjärjestelmää, sillä ratsastusterapia on osa Kelan tai harkinnan mukaan sosiaali- ja terveydenhuollon palveluvalikoimaa (Mattila-Rautiainen 2011; Kela 2015).

Tässä katsauksessa keskitytään muiden eläimien avustuksella tehtävään tavoitteelliseen kuntoutustoimintaan. Kelan korvaaman vaativan lääkinällisen kuntoutuksen terapiamuodoista on tarkasteltu fysioterapiassa, neuropsykologisessa kuntoutuksessa, psykoterapiassa, puheterapiassa ja toimintaterapiassa käytettyjä eläinavusteisia menetelmiä (Kela 2015).

Katsauksessa selvitetään, onko eläinavusteinen terapia tutkimusten ja käytännön työssä saatujen havaintojen perusteella osa hyvää kuntoutuskäytäntöä ja minkälaisin reunaehdoin sitä voidaan toteuttaa. Katsauksen tavoitteena on tuottaa ajankohtaista tietoa eläinavusteisesta terapiasta. Katsaus muodostuu kirjallisuuskatsauksesta, jossa kerätään ja kootaan tutkimustietoa aiheesta, sekä haastatteluista, taustakeskusteluista ja kyselystä, joissa kartoitetaan suomalaista eläinavusteisen terapian käytäntöä kuntoutujien, terapeuttien ja muiden asiantuntijoiden parissa. Molempia katsauksen osia yhdistää samat temaattiset kysymykset, joiden avulla tuotetaan ja kootaan tietoa eläinavusteisen terapian

- kohderyhmistä
- erilaisista terapioidista, joissa menetelmää on käytetty
- kuntoutuja-asiakkaiden tarpeista joihin menetelmää voidaan hyödyntää
- terapian hyödyistä ja haitoista
- terapeutilta tarvittavasta koulutuksesta
- työskentelyyn osallistuvan eläimen edellytyksistä
- lähipiirin osallistumisesta toimintaan
- toimintatapojen ja hyötyjen siirtymisestä kuntoutuksesta arkiympäristöön
- kuntoutuksen konkreettisista toteutustavoista, prosessista ja määrästä.

Eläinavusteisen terapian toimivuuden tutkimukseen perustuva selvittäminen on tärkeää, kun näiden kuntoutusmuotojen asemaa suomalaisessa kuntoutusjärjestelmässä pohditaan. Kartoitettava kirjallisuuskatsaus on erinomainen tapa tuottaa laajempi katsaus siihen, mitä tällä hetkellä tiedetään eläinavusteisen terapian toimivuudesta. Eläinavusteisen kuntoutuksen kokonaiskuvan muodostamisen kannalta tutkimusartikkelien lisäksi myös muu kirjallisuus ja ennen kaikkea haastattelut ja taustakeskustelut tuottavat tärkeää tietoa näiden terapioiden käytöstä Suomessa. Kirjallisuuskatsaukseen otetaan mukaan vuonna 2010 ja sen jälkeen ilmestyneitä kotimaisia ja kansainvälisiä, määrällisiä ja laadullisia tutkimuksia sekä niin sanottua harmaata kirjallisuutta, kuten raportteja, katsauksia, opinnäytetöitä ja työryhmämietintöjä.

Tässä raportissa esittelemme aluksi kartoittavan kirjallisuuskatsauksen menetelmän sekä katsauksessa käytetyt aineistot. Luvuissa 4–8 esittelemme katsauksen tuloksia tutkimuskirjallisuuden, haastatteluiden, taustakeskusteluiden ja kyselyn valossa. Johtopäätösten ja lähteiden jälkeen liitteessä 1 on lähdeluettelosta erikseen listattu kaikki katsaukseen mukaan tulleet systemaattiset katsaukset ja meta-analyysit, joiden avulla on yksinkertaisinta tutustua tutkimuskirjallisuuteen syvällisemmin. Muu tutkimuskirjallisuus löytyy raportin tekstiviitteistä ja niiden lähdeluettelosta.

2 KARTOITTAVA KIRJALLISUUSKATSAUS MENETELMÄNÄ

Kartoittava kirjallisuuskatsaus (*scoping review*) on tarkoituksenmukainen ja hyödyllinen silloin, kun tutkittavaa ilmiötä halutaan kuvata mahdollisimman monipuolisesti. Tässä metodissa ei valikoida tai seulota kirjallisuutta yhtä tarkasti kuin systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa. Tarkoituksena on saada mahdollisimman monipuolinen katsaus kirjallisuuteen ja muodostaa kokonaiskuva tarkasteltavasta ilmiöstä eikä niinkään kerätä vain tietyt kriteerit täyttävää tutkimustietoa tai tarkastella esimerkiksi kuntoutusintervention näytön astetta, kuten systemaattisessa katsauksessa. (Arksey ja O'Malley 2005; Colquhouna ym. 2014; Dijkers 2015.)

Kartoittavassa kirjallisuuskatsauksessa tutkimusaineistoksi valikoitua kirjallisuus voikin olla paljon vaihtelevampaa ja laajempaa kuin systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa. Ja usein, kuten tässä katsauksessa, kirjallisuuskatsausta täydennetään toimijoiden haastatteluilla tai muilla aineiston keräämisen menetelmillä, jotta aiheesta saadaan mahdollisimman kattava kuva. Samoin kuin systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa, kartoittavan kirjallisuuskatsauksen prosessin suunnittelu ja kuvaus ovat olennaisia: tutkimuksen on oltava läpinäkyvä ja se on pystyttävä toistamaan samanlaisena kuvauksen perusteella. (Arksey ja O'Malley 2005; Colquhouna ym. 2014; Pham ym. 2014; Dijkers 2015.)

Tässä katsauksessa on sovellettu Hilary Arksey'n ja Lisa O'Malleyn (2005) kehittämää prosessia, jossa kirjallisuushakuja varten tunnistetaan ensin hakuaiheen keskeiset käsitteet ja niiden väliset suhteet sekä määritellään tarkemmat katsauksen tutkimuskysymykset ja tehdään rajaukset. Tämän pohjalta tehdään hakusuunnitelma, jossa määritellään mitä haetaan, mistä haetaan ja minkälaisilla hakusanoilla. Prosessia jatketaan varsinaisella kirjallisuushaulla, joka aloitetaan etsimällä aiheesta tehtyjä kirjallisuuskatsauksia ja niiden avulla tarkennetaan käytettyjä hakusanoja sekä saadaan karkea kuva odotettavissa olevasta tutkimusten määrästä. Kartoittava kirjallisuuskatsaus ei ole lineaarinen prosessi samaan tapaan kuin systemaattinen kirjallisuuskatsaus, vaan siinä tarkennetaan hakua ja tuloksia prosessin edetessä (Arksey ja O'Malley 2005; ks. myös Dijkers 2015).

Arksey ja O'Malley (2005) esittävät, että kirjallisuushaun jälkeen julkaisut luetteloidaan ja luokitellaan tutkimuskysymysten teemojen mukaisesti ja samalla tarkastellaan, onko kirjallisuushakujen perusteella tullut uusia tutkimuskysymyksistä poikkeavia teemoja. Tämän jälkeen julkaisuja arvioidaan otsikkotasolla, abstraktitasolla ja/tai artikkelitasolla ja pohditaan vastaavatko ne sitä mitä haettiin. Mikäli artikkeli tai muu teksti ei käsittele aihetta tutkimuskysymysten rajaamana, se karsitaan pois lopulliseen katsaukseen valitusta joukosta. Näin hyväksytyt julkaisut käydään tarkemmin läpi ja analysoidaan tilanteen mukaan esimerkiksi julkaisutyyppin, käytettyjen metodien ja tulosten perusteella. Myös julkaisujen laatua voidaan arvioida sen suhteen miten yleisesti hyväksytyjen laadukkaan tutkimuksen kriteerit se täyttää ja vastaako se tutkimuskysymykseen. Kirjallisuudesta ja mahdollisesta muusta aineistosta, kuten haastatteluista, tehdään tutkimuskysymykseen perustuva luokittelu ja kirjataan esiin tulevia uusia teemoja. (Arksey ja O'Malley 2005; Dijkers 2015.)

Tässä tutkimuksessa on noudatettu edellä kuvattua prosessia kirjallisuuskatsauksen tekemisessä. Tulosten tulkinnassa ja raportoinnissa kirjallisuuskatsauksen tuloksia tulkittiin ja peilattiin suhteessa haastatteluihin ja taustakeskusteluihin saatuun tietoon. Seuraavassa osassa esitellään tarkemmin katsauksen toteutusta.

2.1 Kirjallisuuskatsauksen prosessi

Kartoittava kirjallisuuskatsaus aloitettiin perehtymällä yleisesti eläinavusteiseen terapiaan *Handbook of Animal Assisted Therapy* (Fine 2015) kirjan artikkeleiden ja muutamien muiden julkaisujen avulla (esim. Nimer ja Lundahl 2007; Soini ym. 2011; Lilja ja Soini 2014). Alustavan perehtymisen jälkeen pystyttiin kartoittamaan aiheeseen liittyviä käsitteitä, avainsanoja ja keskeistä terminologiaa sekä laatimaan hakusuunnitelma. Hakusuunnitelma tehtiin edellä kuvatun viitekehyksen mukaan (Arksey ja O'Malley 2005), mutta tässä katsauksessa erotettiin kaksi erilaista hakustrategiaa, koska kansainvälisen tutkimuskirjallisuuden lisäksi haluttiin kartoittaa kotimaassa suomen kielellä julkaistua materiaalia.

Kansainvälistä tutkimuskirjallisuutta lähdettiin kartoittamaan tekemällä koehakuja, joiden myötä pystyttiin täsmentämään hakusuunnitelmaa ja asiasanoja. Haut rajattiin koskemaan vuosien 2010–2017 välillä julkaistua englanninkielistä aineistoa, eikä mukaan otettu hevostai robottivusteista terapiaa. Viimemainittu rajausta tehtiin, koska koehauissa oli tullut esiin esimerkiksi vanhusten hoidossa käytetyt hyljerobotit. Hakusuunnitelman mukaisesti haut tehtiin seuraaviin tietokantoihin: Medline (PubMed hakukoneena), Cinahl, Psycinfo, Cochrane Library, Science Direct, Web of Science, Scopus, PEDro, DARE ja OTSeeker.

PubMed on hakukone, joka hakee nimekkeitä bibliografisesta Medline-tietokannasta, joka on biotieteiden ja lääketieteen aloihin erikoistunut tietokanta. PubMedin kautta löytyy kattavasti mm. lääketieteen, hoitotyön, farmasian ja eläinlääketieteen alojen julkaisuja. Cochrane Library on laajan tutkimusverkoston ylläpitämä näyttöön perustuvan lääke- ja terveys- ja hoitotieteellisen kirjallisuuden tietokanta. DARE on yksi CRD (Centre for Reviews and Dissemination) -tutkimuskeskuksen ylläpitämä tietokanta, josta löytyy terveydenhoitoalan systemaattisia katsauksia ja meta-analyysyjä. Psycinfo on American Psychological Associationin ylläpitämä psykologian alan tutkimukseen keskittyvä tietokanta. PEDro on fysioterapiaan liittyvän tutkimuksen tietokanta, josta löytyy systemaattisia katsauksia ja satunnaistettuja verrokkikokeita ja OTSeeker puolestaan toimintaterapiaan liittyvien systemaattisten katsausten ja satunnaistettujen verrokkikokeiden keskeinen tietokanta. Cinahl on hoitotieteellistä kirjallisuutta lueteloiva kansainvälisen tiedekustantajan ylläpitämä hoitotieteellinen tietokanta. Tiedekustantajien ylläpitämiä tietokantoja ovat myös Scopus, Science Direct ja Web of Science, jotka ovat monitieteellisiä useiden eri alojen tutkimusta yhdistäviä tietokantoja. Nämä poikkitieteelliset hakukanavat valittiin mukaan, jotta kartoitus kattaisi mahdollisimman monipuolisesti eläinavusteiseen terapiaan liittyvät julkaisut myös lääke- terveys- ja hoitotieteen ulkopuolella. Web of Science ja Scopus listaavat myös mm konferenssisitelmät ja muuta ei-julkaistua tutkimusta.

Suomen tai ruotsin kielellä kirjoitettua tutkimusta etsittiin kotimaisista tietokannoista. Hakuja tehtiin lääke- terveys- ja hoitotieteellisiä tekstejä listaavasta Medicistä, yliopisto-, ammatti-

korkeakoulu- ja museokirjastojen yhteistietokannasta Finnasta, kotimaisia artikkeleita ja muita julkaisuja listaavista Artosta ja Fennicasta sekä aihepiiriin liittyvien tutkimuslaitosten yhteistietokannasta Julkarista.

Kaikkien hakujen hakusana, tulokset ja päivämäärä kirjattiin ylös. Haut kansainvälisiin ja kotimaisiin tietokantoihin tehtiin liitteessä 1 listatuilla hakusanoilla. Hakusanoissa korostui koira (dog-therapy, canine-therapy, koira-avusteinen, koira + terapia) siitä syystä, että hevosen lisäksi se on tämän kartoituksen perusteella selvästi yleisin terapiaeläin. Tutkimukset, joissa terapiaeläimenä oli jokin muu kuin koira käyttivät hakusanoissa yleisiä termejä, kuten animal-assisted therapy tai AAT, josta voi päätellä, ettei muihin terapiaeläimiin liity vakinaistuneita termejä. Kansainvälisten tutkimusjulkaisujen avainsanoissa ei esimerkiksi ollut sellaisia sanoja kuin 'cat-therapy' tai 'alpaca-therapy', mutta useissa julkaisuissa listattiin avainsanoiksi 'dog-therapy' tai 'canine-therapy'.

Hakutuloksiin vaikuttavat monet seikat: käytetty tietokanta, hakusanat, hakutapa. Saatuja hakutuloksia arvioitiin hakuprosessin edetessä ja useiden tietokantojen, kuten Science Directin, kohdalla huomattiin, että hakusana 'animal-assisted' nosti esille kaikki aiheen kannalta relevantit julkaisut eikä muilla hakusanoilla tullut mitään uutta. Näin ollen hakuja, joiden kaikki tulokset sisältyivät jo aiemmin samaan tietokantaan tehtyihin hakuihin ei ole listattu liitteessä 1. Hauissa hyödynnettiin tietokantojen tarjoamia hakutekniikoita rajojensa suhteen, joiden avulla suodatettiin pois paitsi hevosia ja ratsastusterapiaa koskeneet julkaisut, myös erilaiset eläinlääketieteeseen liittyvät osumat.

Kotimaisista tietokannoista löytyneet osumat olivat enimmäkseen ammattilehdissä, kuten Fysioterapiassa ja Toimintaterapiassa, ilmestyneitä artikkeleita sekä opinnäytetöitä yliopistoissa ja ammattikorkeakouluissa. Näiden lisäksi tuloksissa oli erilaisten green care -projektien raportteja, joissa saatettiin sivuta myös eläinavusteista terapiaa sosiaalisen kuntoutuksen ohella. Lisäksi löytyi muutama aiheeseen liittyvä oppikirja. Kansainvälisen kirjallisuuden suhteen osumia oli erittäin paljon. Kaikkien läpikäytyjen tietokantojen hakutulosten yhdistämisen jälkeen saatiin 1 560 julkaisua sisältävä lista julkaisuja. Tämän jälkeen lista käytiin kohta kohdalta läpi otsikkotasolla ja tuloksista karsittiin kaksoiskappaleet ja jo otsikon perusteella mukaan kuulumattomat julkaisut. Karsimisen jälkeen kartoitukseen jäi 680 julkaisua.

Seuraavassa vaiheessa kaksi tutkijaa (Lotta Hautamäki ja Farid Ramadan) kävi kansainvälisistä tietokannoista tuloksena saadut julkaisut läpi hieman tarkemmin otsikko- ja abstraktitasolla. Kustakin julkaisusta tehtiin tiivis kuvaus yhteen taulukkoon, jotta näin suurta määrää julkaisuja voitiin hallita. Taulukkoon kirjattiin katsauksen tarkoitus, keskeiset tulokset, kohdejoukon lukumäärä (mikäli se oli kerrottu abstraktissa), mikä terapiaeläin oli kyseessä, mille kohderyhmälle terapia oli tarkoitettu ja mihin tarkoitukseen terapiaa oli annettu. Lisäksi taulukkoon kirjattiin julkaisun tyyppi (artikkeli, katsaus, meta-analyysi, konferenssiabstrakti, muu) ja mahdolliset muut huomiot.

Eläinavusteista terapiaa käsitteleviä tieteellisiä artikkeleita julkaistaan useissa eri erikoisalojen aikakauslehdissä. Kartoituksessa huomattiin, että *Anthrozoös* on selvästi yksi keskeisimmistä eläinavusteista toimintaa käsittelevän tutkimuksen julkaisukanavista. Muuten aihe-

seen liittyviä julkaisuja voi löytää hyvin vaihtelevista julkaisuista. Kartoituksessa ei luokiteltu aineistoa systemaattisesti julkaisulähteen perusteella.

Tämän jälkeen tarkistettiin muutamien usein hauissa esiin tulleiden tieteellisten lehtien, kuten Anthrozoös-lehden, arkistot läpi vuosilta 2010–2017. Näin pyrittiin varmistumaan, ettei tietokantahauista jäänyt olennaisia julkaisuja pois. Mikäli kyseisillä lehdillä oli monipuolisemmat hakuvalinnat, tehtiin lehtien arkistoihin vielä varmistukseksi haut hakusanoilla: 'animal-assisted', 'pet-therapy', 'dog-assisted' ja 'canine-assisted'. Lisäksi käytiin läpi uusimpien aihetta käsittelevien systemaattisten katsauksien lähdeluettelot. Lähdeluetteloista löytyi vajaa kymmenen julkaisua, jotka eivät sisällyneet katsaukseen valituissa tietokannoissa. Tietokantahauista näiden lisähakujen perusteella puuttuneiden julkaisujen pienen määrän perusteella voitiin varsin suurella varmuudella todeta, että kaikki aihepiiriin liittyvä kirjallisuus oli kartoitettu eikä ollut syytä suorittaa enempää hakuja.

Tässä katsauksessa käytetyillä rajauksilla mukaan tulleista julkaisuista noin puolet kansainvälistä julkaisuista luokiteltiin artikkeleiksi. Tässä luokittelussa artikkelilla tarkoitetaan tieteellisten artikkeleiden lisäksi lyhyitä tutkimusraportteja ja ei-tieteellisiä lehtijuttuja. Loput olivat opinnäytetöitä, kirjoja, pääkirjoituksia, vastineita, konferenssipapereita, protokollapapereita ja kirja-arvosteluita. Tutkimusjulkaisuista 25 oli asetelmaltaan tavalla tai toisella satunnaisesti ryhmiä vertailevia tutkimuksia, joissa yleensä tarkasteltiin eläinavusteista terapiaa jossakin kohderyhmässä. Artikkelien joukossa oli 3 meta-analyysiä, 35 systemaattista katsausta ja 10 muuta kirjallisuuskatsausta. Kaikki katsaukseen mukaan tulleet systemaattiset katsaukset ja meta-analyysit on luetteloitu liitteessä 2.

Kaiken kaikkiaan katsauksessa löytyneet 680 julkaisua eläinavusteisesta terapiasta ja kuntouksesta olivat hyvin heterogeenisiä. Julkaisuissa oli ensinnäkin käsitteellistä sekavuutta eikä aina ollut ihan selvää, onko tutkittu eläinavusteista toimintaa (laitoksissa) vai suunnitelmallisempaa terapiaa. Samoin eläinavusteisen pedagogiikan ja terapian kohdalla oli liukumaa sen suhteen, oliko jokin interventio kouluissa erityislasten parissa terapiaa vai koulutusta. Tämä kertonee siitä, etteivät käsitteelliset erottelut ole vielä vakiintuneita ja toisinaan todellisuutta on ylipäättään hankala jaotella selkeästi. Tutkimusten asetelmat, kestot, tutkimusjoukko ja tapa, jolla eläinavusteisuus on mukana interventiossa, vaihtelivat myös paljon. Näin ollen oli tutkimusten luokittelussa, analysoinnissa ja raportoinnissa pyritty keskittymään ennen kaikkea katsauksen tutkimuskysymysten rajaamiin aiheisiin ja selkeästi erilaisia terapioita käsitteleviin tutkimuksiin.

2.2 Ammattilaisten ja kuntoutujien haastattelut

Kirjallisuuskatsausta täydennettiin viiden eläinavusteisia menetelmiä käyttävän terapeutin ja neljän kuntoutukseen osallistuneen kokemusasiiantuntijan haastatteluilla sekä neljän terapeutin ryhmähaastattelulla. Haastattelut toteuttivat tutkijat Paula Ranta ja Lotta Hautamäki.

Katsaukseen mukaan otettavat haastateltavat valittiin niin, että otos olisi maantieteellisesti mahdollisimman kattava ja erilaiset toimijat ja erityyppisten asiakasryhmien parissa toimivat

palveluntarjoajat olisivat mahdollisimman hyvin edustettuina. Kuntoutujahaastateltaviksi pyrittiin löytämään mahdollisimman eri-ikäisiä ja taustaltaan erilaisia henkilöitä.

Haastateltavia etsittiin ilmoituksella, joka julkaistiin Kuntoutussäätiön verkkosivuilla. Tätä ilmoitusta jaettiin eteenpäin erityisesti sosiaalisessa mediassa, minkä lisäksi Kela ja muut alan toimijat jakoivat ilmoitusta eteenpäin. Ilmoitus sai näkyvyyttä erittäin hyvin ja sen kautta saatiin noin 30 yhteydenottoa eläinavusteista kuntoutusta ja toimintaa harjoittavilta toimijoilta. Yhteydenottoja tuli muun muassa erilaisilta terapeuteilta, opettajilta ja kaveri- ja lukukoira-toimintaan osallistuneilta ihmisiltä. Osa yhteyttä ottaneista terapeuteista teki enimmäkseen hevosavusteista työtä, sosiaalista kuntoutusta maataloilla tai vapaaehtoista kaverikoira-toimintaa laitoksissa.

Yhteyttä ottaneista lääkinnällistä kuntoutusta eläinavusteisesti toteuttavista terveydenhuollon ammattilaisista ja koulutuksen ammattilaisista valittiin haastatteluun

1. koira-avusteisia menetelmiä ja taideterapiaa hyödyntävä puheterapeutti
2. erityisesti lasten kanssa koira-avusteisesti työskentelevä toimintaterapeutti
3. koirien, kissojen ja hevosten kanssa toimiva fysioterapeutti
4. koiran ja hevosen kanssa työskentelevä psykoterapeutti
5. koiran kanssa työtään tekevä erityisluokanopettaja.
6. Lisäksi haastateltiin neljä terapeuttia (psykoterapeutti, fysioterapeutti ja kaksi toimintaterapeuttia) yrityksessä, joka on erikoistunut eläinavusteisiin menetelmiin.

Haastatteluja tehtiin ympäri Suomen marras- ja joulukuun aikana 2017. Kuntoutujahaastateltavien löytäminen osoittautui vaikeammaksi ja ilmoituksen perusteella haastatteluun saatiin vain yksi kuntoutuja. Loput haastateltavat rekrytoitiin ammattilaisten ja yhdistysten kautta. Kuntoutujahaastateltavien löytämistä saattoi hankaloittaa ensinnäkin se, että kuntoutujilla voi olla hankaluuksia puheentuotossa, vuorovaikutushaasteita tai vakava toimintakyvyn haitta. Toiseksi, tutkimusten perusteella suurimmat ryhmät, kuntoutujat lapset ja nuoret tai muis-tisairaat vanhukset, eivät ehkä tule tavoitetuiksi verkossa levitetyillä ilmoituksilla. Haastatteluun saatiin neljä kuntoutujaa:

1. aivoverenkiertohäiriön vuoksi fysioterapiassa koira-avusteisesti harjoitteleva eläkkeellä oleva nainen
2. psykoterapiassa eläinavusteisesti käyvä yläkouluikäinen tyttö
3. vaikeasta aivovammasta moniammatillisessa tiimissä koira-avusteisesti kuntoutunut työikäinen mies
4. puheterapiassa koira-avusteisesti käyvä pieni poika ja hänen äitinsä.

Haastattelut olivat puolistrukturoituja teemahaastatteluja eli tutkimuskysymysten määrittelemiä teemoja käsiteltiin kaikkien haastateltavien kanssa, mutta haastatteluissa annettiin myös paljon tilaa ammattilaisten ja kuntoutujien omille elämäntarinoille ja kokemuksille narratiivisen haastattelun tapaan (esim. Chase 2011).

Terapeuttien haastatteluissa puhuttiin palveluntuottajan alaan liittyvästä koulutuksesta, työhistoriasta ja siitä miten eläimet olivat tulleet osaksi toimintaa. Lisäksi keskusteltiin terapeutin näkemyksistä ja kokemuksista liittyen eläinavusteisuuden hyödyistä, vaikuttavuudesta, haasteista ja mahdollisista haitoista. Haasteltuja terapeutteja pyydettiin myös kertomaan tarjoamansa palvelun toteutustavoista, prosessista ja määrästä. Kuntoutujia haastateltiin kokemusasiantuntijoina siitä, mitä hyötyjä he ovat saaneet eläinavusteisesta kuntoutuksesta ja ovatko kokeneet siitä olleen jotakin haittaa. Lisäksi keskusteltiin lähipiirin osallistumisesta terapiatoimintaan sekä näkemyksiä siitä, miten eläinavusteinen terapia on vaikuttanut arkeen ja onko sen myötä syntynyt uudenlaisia toimintatapoja arkiympäristöön. Molempien ryhmien haastatteluissa korostettiin sitä, että kiinnostus kohdistuu heidän omiin kokemuksiinsa eikä kysymyksiin ole oikeita tai vääriä vastauksia.

Haastattelut tehtiin haastateltavan valitsemassa paikassa, yleensä terapeuttien toimitiloissa tai kuntoutujan kotona. Haastattelun aluksi käytiin läpi katsauksen tutkimustiedote. Tiedotteessa informoidaan katsauksesta ja sen tarkoituksesta sekä aineiston luottamuksellisesta käsittelystä ja säilyttämisestä. Haastattelutilanteessa korostettiin keskustelujen ja aineiston luottamuksellisuutta, anonymiteettiä sekä sitä, että haastattelun saa halutessaan keskeyttää tai kieltäytyä osallistumasta kokonaan. Haastateltavan kanssa täytettiin suostumuslomake ja alaikäisiltä haastateltavilta pyydettiin suostumus erikseen. Haastattelut nauhoitettiin ja litte-roitiin, eli kirjoitettiin ääninauhoitusten pohjalta tekstimuotoon, vaitiolositoumuksen allekirjoittaneen ulkopuolisen tahon toimesta. Raportissa kaikki haastattelulainauksissa esiintyvät eläinten ja ihmisten nimet on muutettu ja joitakin lainauksia on selkeyden vuoksi hieman tiivistetty. Haastatteluaineistoa säilytetään lukitussa kaapissa ja sähköisessä muodossa Kuntoutussäätiön suljetulla palvelimella. Aineistoa säilytetään Kuntoutussäätiössä 5 vuoden ajan, jonka jälkeen se tuhotaan. Katsaus on saanut Kuntoutussäätiön eettisen lautakunnan myöntävän lausunnon marraskuussa 2017.

2.3 Taustakeskustelut ja kysely Kelan palveluntuottajille

Katsausta varten toteutettiin Kelan verkkosivuilla palveluntuottajille tarkoitettu pienimuotoinen kysely eläinavusteisten menetelmien käytöstä. Kyselyyn vastasi 70 palveluntuottajaa, joista osa tosin käytti hevosavusteisia menetelmiä. Erillinen raportti kyselystä on julkaistu Kelan verkkosivuilla (Haapala ja Suomela-Markkanen 2018). Kyselyssä kysyttiin seuraavat kysymykset:

1. Missä organisaatiossa työskentelet eläinavusteisesti (Kelan palveluntuottaja, julkisen terveydenhuollon palveluksessa, yksityinen palveluntuottaja, muualla missä)
2. Mikä kuntoutus? (fysioterapia, musiikkiterapia, neuropsykologinen kuntoutus, puheterapia, psykoterapia, toimintaterapia, muu mikä)
3. Kuntoutusasiakkaasi ovat (lapsia, nuoria, aikuisia)
4. Minkä eläimen kanssa olet tehnyt eläinavusteista kuntoutusta?
5. Missä tilanteissa mielestäsi eläinavusteinen kuntoutus on hyödyllinen?
6. Minkälaisia haasteita olet kohdannut eläinavusteisessa kuntoutuksessa?
7. Mitä erityistä huomioitavaa on eläinavusteisessa kuntoutuksessa?
8. Miten eläinavusteinen kuntoutus toteutuu käytännössä?

Aineiston täydentämiseksi ja ennen kaikkea kotimaisen kentän ja koulutustarjonnan kartoittamiseksi tutkijat Lotta Hautamäki ja Paula Ranta kävivät lisäksi vapaamuotoisempia taustakeskusteluja toimijoiden kanssa ja osallistuivat yhteen koulutuspäivään eläinavusteisia ohjaajia kouluttavassa yrityksessä. Taustakeskusteluja varten tutkijat (Hautamäki ja Ranta) ottivat yhteyttä eläinavusteisia ohjaajia kouluttavaan tahoon sekä kahteen kentällä toimivaan koiraavusteisia menetelmiä edistävään yhdistykseen. Nämä taustakeskustelut käytiin vapaamuotoisesti, mutta niissä seurattiin löyhästi ammattilaisille tehtyä haastattelurunkoa. Keskusteluissa puhuttiin alaan liittyvästä koulutuksesta, eläinavusteisuuden hyödyistä, vaikuttavuudesta, haitoista, käytännön toteutuksesta ja siitä, miksi toimijat ovat lähteneet edistämään eläinavusteisten menetelmien käyttöä Suomessa.

2.4 Aineiston analyysi ja raportointi

Katsauksessa tarkasteltiin eläinavusteista terapiaa kirjallisuuskatsauksen tuottaman tutkimustiedon, haastatteluiden, kyselyn ja taustakeskusteluiden valossa. Näitä erilaisia tiedon lähteitä analysoitiin osin erikseen ja osin yhdessä.

Kuntoutussäätiön tutkijat Farid Ramadan ja Paula Hautamäki olivat vastuussa kirjallisuuden etsimisestä ja analysoimisesta. Haastatteluista ja taustakeskusteluista vastasivat tutkijat Ranta ja Hautamäki. Kyselyaineiston keräsivät ja analysoivat Eija Haapala ja Tiina Suomela-Markkanen Kelasta. Kyselyn teknisestä toteutuksesta vastasi Petra Niilola ja kielenhuollosta Jenni Viinikka. Kuntoutussäätiössä katsauksen tekemisessä avustivat harjoittelija Niina Kuuranta ja tutkimusavustaja Maiju Nieminen.

Litteroitu haastatteluaineisto analysoitiin aineistolähtöisen sisällönanalyysin keinoin (Tuomi ja Sarajärvi 2013). Haastattelurungot oli laadittu tutkimuskysymysten perusteella ja haastattelupuhetta luokiteltiin näiden teemojen mukaisesti. Pyrkimyksenä oli etsiä vastauksia tutkimuskysymyksiin asiantuntijoiden ja kuntoutujien haastatteluista. Kirjallisuuskatsauksen kaikki 680 osumaa kerättiin yhteen taulukkoon, jossa oli läpi käytyjen abstraktien perusteella lyhyt kuvaus julkaisusta. Taulukon sisällä tuloksia järjesteltiin ja ryhmiteltiin eri terapia-alueisiin ja diagnooseihin. Näistä julkaisuista tutkimuskysymysten kannalta relevanteimpia valittiin tarkempaan lukuun ja myös tutkimusjulkaisuista pyrittiin etsimään vastauksia tutkimuskysymyksiin. Taustakeskusteluja ja kyselyä käytettiin täydentävänä ja taustoittavana aineistona, jota käytiin läpi samaan aikaan haastatteluiden ja kirjallisuuskatsauksen analyysin kanssa. Taustakeskusteluissa jututetut toimijat ja kyselyyn vastanneet terapeutit nostivat esiin paljolti samoja teemoja kuin haastatellut asiantuntijat.

Raportin seuraavissa osissa käydään läpi katsauksen tuloksia. Erilaisia tiedon keräämisen tapoja on käsitelty raportissa yhtä tärkeinä, ja raportti on kirjoitettu siten, että kaikkien aineistojen perusteella pyritään vastaamaan katsauksen tutkimuskysymyksiin. Raportissa pyritään siis esittelemään monipuolisen aineiston avulla eläinavusteisen terapian hyötyjä, käyttöä ja kohderyhmää. Paikoin kuitenkin liikutaan myös eläinavusteisen pedagogiikan ja toiminnan alueilla, koska rajanveto eläinavusteisten menetelmien käytössä eri yhteyksissä ei aina ole selkeä.

Kuten edellä jo totesimme, kartoittavan kirjallisuuskatsauksen tekeminen ei ole lineaarinen prosessi. Raportin kirjoittaminen on aineistojen analyysin yksi osa. Raporttia kirjoittaessa on palattu sekä haastatteluista tehtyihin litteraatioihin että tutkimusartikkeleihin ja niiden koon-tiin taulukossa. Myös uusia yksittäisiä hakuja on tehty vielä raportin kirjoittamisvaiheessa. Punaisena lankana raportin kirjoittamisessa on pidetty valmiiksi mietittyjä tutkimuskysymys-ten informoimia otsikoita.

Joistakin teemoista on ollut vaikeaa saada tietoa kerätystä aineistosta. Etenkin huonoja koke-muksia eläinavusteisesta terapiasta oli vaikea löytää. Tutkimuskirjallisuudessa sellaisia tuli vastaan hyvin vähän. Oletamme, että tämä johtuu pitkälti siitä, että eläinavusteiset mene-telmät ovat usein vain osa terapeutin palveluvalikoimaa ja sellaiset kuntoutuja-asiakkaat, jot-ka eivät halua työskennellä eläinten kanssa eivät yksinkertaisesti niin tee. Siksi heidän koke-muksensa eivät myöskään tule ilmi muissa tutkimuksissa tai tätä katsausta varten kerätyissä haastatteluissa.

3 ELÄINAVUSTEINEN TOIMINTA SUOMESSA

3.1 Eläinavusteisen toiminnan historiaa ja kotimaista kirjoittelua

Saadaksemme kuvan siitä, missä vaiheessa eläinavusteiset menetelmät nousevat kotimaiseen keskusteluun, kävimme läpi katsauksessa esiin tullutta aikakauslehtiin ja ammattilehtiin käy-tyä kirjoittelua 1980-luvun alusta alkaen. Ensimmäinen julkaisu on vuodelta 1987 Suomen Lääkärilehdestä (Palo 1987), mutta eläinavusteisesta terapiasta, eläinavusteisesta toiminnas-ta sekä eläimen ja ihmisen välisen siteen terveystaikutuksista kirjoiteltiin enenevässä määrin 2000-luvun alusta alkaen. Kaiken kaikkiaan tällaisia ammatti- tai aikakauslehdissä ilmestynei-tä julkaisuja oli vuoteen 2017 ilmestynyt vajaa kolmekymmentä.

Eläinavusteiseen terapiaan liittyvää suomeksi tai ruotsiksi kirjoitettua akateemista tutkimus-ta ei kirjallisuuskatsauksessa löytynyt. Tietokannoista löytyi kuitenkin populaareja tiedear-tikkeleita, oppaita sekä yliopistojen ja ammattikorkeakoulujen opinnäytetöitä. Opinnäytetöitä tarkastelemalla voi havaita, miten eläinavusteisia menetelmiä ja vihreää hoivaa käsittelevät työt alkavat lisääntyä noin vuodesta 2010 eteenpäin. Ammattikorkeakoulujen alempien kor-keakoulututkintojen opinnäytetöissä käsitellään yhä enemmän erilaisia tapoja hyödyntää eläinten hyvinvointivaikutusta osana hoitotyötä ja kuntoutusta. Kiinnostavaa on, että Suo-messa on tehty yllättävän paljon ammattikorkeakoulujen opinnäytetöitä eläinavusteisten me-netelmien käytöstä fysioterapiassa, joka kansainvälisessä tutkimuskirjallisuudessa vaikutti olevan selvästi alitutkittu aihe (ks. luku 4.3). Kartoituksessa tuli vastaan myös parikymmentä kotimaisia pro gradu -tutkielmaa, joissa oli tarkasteltu eläinavusteista terapiaa. Esittelemme niiden tuloksia osana muuta tutkimuskirjallisuutta.

Lehtikirjoittelun ja opinnäytetöiden tarkastelu kertoo, että 2000-luvun alusta eläinavusteiset menetelmät ovat alkaneet juurtua suomalaiseen hoitotyöhön ja kuntoutukseen. Taustakes-kustelut alan toimijoiden kanssa vahvistavat tämän tulokinnan. Keskusteluissa tuli esiin, että 2000-luvun alusta alkaen Suomessa on ollut eläinavusteista vapaaehtoistoimintaa, jossa koi-

rat ovat vierailleet sairaaloissa ja laitoksissa. Vuodesta 2008 alkaen myös terapeutit ovat alkaneet enenevässä määrin hyödyntää eläinavusteisia menetelmiä työssään ja ammattilaisille on alettu tarjota täydennuskoulutusta eläintyöparin kanssa toimimiseen.

Kaija Ikäheimon (2015a) toimittamassa kirjassa *Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa* kuvaillaan monia alan kotimaisia pioneeriprojekteja, joissa on toteutettu erilaisia eläinavusteisia interventioita muiden kuin hevosten kanssa työskennellen, ja kerrotaan kokemuksia vuosien varrelta. Suomessa toimivat eläinavusteista toimintaa, terapiaa ja pedagogiikkaa edistävät yhdistykset ovat myös aloittaneet toimintansa 2000-alusta lukien (ks. liite 3). Ikäheimon toimittaman kattavan oppikirjan lisäksi on ilmestynyt Jari Salmelan (2015) opas *Viidakkoportaat. Eläinavusteisen valmentajan opas*, jossa käydään läpi ratkaisukeskeistä näkökulmasta terapiaprosessia kokonaisuutena ja eläimen kanssa toteutettuna. Eeva Kahilaniemen (2016) oppaassa *Eläinavusteinen interventio. Asiakkaan toiminnallisuuden tukeminen koira-avusteisin menetelmin* esitellään runsaasti erilaisia koiran kanssa tehtäviä harjoituksia, joita voi hyödyntää eläinavusteisissa interventioissa vapaaehtoistoiminnasta ammatilliseen terapiaan.

3.2 Eläinavusteinen terapia osana kuntoutusjärjestelmää

Tutkimuksen perusteella eläinavusteisia menetelmiä käytetään suomalaisessa kuntoutusjärjestelmässä ja ratsastusterapian lisäksi myös muut eläimet voivat toimia avustavassa roolissa lääkinnällisen kuntoutuksen terapioiden ja osana sosiaalista kuntoutusta. Tämän katsauksen haastattelupyyntöön vastanneiden yrittäjien ja palveluntuottajien kirjo kertoo siitä, missä kaikissa yhteyksissä eläinavusteisia menetelmiä käytetään. Tutkijoihin ottivat yhteyttä monet vihreän hoivan yrittäjät, jotka toteuttivat maatiloillaan esimerkiksi maahanmuuttajanuorille tai muille erityisryhmille sosiaalisen kuntoutuksen toimintaa. Myös yksi kalastajayrittäjä on ottanut palveluvalikoimaansa esteettömät kalastusmatkat sosiaalisen kuntoutuksen muotona. Vapaaehtoistoimintakin saattaa olla lähempänä terapiatoimintaa sellaisissa tapauksissa, joissa yrittäjä tarjoaa erilaisia eläinavusteisia menetelmiä hyödyntäviä palveluja ikäihmisille, mielenterveyskuntoutujille ja kehitysvammaisille yhteistyössä yhdistysten kanssa.

Tämän katsauksen haastattelut sekä kysely Kelan palveluntuottajille antavat alustavaa kuvaa siitä, miten eläinavusteista terapiaa käytetään osana terapiatoimintaa. Kyselyyn vastanneista 70 palveluntuottajasta suurin osa oli fysio-, toiminta- tai psykoterapeutteja ja heistä 57 toimi yksityisenä palveluntuottajana, samoin kuin kaikki haastatellut terapeutit. Loput kyselyyn vastanneista terapeuteista työskentelivät julkisen terveydenhuollon, Valteri-koulun ja kolmannen sektorin tai hankkeiden palveluksessa.

Kaikista kyselyyn vastanneista 36 ilmoitti tekevänsä muuta kuin kuntoutusta. Heidän toimintansa oli sosiaalipedagogista hevostoimintaa (18), palveluasumiseen liittyvää toimintaa (1), neuropsykiatrista valmennusta (3), eläinavusteista toimintaa (2), psykologin vastaanottoa (1), ratkaisukeskeistä terapiaa (2), psykiatrista ratsastusterapiaa (2), lastensuojelun perhekuntoutusta (1), sosiaalista kuntoutusta (1), EASEL-tunnetaitovalmennusta (kehitysvammahuollossa, lastensuojelussa sekä mielenterveys- ja fyysistä kuntoutusta tarvitseville asiakkaille) (1), logo art -taideterapiaa (1), vammaisratsastuksen ohjausta (1), psykiatrista sai-

raanhoitoa (tunne- ja vuorovaikutusvalmennusta)(1), sekä toimintaa koulun yläasteella (1). Vastanneista suurin osa työskenteli hevosen (47) tai koiran (47) kanssa. Toimintaa tehtiin kaiken ikäisten parissa (kohderyhmänä lapset 74 %, nuoret 89 %, aikuiset 71 %).

Tämän kartoituksen perusteella näyttää siis olevan vaikea erotella, milloin eläinavusteisten menetelmien käytössä on kyse kuntoutuksesta ja milloin muusta eläinavusteisesta toiminnasta.

4 MITÄ HYÖTYÄ ELÄIMEN KANSSA TYÖSKENTELYSTÄ ON ERILAISISSA TERAPIAMUODOISSA?

4.1 Tutkimusnäyttö ja kokemukset eläinavusteisten menetelmien toimivuudesta

Näyttöön perustuva lääketieteen ja kuntoutuksen peruseriaatteita on, että kaikkein paras näyttö jonkin intervention, esimerkiksi lääkkeen tai vaikkapa eläinavusteisen menetelmän, hyödystä saadaan satunnaiskontrolloiduissa kokeissa tai muissa satunnaistetuissa tutkimusasetelmissä. Näyttöä tietyn intervention toimivuudesta voidaan myös etsiä tietyin laatuksiteerein tutkimustietoa yhteen kokoavista systemaattisista kirjallisuuskatsauksista ja tarkoin laatuksiteerein koottua tutkimustietoa tilastollisesti käsittelevistä meta-analyyseistä (Louhiala ja Hemilä 2005; Komulainen ym. 2016). Systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa tiedon eli tutkimusartikkelien kokoaminen ja raportointi tehdään tietyn toistettavissa olevan mallin mukaan ja kiinnitetään erityistä huomiota näytön asteeseen. Meta-analyyseissä taas analysoidaan tilastollisesti yksittäisten tutkimusten tuloksia tietyn intervention osalta. Tässä kartoituksessa osumiin löytyi vuosilta 2010–2017 yhteensä 35 systemaattista katsausta ja 3 meta-analyysiä sekä 25 tavalla tai toisella satunnaiskontrolloitua tutkimusta. Kaikki katsaukseen mukaan tulleet systemaattiset katsaukset ja meta-analyysit on luetteloitu liitteessä 2.

Meta-analyysit ja systemaattiset katsaukset osoittivat pääasiallisesti, että eläimestä on ollut hyötyä osana muuta terapiaa. Etenkin autismin spektrin lasten sosiaalisuus ja valmius kommunikoida kohenivat eläinavusteisessa terapiassa (esim. Chitic ym. 2012; O’Haire 2013b ja 2017; Hallyburton ja Hinton 2017). Muistisairaiden hyvinvointi mieliala ja elämänlaatu koheeni, sekä niin sanotut käytösoireet ja ahdistus vähenivät eläinavusteisen terapian tai interventioiden vaikutuksesta (esim. Virués-Ortega ym. 2012; Bernabei ym. 2013; Gómez García ym. 2017). Mielenterveyskuntoutujien yleinen hyvinvointi ja sosiaalisuus olivat parantuneet sekä masennus ja ahdistusoireet lieventyneet erilaisten eläinavusteisten interventioiden vaikutuksesta (Rossetti ja King 2010; Berget ym. 2011; Maujean ym. 2015). Lisäksi mielenterveyshäiriöiden riskissä olevien lasten ja nuorten parissa on saatu hyviä tuloksia erilaisilla eläinavusteisilla menetelmillä (Hoagwood ym. 2017). Aivovammojen ja erilaisten neurologisten ongelmien aiheuttamat motoriset vaikeudet helpottivat, tasapaino parani sekä stressi ja ahdistus vähenivät, kun eläinavusteisia menetelmiä käytettiin osana neurologista kuntoutusta (Muñoz Lasa ym. 2015; Stapleton 2016).

Monet tässä mainituista analyyseistä toivat kuitenkin esiin sen, että lupaavista tuloksista huolimatta varsinaisen näyttöön perustuvan suosituksen tekemiseksi tarvitaan useimmissa tapauksissa lisää tutkimusta. Esiin tulleita ongelmia oli usein liian pieni tutkimusjoukko sekä satunnaistamisen ja ryhmiin jakamisen vaikeus, koska eläintä ei yksinkertaisesti voida käyttää kaikkien ihmisten kanssa (esim. Berry ym. 2013; Maujean ym. 2015; Hoagwood ym. 2017). Systemaattisissa katsauksissa ja meta-analyyseissä ilmi tullut näyttöön perustuvan tutkimuksen haaste eläinavusteisten menetelmien kohdalla on ilmeinen. Satunnaiskontrolloitu tutkimus ei kuitenkaan ole ainoa tapa saada tietoa jonkin intervention tehosta. Se sopii parhaiten lääkkeen vaikutusten tutkimiseen, mutta esimerkiksi terapeuttisten menetelmien tutkimisessa satunnaistaminen ei toimi yhtä hyvin (Louhiala ja Hemilä 2005). Kuntoutuksessa monimene-
telmäisen tutkimuksen tarve on tunnustettu (esim. Salminen ym. 2016). Myös haastatte-
luissa tuli hyvin esille se lähtökohta, että eläimen kanssa työskentelyä hyödynnetään muun
terapian osana yksilöllisesti kuntoutujan tilanteeseen sopivalla tavalla ja siksi menetelmän
vaikutuksia on haastavaa verrata ja satunnaistaminen ryhmiin voi olla vaikeaa. Lisäksi kun-
toutuksen lähtökohtana oleellinen, ICF-viitekehyksen mukaan arvioitu kokonaistilanne, on jo-
kaisella kuntoutujalla erilainen ja tämä lisää satunnaistamisen haasteita tutkimuksessa. Tut-
kimuksellisista haasteista huolimatta laadukkaasti toteutettuja tutkimuksia, joissa on tarkas-
teltu eläintyöparin itsenäistä vaikutusta terapian tehoon, tarvitaan lisää. Tässä katsauksessa
tutkimuksissa vuosilta 2010–2017 mukaan tuli kuitenkin myös hyviä satunnaistettuja tutki-
muksia, joissa pienestä otoksesta huolimatta pyrittiin arvioimaan eläinavusteisuuden itse-
näistä vaikutusta terapiaprosessissa.

Satunnaiskontrolloiduissa tutkimuksissa käsiteltiin esimerkiksi aikuisten mielenterveyshäi-
riöitä (Berget ym. 2011; Maujean ym. 2015; Calvo 2016), muistisairaiden käytöshäiriöitä
(Holthoff 2013; Travers ym. 2013), lasten ja nuorten neuropsykologisia haasteita ja mielen-
terveyshäiriöitä (Schuck ym. 2015; Stefanini ym. 2015). Lisäksi oli tutkittu esimerkiksi aivo-
vammakuntoutujia (Gocheva ym. 2017) ja nivelten korjausleikkauksia (Harper ym. 2015).
Yleensä tutkimusjoukkona oli alle 100 ihmistä, jotka jaettiin kontrolliryhmään ja eläinavus-
teista terapiaa saavaan ryhmään. Eläinavusteisen intervention tai terapian kesto ja se, miten
sen vaikutusta mitattiin, vaihteli tutkimusasetelmasta riippuen paljonkin, mutta monessa tut-
kimuksessa oli koettujen hyötyjen lisäksi mitattu myös esimerkiksi kortisolipitoisuuksia tai
muuta fysiologisia tekijöitä. Muutamassa tutkimuksessa pyrittiin jäljittelemään lääketutkimus-
ten asetelmaa, jossa toinen satunnaiskontrolloidussa tutkimuksessa toinen ryhmä saa lääkkeen
asemesta placebo-valmisteen, joka ei vaikuta ihmiseen mitenkään. Eläimen vaikutuksen kal-
taista vaikutusta oli pyritty jäljittelemään esimerkiksi roboteilla tai pehmoleluilla (Thodberg
ym. 2016). Näytön astetta arvioitaessa satunnaiskontrolloitujen tutkimusten näyttö vaihteli
heikosta vahvaan, ja suurin osa tutkimuksista päättyi varovaisesti suosittelemaan eläinavus-
teisia menetelmiä osana terapiaa, mutta suosittivat lisätutkimuksia erilaisin menetelmin.

Kokemusperäinen tieto eläinavusteisten menetelmien hyödyistä osana fysio-, puhe-, toiminta-
ja psykoterapiaa ja neuropsykologista kuntoutusta tuli esiin tätä katsausta varten tehdyissä
haastatteluissa ja kyselyssä. Esimerkiksi haastateltu psykoterapeutti kuvaili, miten tutkimus-
tieto eläinavusteisten menetelmien stressiä lieventävästä ja rauhoittavasta mekanismista vai-
kuttaa käytännön hoitotyössä tässä tapauksessa autismin kirjon lasten kanssa:

”Kyllähän se on tutkittu, että eläin vähentää stressiä, et se lisää myönteisten emootioiden todennäköisyyttä. Se lisää prososiaalista, eli tämmöstä myönteistä sosiaalista käyttäytymistä. Varsinkin jostain syystä autististen henkilöiden keskuudessa. Siis siitähän on paljon tutkittua terveyshyötyä. En mä tiedä mietitäänkö me kummemmin niitä, et nyt me tässä lisätään sitä tai tätä [nauraa]. Mutta varmaa ne on just ne mekanismit, miksi me nähdään se, että vaikka joku autistinen asiakas, joka on vähä niinku vihamielinen, arvaamaton ja käyttäytyy haastavasti, rauhoittuu tässä [maatila] ympäristössä.” (Psykoterapeutti)

Tässä lainauksessa tulee hyvin esiin se, miten haastateltavat kokivat oman työnsä suhteessa eläinavusteisesta terapiasta tällä hetkellä olevaan tutkimusnäyttöön. Heillä oli vahva kokemusperäinen tieto menetelmien hyödystä tiettyjen haasteiden kuntoutuksen tukena. Koska vähäinen tutkimusnäyttö näistä menetelmistä ei ollut tuonut esiin haittoja tai vaaroja, vaan pikemminkin vahvisti heidän kokemuksiaan, tunsivat he, että menetelmiä on turvallista ja kannattavaa käyttää.

Eläinavusteisia menetelmiä osana terapiaansa käyttävät ammattilaiset toivat kyselyssä ja haastattelussa esiin seuraavia eläimen kanssa työskentelemisen mukanaan tuomia hyötyjä verrattuna samaan terapiaan ilman eläintä työparina:

- luottamuksen saavuttaminen helpommin terapeutin ja kuntoutujan välille
- eläin rauhoittaa terapiatilanteita
- kipeistä asioista keskusteleminen on helpompaa eläimen kautta
- kuntoutujan kokonaisvaltainen motivoituminen terapiaprosessiin: uskallus tehdä harjoitteita, parempi jaksaminen ja terapian tehostuminen
- kuntoutusprosessin nopeutuminen ja sen myötä kustannustehokkuus
- kuntoutuksen mahdollistuminen sellaisillekin ihmisille, joiden kohdalla se muuten olisi haastavaa
- tunteiden tunnistamisen oppiminen eläimen avulla mallintamalla
- keskittymisen parantuminen ja levottomuuden väheneminen
- itsetunnon ja itseluottamuksen vahvistuminen
- stressin vähentyminen ja mielihyvä
- elämänlaatu paranee ja kuntoutuja saa voimaannuttavia kokemuksia oppimisesta ja onnistumisesta, sekä pystyvyydestä
- käyttäytymisen hallinta: odottamisen harjoittelu, empatian lisääntyminen, oman toiminnan tarkkailu ja hallinta
- sosiaalisten taitojen kehittyminen: puheen, kommunikoinnin ja vuorovaikutuksen kehittyminen
- toiminnanohjauksen taitojen kehittyminen: toiminnan suunnittelu ja eteneminen, hahmottaminen, jaettu tarkkaavuus, muisti, tarkkaavaisuus ja keskittyminen
- motoristen toimintojen kehittyminen: kävelyn ja käsien käytön harjoittaminen, lihasten aktivoituminen ja rentoutuminen

- eläimen kanssa toimiminen tukee luonnollisesti sensomotorisia harjoitteita, taktiiliharjoitteita, hienomotoriikkaa (näppäryys ja tarkkuus) sekä silmän ja käden koordinaatioita kehittäviä toimintoja
- eläimen avulla harjoittaa päivittäisiin toimiin liittyviä asioita, esimerkiksi hygienian, ruoan, omasta hyvinvoinnista huolehtimisen ja levon merkitystä sekä kouluun lähtemistä
- kuntoutuja ei tunne olevansa potilas ja hoidon kohde, vaan voimaantuu huolehtimaan eläimestä
- läheisten osallistuminen kuntoutukseen on luontevaa
- terapian vaikutukset siirtyvät arkeen helpommin esim. puhehäiriöinen lapsi kertoo terapian tapahtumista kotona vanhempien kanssa keskustellen
- kuntoutuja saa omasta käyttäytymisestään rehellisen ja oikea-aikaisen palautteen, joka hänen on helpompi vastaanottaa eläimeltä kuin terapeutilta
- eläinavusteisuus voi auttaa normalisoimaan terapiaa.

Haastateltavien asiakkaista osa eläinavusteisesta kuntoutuksesta hyötyvistä oli hyvin pitkäkestoisessa kuntoutuksessa, sillä toimintakyvyn haitan laatu oli useinkin pysyvän vamman tai kroonisen sairauden aiheuttama. Tällöin eläin on myös merkittävä piristys jatkuvaan terapiaan. Motivaatio pysyy harvoin jatkuvasti suurena, ja kun into hiipuu, saattaa eläin tuoda tarvittavan sysäyksen, jotta kuntoutuja jaksaa panostaa harjoitteluun.

Haastattelujen ja kyselyn perusteella voidaan sanoa, että kuntoutuksen hyödyt siirtyvät arkeen samaan tapaan kuin tavanomaisessakin terapiassa, joskin useat terapeutit toivat esiin sen, että prosessi nopeutuu, kun kuntoutuja on paremmin motivoitunut. Monet haastateltavat ja kyselyyn vastanneet toivat esille, miten koira on esimerkiksi voinut olla erittäin hyvä motivaation luoja: Kuntoutujat tekevät hymyssä suin huomattavasti enemmän töitä kuin normaalissa terapia-asetelmassa. Koira rohkaisee arkaa kuntoutujaa, antaa läheisyyden tunnetta ja auttaa purkamaan tuntemuksia, jotka saattavat olla hidastamassa kuntoutuksen toteutumista.

Kyselyssä ja haastatteluissa tuotiin eläinavusteisten menetelmien hyötynä esiin myös se, että kuntoutusprosessi tehostuu. Eräs kyselyyn vastannut terapeutti piti eläinavusteista terapiaa kustannustehokkaampana ja arvioi, että sillä saa aikaan enemmän hyvää asiakkaan kuntoutuksessa kuin esimerkiksi pitkällä fysioterapiajaksoilla.

Motivoituminen vaikuttaa myös kuntoutujan arjessa ja eräs haastateltu kuntoutuja oli koiraavusteisen kuntoutusprosessin jälkeen ottanut oman koiran osaksi arkeaan. Myös haastateltu psykoterapeutti kuvaili, miten eläimen mukanaan tuoma hyvä vire voi siirtyä kuntoutujan arkeen:

”Nyt joulun aikaan on kaks asiakasta lopettamassa, jotka ovat tosi paljon innostuneet eläinten kanssa olemisesta ja toinen tosi paljon innostunut ratsastusterapeutista työskentelystä, niin kyllähän ne miettii jo niin kun kovasti harrastuspohjalta ratsastusta. Ja moni ostaa koiran terapiavaiheen aikana, jos se on mahdollista perheelle. Silloinhan se terapeutin elementti tavallaan siirtyy sinne kotioloihin.”
(Psykoterapeutti)

Eläimen läsnäolo voi myös tehdä terapiaprosessista helpomman ja laskea terapiaan tulemisen kynnyksiä. Usein myös läheisille voi olla helpompaa tulla paikkaan, jossa eläin on tervehtimässä tulijoita. Kyselyssä ja haastatteluissa tuli esille myös eläimen merkitys kuntoutumiseen lähtemisessä, sekä terapiasuhteen syntymisen vahvistamisessa. Esimerkiksi tunne-elämän ja käytöksen häiriöissä nuori ei aina suostu mihinkään terapiaan, mutta eläinavusteiseen kuntoutukseen hän voi lähteä, koska siellä ei vain puhuta, vaan ystävystytään ja toimitaan eläinten kanssa, ja puhutaan siinä samalla. Myös isät tuntuvat lähtevän paremmin mukaan, kun tehdään jotain konkreettista eläimen kanssa. Monelle aiemmat kokemukset palaverista, konsultaatioista ja keskusteluterapiasta ovat saattaneet tuntua ahdistavilta ja kuntoutujia tai läheisiä on ollut vaikea aiemmin saada osallistumaan muuhun terapiaan.

Läheiset ovat eläinavusteisessa kuntoutusprosessissa mukana hyvin samanlaisella tavalla kuin muissakin kuntoutusmuodoissa. Lasten ja nuorten kohdalla läheiset ovat tiiviimmin osa kuntoutusta joka tapauksessa, mutta varsinkin kotikäynneillä he saattavat olla myös läsnä terapiatilanteissa. Läheiset ovat tiiviimmin mukana lasten ja nuorten kanssa etenkin kuntoutuksen alkuvaiheessa. Ennen kuntoutuksen alkua perhe usein tapaa mahdollisen tulevan terapeutin ja tämä esittelee toimintaansa heille, jolloin myös mahdollisuus hyödyntää eläinavusteisia menetelmiä nousee esille. Usein vanhemmat ovat mukana vähintään ensimmäisellä käynnillä, jolloin he näkevät, mitä kuntoutuksessa tehdään ja osallistuvat myös toiminnallisempaan terapiaan tarpeen mukaan. Eläimet saattoivat olla myös läheiselle tilannetta helpottava tuki, kuten eräs terapeutti kuvasi vertaillen tavanomaisia terapiavastaanottoja eläinavusteiseen:

”Toinen semmoinen ihan selkeä havainto mikä mulla on, kun mähän teen samanaikaisesti myös ei-eläinavusteista vastaanottotyötä jonkin verran, niin vanhempien on helpompi tulla tähän eläinavusteiseen työtapaan niin kun jotenkin tasaveroisina yhteistyökumppaneina. Että jonnekin sairaalan tai perheneuvolan tiloihin niin he jotenkin tuo sen lapsensa sinne psykoterapiaan muodollisemmin. Mutta sitten kun täällä [yrityksen maatilalla] on vanhemmillekin se, että kun he monesti odottelee täällä, niin täällä on vuohi tervehtimässä. Ja saattaa olla, että vanhemmillakin on joku oma eläin, mille ne tuo porkkanoita tai muuta. Että se voi olla heillekin semmoinen, että on helpompi. Vaikka he kyllä tietää, ettei tämä mikään harrastus ole eikä hauskanpitoa, mutta että se jotenkin vie semmosia hoitoon ja kuntoutukseen tavallisesti liittyviä asetelmia pois ja semmosta uhkaa ja turhaa tärkeyttä pois. Että tänne on jotenkin luontevampi varmaan monelle tulla.” (Psykotérapeutti)

Haastateltavan edellä kuvaamalla maatilalla asiakkaita ja heidän läheisiään otti vastaan psykoterapeutteja, toimintaterapeutteja ja fysioterapeutteja. Vaikka eläinavusteiset menetelmät olivat eri terapia-alueilla osin samoja, löytyi kuitenkin myös erilaisia toimintatapoja ja tutkimuksia oli tehty jonkin verran eläinavusteisista menetelmistä tiettyjen terapioiden osana.

Seuraavassa esittelemme eläinavusteisen terapian luonnetta eri terapiamuodoissa tutkimuskirjallisuuden, haastatteluiden ja kyselyn valossa. Tutkimuskirjallisuudessa yleisimmin vastaan tulleet terapiamuodot olivat moninaiset toimintaterapiat sekä psykoterapia. Fysioterapiaa ja puheterapiaa koskevia julkaisuja löytyi hauissa merkittävästi vähemmän. Haastatte-

luiden, kyselyn ja taustakeskustelujen perusteella fysioterapiassa ja puheterapiassa sekä vaativassa moniammatillisessa kuntoutuksessa kuitenkin käytetään (ratsastusterapiain lisäksi) erityisesti koiria.

4.2 Psykoterapia

Psykoteraapien tavoitteena on yleisesti auttaa kuntoutujaa, jolla on mielenterveyshäiriöistä johtuvia huomattavia vaikeuksia selviytyä kotona, koulussa, työelämässä tai muissa elämäntilanteissa. Psykoteraapien avulla pyritään tukemaan ja lisäämään kuntoutujan itsetuntemusta ja toimintakykyä arjessa sekä lapsen ja nuoren normaalia kehitystä. Kaiken kaikkiaan psykoteraapien tavoitteena on, että kuntoutuja saa keinoja selviytyä jokapäiväisen elämän haasteista ja vuorovaikutuksellisista vaatimuksista (Kela 2015).

Psykoteraapiassa eläin voi olla passiivisesti vain mukana terapiaistunnoissa luomassa turvallisuuden tunnetta ja pehmentämässä tunnelmaa tai terapia voidaan suunnitella siten, että siinä on mukana aktiivista toimintaa eläimen kanssa (Hamama ym. 2011; Balluerka ym. 2015). Yksilöterapiain lisäksi eläin voi olla mukana pari- tai ryhmäterapiassa.

Psykoteraapiain liittyvissä tutkimuksissa nähtiin, että eläinten läsnäolo hyödyttää terapiaprosessia erilaisin tavoin. Esimerkiksi kognitiivis-behavioraalista terapiaa saaneet ihmiset satunnaisesti koiran kanssa ja ilman työskenteleviin ryhmiin. Tutkimuksen tuloksena oli, että koira-avusteisuus alensi akuuttia ahdistuneisuutta terapiaprosessin aikana eikä vaarantanut tunnettyöskentelyä tai terapiain toimintamekanismia. Joillekin yksilöille koiran kanssa työskentely paransi pitkän aikavälin tuloksia (Hunt ja Chizkov 2014). Eläimen kanssa psykoteraapiassa voi olla helpompi käsitellä emotionaalisesti vaikeita asioita ja tämä voi olla hyödyllistä etenkin lapsipotilaiden kohdalla (Bachi ja Parish-Plass 2016).

Luottamuksen lisääntyminen sekä kyky käsitellä vaikeita tapahtumia ja asioita tulivat esiin myös haastatteluissa ja kyselyssä. Luottamuksen lisääntymisestä eläimen kanssa työskennellessä tuntuu olevan hyvin tärkeä osa paitsi psykoteraapiain, myös muita terapiamuotoja. Esimerkiksi eräs kyselyyn vastannut kuvasi, miten nuorten voi olla vaikea puhua terapeutin tai kuraattorin kanssa sovitulla kellonrytmillä vastakkain istuen. Yhdessä puuhailu ja luontoelämys, joskus pelkkä hyväksyvä katse, herättää luottamusta ja asiat alkavat purkautua huomaamatta. Yhteisen toiminnan tiimoilta lapselle ja nuorelle on helppo osoittaa myös sanaton hyväksyntää.

Haastatteluissa ja kyselyssä terapeutit kuvasivat sitä, miten eläinten käyttäytymistä tarkkailemalla voitiin puhua esimerkiksi vaikeista perhesuhteisiin liittyvistä asioista ikään kuin eläinten elämän kautta. Erityisesti lasten ja nuorten kanssa työskennellessä eläin ikään kuin auttaa käsittelemään vaikeita asioita ja sen avulla voidaan myös sanoittaa vaikeita vuorovaikutustilanteita:

”Pystyy ottamaan puheeksi niitten eläinten avulla semmosia asioita, mitkä olis ehkä vaikea, ei välttämättä minun kysyä suoraan, mutta et sille lapselle vaikea, jos mä menisin ja kysyisin ihan näin suoraan kaikkia. Mutta sitten kun voidaan sen eläimen

kautta tavallaan puhua, että nyt se käyttäytyi tolla tavalla ja jotakin näin, niin sitten meidän on helpompi päästä just siihen asiaan.” (Psykoteraapeutti)

Eläimen kanssa työskentelyä käytetään psykoterapiassa menestyksekkäästi juuri mallintamaan erilaisia vuorovaikutustilanteita ja auttaa lasta kielentämään vaikeita asioita. Lisäksi koiran ja lapsen vuorovaikutusta voidaan seurata ja lähteä sitten tutkimaan sitä yhdessä lapsen kanssa keskustellen: mitä tilanteessa tapahtui ja miksi lapsi reagoi tietyllä tavalla. Esimerkiksi eräs terapeutti kuvaili kyselyssä tilannetta, jossa nuori kuntoutuja-asiakas selvitti eläimen turkin takkuja ja jutteli samalla äidilleen ja terapeutille, miten takut ovat kuin hänen ja äidin väliset solmut ja harja taas ikään kuin selvitysaine eli nuoren ja äidin apu oman suhteensa solmujen selvittelyssä. Toinen terapeutti kuvaili vastaavaa mallintamistilannetta perheterapiassa, jossa isä tiedosti omia toimintatapojaan seuratessaan, miten lapsi opetti koiraa agility-radalla näyttämällä mallia, houkuttelemalla ja palkitsemalla. Isä ymmärsi, että hänen tapansa ohjata lasta tekemään jotakin oli pikemminkin käskytystä ja toisenlainen malli voisi toimia paremmin.

Terapeutit kuvasivat myös sitä, miten eläimen kanssa työskennellessä voidaan saavuttaa psykoterapiaprosessissa tärkeä yhteys. Kuntoutuja voi eläimelle helpommin kertoa asioita ja saada sitä kautta kosketusta itseensä. Aina henkilöllä ei ole sanoja kuvaamaan oloaan ajankohtaisesti tai juuri vastaanoton aikana ongelmat eivät nouse esiin. Eläinavusteinen työskentely on kokemuksellista ja nostaa tunteita pintaan, jolloin niitä päästään käsittelemään.

Katsausta varten haastatellut psykoterapeutit (yksi ryhmässä haastateltu ja yksilöhaastattelu) kuvailivat omien asiakkaidensa yhdistävänä piirteenä olevan hyvin vaikeat ongelmat kiintymyssuhteissa ja luottamuksessa. Molempien suurimmat asiakasryhmät olivat eri tavoin neurologisesti tai muuten oirehtivat lapset ja nuoret sekä aikuiset, joilla on ahdistuneisuushäiriötä tai masennusta. Usein alaikäiset kuntoutujat tulevat terapiaan esimerkiksi vanhemman tai terveydenhuollon aloitteesta sen sijaan, että itse hakeutuisivat. Toinen psykoterapeuteista kuvaili, miten haastava tämä lähtökohta on, kun lapset eivät välttämättä itse tiedosta kärsivänsä mistään eivätkä ymmärrä miksi he nyt ovat täällä ”tädin luona”. Eläimet auttavat sanoittamaan asioita lapsille. Toinen psykoteraapeutti kertoi, miten erityisen vaikeasti psykoteraapiaan vastaavat lapsipotilaan ohjattiinkin juuri hänelle, koska eläinavusteisen terapian katsottiin hyödyttävän juuri niitä, joiden on muuten vaikea työskennellä psykoterapiassa.

Tutkimustietoa lasten ja nuorten psykoterapioista oli myös kertynyt jonkin verran. Esimerkiksi eräässä tutkimuksessa laitoksessa asuvat nuoret osallistuivat eläinavusteiseen psykoteraapiaan sekä hoitivat ja kouluttivat maatilan eläimiä. Tämä lisäsi heidän omanarvontuntoaan ja vastuullisuuttaan. Lisäksi hoitava tiimi seurasi nuorten toimintaa eläinten kanssa ja pystyi sen avulla paremmin kiinnittämään huomiota yksilöllisiin ongelmallisiin käytösmalleihin (Balluerka ym. 2015).

Yksi laaja laadullinen tutkimus löytyi aikuisten koira-avusteisesta psykoterapiasta (Miller-Allen 2014). Siinä tarkasteltiin koiran merkitystä useiden eri mielenterveyshäiriöistä kärsivien aikuisten potilaiden psykoterapiaprosesseissa, jotka kestivät 12 yksittäisestä sessiosta 6 vuoteen. Tutkittavat kokivat, että koira lohdutti heitä terapiaprosessin aikana ja toimi hy-

väksyvänä ja arvostelemattomana olentona, johon he pystyivät muodostamaan erityisen suhteen. Lisäksi he toivat esiin sen, että koiran kanssa työskentely paransi heidän suhdettaan psykoterapeuttiin. Tämä tuli esiin myös eräässä toisessa tutkimuksessa, jossa eläimen läsnäolon psykoterapiassa vaikuttavan juuri terapeutin ja potilaan hoitosuhteeseen myönteisesti (Zilcha-Mano 2017). Myös Kirvesniemi (2014) tutki aikuisten psykoterapiaa analysoimalla videotallenteita terapiaistunnoista, joissa oli mukana koira ja havaitsi koiran helpottavan hermistä ja hankalista aiheista puhumista sekä tasapainottavan terapiatilanteiden epäsymmetrisyyttä.

4.3 Fysioterapia

Fysioterapiassa kuntoutujalle tehdään yksilöllisesti harjoitteluohjelma fyysisen toimintakyvyn parantamiseksi ja terapeutti tukee kuntoutujaa käyttämään optimaalisesti voimavarojaan liikkumis- ja muun toimintakyvyn ylläpitämiseksi ja edistämiseksi omassa elämässään. Lisäksi kuntoutuja ja terapeutti vuorovaikutuksessa pohtivat kuntoutujan toimintaympäristön rajoitteita ja apuvälineiden tarvetta (Kela 2015).

Eläinavusteista fysioterapiaa koskevia tutkimuksia löytyi vain vähän. Eläinavusteisia menetelmiä oli kuitenkin tutkimuksissa käytetty vaikeavammaisten lasten kuntoutuksessa (Tunçay Elmacı ja Cevizci 2015). Lisäksi katsauksessa löytyi muutama tutkimus, jossa niin sanottuja mobiliteettikoiria oli käytetty avustajina vaikeasti liikkuvilla potilailta ja pyörätuolin käyttäjillä (Abbud ym. 2014; Champagne ym. 2016; Martin-Lemoyne ym. 2016).

Haastatteluista kuitenkin saatiin tietoa siitä, mitä eläinavusteisuus osana fysioterapeuttista kuntoutusta voi tarkoittaa. Haastateltu fysioterapeutti kertoi, että hänen asiakkainaan on ihmisiä, joilla on merkittävä toimintakyvyn haitta, jonka taustalla saattaa olla Parkinsonin tauti, Duchennen tauti, Downin syndrooma, MS-tauti, CP-oireyhtymä, aivoverenkiertohäiriö tai polio. Fysioterapiassa kuntoutuksen apuna oli usein koira, jonka kanssa tehtiin erilaisia fyysisiä harjoitteita joko luonnossa, kuntoutuslaitoksissa tai fysioterapeutin omissa tiloissa. Ryhmähaastattelussa mukana ollut fysioterapeutti kuvasi kuntoutuksen tavoitteita seuraavasti:

”Keho on vaurioitunut jollakin tapaa, niin siihen haetaan takasin sitä toiminnallisuutta ja mahdollisuuksia liikkumiseen. Ihan perusliikkeisiin, kävelyyn, kaikkeen mahdolliseen. Sitten hienomotorisia ja karkeamotorisia taitoja kohennetaan. Tilanhahmotusta, avaruudellista hahmotusta, että missä on suunnat ja mihin suuntaan pitää lähteä, koska niissäkin on usein häiriötä. Ja sitten tuo, se struktuuri on mulla aika saman tyylinen, sit sitä sisältöä painotellaan sen mukaan, mikä kenellekin sopii parhaiten.” (Fysioterapeutti)

Fysioterapiassa koiran kanssa voidaan tehdä erilaisia liikkeitä kuin yleensä on tapana: tasapainoharjoituksia lattian tasossa, porrasharjoituksia, kävelyharjoituksia myös luonnossa erilaisilla pinnoilla. Kaiken kaikkiaan koiran kanssa kuntoutujan huomio kiinnittyy eläimeen ja omaan vaikeaan liikkumiseen kiinnitetään vähemmän huomiota.

Yksi kuntoutujahaastateltavista oli yli 15 vuotta sitten aivoverenkiertohäiriöön sairastunut eläkeläisnainen, joka oli kuntouttanut halvaantunutta puolta kehossaan alusta asti fysioterapiassa. Hän oli vasta hiljan osallistunut koira-avusteiseen fysioterapiaan ja kertoi sen olleen merkittävästi erilaista. Tasapainoharjoitukset ja lihasten vahvistaminen tehtiin aivan uudella lailla liikeradoilla yhdessä koiran kanssa. Hän koki motivoituneensa uudelleen treenaamaan halvaantunutta puolta kehosta ja yhdessä koiran kanssa tehdyille fysioterapialle olikin asetettu tavoitteeksi kävelyn tasapainon parantaminen. Hän kuvaili toimintaa koiran kanssa näin:

”On siis se molemminpuolinen onnistuminen. Ja se kun näkee sen koiran innon ja et se haluaa hoputtaa niinku, et tehdään nyt. Ja sitten jos ei tahdo oikein onnistua niin, että kyllä tämä tästä, odota. Niin se on jotenkin veikeä semmoinen. Että mä saan sen [liikkeen] onnistumaan kun mä saan vähän aikaa hakea tälleen [kuvailee liikettä käsillään]. Sitten musta aina itsestä tuntuu et Murre [koira] niinku on että joku juttu pitää tehdä. Tuntui, että itsestäkin sai enemmän irti kun ne kaks silmää siinä tapitti.” (Kuntoutuja)

Eläin tuntuu olevan tärkeä motivaattori kaikissa terapiamuodoissa omalla tavallaan, mutta vaativassa lääkinnällisessä kuntoutuksessa toteutetussa fysioterapiassa motiivon merkitys korostuu: kun liikkuminen on hyvin haastavaa, harjoitteet tehdään koiraa varten. Kyselyssä tuotiin esille myös se, että kuntoutuja uskaltaa, hahmottaa tai jaksaa tehdä harjoitteitaan paremmin koiran kanssa kuin ilman.

Haastatellut fysioterapeutit kuvasivat sitä, miten etenkin vaikeavammaisille lapsille vuorovaikeus ja kohtaamiset koiran kanssa ovat suoria eikä koira puhu heidän ylitseen kuten vanhemmat ja hoitohenkilökunta. Eläimet eivät myöskään kiinnitä huomiota liikkumisen vaikeuksiin:

”Oon huomannu et he saa paljon semmoista voimaantumista siitä, että kukaan ei kiinnitä siihen huomiota, jos vähän lenkuttaa menemään kävellessään, vaan se eläin hyväksyy juuri sellasena.” (Fysioterapeutti)

Toisilla kuntoutujilla fysioterapia on osa moniammatillista kuntoutusta yhdessä esimerkiksi toiminta- ja puheterapian kanssa. Myös tällaisessa kuntoutuksessa voi olla koira mukana. Esimerkiksi yksi haastateltavistamme, nuorehko mies, oli vakavan aivovamman jälkeisessä moniammatillisessa kuntoutuksessa hyötynyt mukana olleesta koirasta paljon. Koira oli auttanut häntä paitsi fysioterapeuttisissa liikkumisen harjoituksissa, myös puheterapiassa, jossa hän opetteli säätämään intonaatiota niin, että koira reagoi. Toimintaterapiassa taas tehtiin esimerkiksi sellainen toiminnanohjauksen harjoitus, jossa kuntoutuja suunnitteli ja toteutti terapiakoiralalle syntymäpäiväjuhlat. Prosessiin kuului ostosreissu suunnitteluineen, leipomista, järjestelyjä ja lopulta itse juhlat ja onnittelulaulu. Kuntoutuja itse kertoi, miten kuntoutus on tuonut myös arkiseen elämään terapian ulkopuolella positiivisemmän mielen. Tutkimusten mukaan juuri aivovammoista kuntoutuvien ihmisten motoriset vaikeudet helpottivat, tasapaino ja sosiaalisuus paranivat ja he kokivat vähemmän stressiä ja ahdistusta tilanteestaan. (Muñoz Lasa ym. 2015; Stapleton 2016).

4.4 Puheterapia

Puheterapiassa autetaan kieli- tai puhehäiriöistä lasta tai aikuista kommunikoinnin ja vuorovaikutuksen ongelmassa. Pyrkimyksenä on poistaa, lieventää tai ehkäistä kielen ja puheen häiriöitä, mutta lisäksi voidaan kuntouttaa syömis- ja nielemistoimintoja sekä äänentuottoa (Kela 2015).

Haastattelun puheterapeutin asiakkaina eläinavusteisessa terapiassa oli paljon viivästyneesti kehittyneitä lapsia ja lapsia, joilla on jokin autismin kirjon häiriö, lukihäiriö tai aistihäiriö sekä afaattisia aikuisia ja aivovammakuntoutujia. Haastattelun aluksi puheterapeutti kertoi, miten oli ikään kuin vahingossa ymmärtänyt koira-avusteisten menetelmien mahdollisuudet ottaessaan pakon sanelemana koiransa mukaan vastaanotolle:

”Silloin mulla oli muu perhe matkoilla, ja mun oli pakko ottaa tämä pieni koira mukaan. Ja tuota, kokeilin sitä sitten yhden downin pojan kanssa. Ja tämä poikahan ei puhunut mitään, hänellä oli pelkät viittomat käytössä ja hän yritti s:ää opetella, niin mulla oli semmoinen villi ajatus, että nyt mä kokeilen, että lähtiköhän se toistamaan tuon koiran nimeä [Sissi], kun se koira tunnistaa sen sihauksen. Ja se olikin ihan yllettävää, et se poika, se oppi sen s:än sillä yhdellä kerralla.” (Puheterapeutti)

Puheterapiassa ei kuitenkaan ole kyse vain oikeanlaisesta ääntämisestä ja muusta puheen motoriiikasta, vaan myös vuorovaikutuksen opettelemisesta esimerkiksi sellaisissa tilanteissa, joissa kuntoutujalla on vaikea afasia tai muu puheentuoton häiriö, jota ei pystytä täysin korjaamaan. Samoin puhumattomat autismin kirjon lapset ovat puheterapeutin mukaan hyötynneet koira-avusteisesta puheterapiasta juuri siksi, että siinä voidaan opetella vuorovaikutusta esimerkiksi katsekontaktin ja kosketuksen avulla. Kyselyssä tuotiin esille myös eläinavusteisten menetelmien hyöty, kun lapsella on mutismi. Sanaton kommunikaatio eläimen kanssa helpottaa terapiatilanteita. Eläimen kanssa puuhatessa sanoja tulee lisää, ja kertova puhe lisääntyy myös arjessa. Eläinavusteinen puheterapia ei siis ole vain sanojen ja ääntämisen opettelua, vaan myös vuorovaikutustaitojen ja tunneilmaisun harjoittamista. Lisäksi puheterapiassa voidaan harjoitella kommunikaatiota esimerkiksi ohjeiden kuuntelemisen ja noudattamisen muodossa ja näissäkin harjoitteissa eläin voi olla kommunikaatiokumppanina.

Haastattelussa 6-vuotiaan pojan äiti kertoi kokemuksista koira-avusteisessa puheterapiassa. Puheterapia oli edistynyt nopeasti, koska koirat olivat ensinnäkin motivoineet pientä poikaa harjoittelemaan ja hän oli rohkaistunut puhumaan koirille selkeämmin, jotta koira kuulee käskyt ja ohjeet. Tämä kehitys oli siirtynyt terapiatilanteista arkielämään, kun koirista piti kertoa muille perheenjäsenille. Puheterapiakaan ei ole vain mekaanista oppimista, vaan terapeuttisella suhteella eläimen kanssa voi olla paljonkin merkitystä. Pojan äiti kuvaili koiran merkitystä seuraavasti:

”No mä vähän luulen, kun Ilmari on tommoinen eläinrakas ja tosiaan kun meillä itsellä oli se koira, joka jouduttiin sitten lopettamaan. Niin että ne koiratkin on vähän niin kun terapoinut tietyllä lailla, musta tuntuu, Ilmaria. Että kun on saanut käymään niitä koiria kotona, on pystynyt puhumaan silti sitten koirista, ja niitten käyttäytymisestä ja kaikesta ja sitten saanut opettaa koiraa.” (Kuntoutujan äiti)

Tutkimuskirjallisuudessa tuli esiin vain vähän puheterapiaan liittyvää tutkimusta, mutta ne koskivat pääsääntöisesti juuri lapsia ja niissä todettiin koiran toimivan motivoivana tekijänä myös puheterapiassa (Haight 2011). Vastaan tuli myös tutkimus, jossa todettiin Downin syndroomaisten lasten kommunikaation määrän kasvaneen delfiniavusteisen terapian avulla (Griffioen ja Enders-Slegers 2014).

Eläinavusteisten menetelmien käyttöä puheterapiassa ei siis ole tutkittu paljoa, mutta menetelmää kyllä käytetään ja tapauskuvauksia on ilmestynyt esimerkiksi afaattikkojen kuntoutuksen apuna (ks. VanFleet ym. 2015). Haastatteluissa ja taustakeskusteluissa kävi ilmi, että puheterapiassa eläin toimii paitsi sosiaalisuuden edistäjänä terapiatilanteessa, myös tuomitsemattomana kuuntelijana. Esimerkiksi koirat reagoivat ihmisen äänen intonaatioiden muutoksiin ja muihin hienovaraisempiin puheentuoton muutoksiin. Vaikka kuntoutuja ei pystyisi tuottamaan sanoja, voi sekin auttaa motivoitumaan, kun koira reagoi herkemmin kuntoutujan tuottamiin ääniin, äänneisiin tai intonaation muutoksiin. Haastateltu puheterapeutti kertoi, että myös lukukoiratuokioita käytetään osana puheterapiaa samaan tapaan kuin kirjastoissa ja kouluissa (ks. luku 6.2 tässä raportissa). Puheterapiassa lukukoira toimii nimenomaan arvostelemattomana kuuntelijana ja motivoi lukemaan reagoimalla lapsen äänenkäyttöön esimerkiksi heristämällä korviaan tuttujen sanojen kohdalla. Lukukoiratuokioiden aikana puheterapeutti on vain läsnä eikä korjaa lapsen puheessa tapahtuvia virheitä, vaan pikemminkin kannustaa lukemaan virheistä huolimatta. Virheiden kirjaaminen tapahtuu huomaamatta ja niiden työstämiseen harjoituksissa palataan seuraavilla kerroilla.

4.5 Toimintaterapia

Toimintaterapiassa pyritään auttamaan kuntoutujaa itsenäisemmässä arjessa ja toiminnassa eli osallistumisessa omaan elämään ja sen valintoihin. Toimintaterapeutti ohjaa ja tukee kuntoutujan taitojen harjoittelua ja erilaisten tarpeen mukaisten kompensatiokeinojen omaksumista monenlaisilla tekniikoilla ja apuvälineillä. Terapeutti myös muokkaa fyysistä tilaa ja tehtävää sekä ohjaa omaista tai läheistä ja lähiverkostoa kuntoutujan tukemiseksi. Toimintaterapiassa voidaan harjoitella psykososiaalisia taitoja ja toiminnanohjauksen taitoja (Kela 2015).

Haastatellun toimintaterapeutin asiakkaina oli ennen kaikkea lapsia ja nuoria, joilla oli neurologisia haasteita ja ongelmia motorisissa taidoissa, kuten tarttumisessa, irrottamisessa, kahden käden työskentelyssä, käden ja silmän yhteistyössä tai tasapainossa ja asennon hallinnassa. Mutta myös yleisessä toiminnan ohjauksessa ja vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Eläinavusteisessa toimintaterapiassa voidaan harjoitella esimerkiksi vuorovaikutusta, tunteiden ilmaisemista ja tulkitsemista tai tuetaan kuntoutujan itsetuntoa. Esimerkiksi haastatellun toimintaterapeutin asiakkaista monet tulivat kunnallisen terveydenhuollon psykiatrian yksiköistä. Nämä lapset ja nuoret saattoivat olla hyvinkin suurissa hankaluuksissa koulussa tai kotona esimerkiksi väkivaltaisuuden vuoksi. Vuorovaikutustaitojen puuttuessa saattoi myös psykiatrisessa hoidossa olla hankaluuksia saada kontaktia lapseen tai nuoreen ja eläinavusteisten menetelmistä on hoitokokouksissa ajateltu olevan hyötyä. Koira toimii ikään kuin ihmisten välisten vuorovaikutustilanteiden mallintajana ja auttaa lasta kielentämään vaikeita asioita.

Vuorovaikutustaitojen ja tunneilmaisun harjoittamisen lisäksi toimintaterapiassa voidaan harjoittaa kuntoutujan motoriikkaa ja aistien säätelyä sekä esimerkiksi ohjeiden kuuntelemista ja noudattamista sekä keskittymistä. Edellä kuvattiin myös vaikeasta aivovammasta kuntoutuvan nuoren miehen moniammatillista prosessia, jossa toimintaterapeutin kanssa toteutettiin etenkin toiminnanohjaukseen liittyviä harjoitteita. Toiminnanohjauksen harjoitteiden ohella voidaan harjoittaa myös kuntoutujan motoriikkaa. Esimerkiksi koiran kanssa saatetaan tehdä yhdessä koirapelejä ja prosessista voidaan tehdä myös toiminnanohjauksellinen harjoitus. Terapeutti kuvasi tällaisen harjoittelun motivoivuutta lapselle:

”Jos me ollaan tekemässä koiran kanssa tehtäviä, se on kiva, et lapsi saa tehdä prosessin alusta loppuun. Hän hakee namin, menee, tekee, leikkaa, ja sit me valitaan peli [koiran aktivointipeli, johon koiran nameja laitetaan], tehdään yhdessä. Lapset, joilla on hienomotorisia vaikeuksia, niin kynän käyttö ja saksien käyttö on tosi vaikeata. Sitä saksien käyttöä pystytään tekemään, kun siinä on se, että me tehdään kohta koirien kanssa niitä pelejä, tai piilotellaan tai muuta. Niin me saadaan lapset motivoitua yrittämään ja harjoittelemaan saksien käyttöä ja tekemistä, kun siinä on motivaattorina koirien kanssa tehtävä yhteinen asia. Me käytetään paljon myös aikaa siihen leikkaamiseen ja valmisteluun. Et mä en osta valmiiks leikattuja nameja. Joidenkin kanssa me saatetaan pinseteillä laittaa niitä. Tavallaan, et tulee sen lapsen hienomotorisen työskentelyn ja haasteiden mukaisia harjoitteita. Ja kun se koira odottaa koko ajan siinä, siitä tulee sellainen, et nyt mä teen tätä jotakin varten. Tämä on meidän juttu. Eikä niin, et me revitään aivottomasti paperia.” (Toimintaterapeutti)

Eräs kyselyyn vastannut toimintaterapeutti kuvasi, kuinka eläin tuo luontevasti hyötyä terapiatilanteeseen ja harjoitteluun etenkin, kun tavoitteena on motivoida kuntoutujaa lähes minikä tahansa taidon harjoittelussa (esimerkiksi hienomotoriset taidot). Koira motivoi kuntoutujaa työskentelemään tehokkaammin, mutta lisäksi koiran antama huomio ja läheisyys voivat olla kuntoutujalle tärkeitä. Koiran silmissä hän voi kokea itsensä huomatuksi ja merkitykselliseksi. Tämän vuoksi koira on äärimmäisen hyvä työpari terapeutille myös niiden asiakkaiden kanssa, joilla on heikko itsetunto ja vaikeuksia sosiaalisissa taidoissa.

Tutkimuskirjallisuudessa monet katsaukseen mukaan tulleet julkaisut käsittelivät erilaisia toimintaterapian muotoja, mutta niitä oli tutkittu erilaisten kohderyhmien kuntoutuksen yhteydessä eikä niinkään erillisenä terapeuttisena toimintana. Tuoreessa katsausartikkelissa todettiin, että lasten toimintaterapiassa eläinavusteiset menetelmät voivat olla hyödyksi lasten motoristen taitojen, toiminnanohjauksen ja sosiaalisten taitojen kehittämisessä. Kohderyhminä ovat aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriöt, autismin kirjo, CP-oireyhtymä, krooninen kipu, Downin syndrooma ja fetaalialkoholioireyhtymä. (Andreasen ym. 2017.)

Eläinavusteisen terapian toimivuutta autisteille suunnatun toimintaterapian osana on tutkittu, ja eläimillä näyttäisi olevan positiivinen vaikutus sosiaalisuuden ja empatian lisääntymisenä sekä niin sanottujen käytösongelmien käsittelyssä (Berry ym. 2013; Hallyburton ja Hinton 2017). Myös hyväksikäytettyjen tai muuten traumatisoituneiden lasten ja nuorten toimintaterapian osana on kokeiltu jonkin verran eläinavusteista terapiaa (Hoagwood ym. 2017).

Aikuisten toimintaterapian osana eläimiä on tutkittu etenkin vankiloissa, joissa on eräänlaista eläinavusteisen toimintaa ja terapiaa sekoittavaa toimintaterapeuttista aktiviteettia. Vankiloissa tehtävä eläinavusteinen toimintaterapia tarkoittaa usein sitä, että vangit kouluttavat eläimiä ja saavat siten itsekontrollia, pitkäjänteisyyttä ja kehittävät itsetuntemustaan. Etenkin vankilaolosuhteissa eläinten kanssa toimiminen ja niiden hoitaminen tuottavat ihmisille myös tunteen oman toiminnan hyödyllisyydestä (Meers ym. 2010; Turner ym. 2011; Cooke ja Farrington 2016; Seivert ym. 2016). Tosin vankiloiden eläinavusteisen toiminnan ohjelmia (*Prison Animal Program*, PAP) koskenutta tutkimusta koonnut kirjallisuuskatsaus totesi, että tällaisten toimintaterapeuttisten ohjelmien tutkimusta tarvitaan lisää ennen kuin niiden voidaan sanoa olevan hyödyllisiä (Mulcahy ja McLaughlin 2013).

5 MITÄ ELÄINAVUSTEISESSA TERAPIASSA TAPAHTUU?

5.1 Mitä eläimiä terapeutin työparina voi olla?

Tutkimuskirjallisuuden perusteella hevosen ohella yleisimpiä terapiaeläimiä ovat koirat, mutta muutkin eläimet voivat olla osana erilaisia terapiaprosesseja. Esimerkiksi kouluympäristöissä on kokeiltu marsujen vaikutusta lasten oppimiseen (Kršková ym. 2010; O'Haire ym. 2013b). Muita katsauksessa esiin tulleita eläimiä ovat: aasit, delfiinit, kissat, kanit, hyönteiset, matelijat ja maatilan eläimet. Haastatteluissa ja kyselyssä koira, kissa, lammas ja kana olivat yleisimpiä mainittuja eläimiä. Lisäksi terapeutit tekivät työtä possujen, vuohien, pupujen, alpakoitten, aasiain, ponien ja ankojen kanssa. Suurimmalla osalla haastateltavista koira oli kuitenkin yleisin työpari, vaikka mukana saattoi olla muitakin eläimiä.

Kaikki haastateltavat ovat aina olleet eläinihmisiä, heillä on ollut lemmikkieläimiä ja ne ovat aina olleet osa heidän elämäänsä. Terapiatyössä käytettävät koirat ovat heidän omiaan ja useilla terapeuteilla on ollut useampia koiria. Moni on myös hankkinut uusia pentuja sillä ajatuksella, että niistä tulee heille terapiakoiria, ja tämä ajatus vaikuttaa paljon myös rodun valintaan. Eri koirarodut, ja yksilöt, saattavat olla luonteeltaan erilaisia: joku on rauhallisempi ja joku vilkkaampi. Tämän vuoksi eri koirat sopivat eri tilanteisiin ja erilaisten asiakkaiden kanssa. Yhdellä haastateltavalla oli esimerkiksi pieni koira, joka tekee temppuja eikä herätä pelkoa ja voi toimia tunnelman laukaisijana. Toinen koira taas oli iso ja luonteeltaan sellainen, joka hakeutuu rauhoittamaan levotonta tilannetta, jolloin se toimii hiukan erilaisissa tilanteissa. Terapeutti päättää tilanteen mukaan, kumman ottaa siihen mukaan.

Haastateltavat ja kyselyyn vastanneet terapeutit työskentelivät lähes kaikki yksityisellä sektorilla omissa toimitiloissaan, yrityksissä tai kuntoutuslaitoksissa. Monet tekivät myös kotikäyntejä asiakkaiden luokse, jolloin esimerkiksi koira kulki mukana. Eläimen ottaminen mukaan terapiaprosessiin oli aina tilannekohtaista, sillä eläinavusteisuus on vain yksi menetelmä terapeutin palveluvalikoimassa. Terapeutti toimii asiakkaalle terveydenhuollossa laaditun kuntoutussuunnitelman tavoitteiden mukaan ja jos terapeutti katsoo, että eläimestä on jossain tilanteessa hyötyä tai asiakas sitä erikseen pyytää, kirjoitetaan eläimen kanssa tehdyt harjoitukset tai eläimen läsnäolo osaksi hoitosuunnitelmaa. Eläimen mukaan ottaminen on aina hyvin yksilöllistä ja niitä hyödynnetään aina kuntoutujan tilanteeseen sopivalla tavalla. Tera-

peutti joutuu joka kerta miettimään, miten juuri tämän kuntoutujan kanssa päästään työstämään asioita eläimen avulla.

5.2 Terapiaprosessin aloitus ja lopetus

Haastatteluissa ja kyselyissä kävi ilmi, että kuntoutujat ohjautuvat terapeuttien asiakkaiksi Kelan kautta, kunnallisella tai sairaanhoitopiirin maksusitoumuksella sosiaali- tai terveydenhuollon palveluista tai harvemmissä tapauksissa yksityisesti maksavina asiakkaina. Eläinavusteinen kuntoutus on kuntoutussuunnitelman tai asiakassuunnitelman mukaisesti tehtävää tavoitteellista toimintaa, ja sen tulisi nivoutua osaksi kuntoutujan kokonaisprosessia. Eläinavusteinen terapia suunnitellaan etukäteen ja arvioidaan, onko se juuri tietylle kuntoutujalle sopiva toimintamuoto. Kuntoutus tapahtuu eläimen ympäristössä tai asiakkaan arjessa. Tavoitteet ja työskentelyn eteneminen kirjataan ja kuntoutusjakson jälkeen tehdään terapia-palautte. Eräs kyselyyn vastannut koiratyöparin kanssa työskentelevä terapeutti kuvasi prosessia näin:

”Koiravusteista terapiaa varten tulee maksusitoumus tai moniammatillisessa palaverissa minulle ehdotetaan koiravusteista jaksoa tiettyä kuntoutujaa varten. Minä tutustun kuntoutujan terapiatavoitteisiin ja taustatietoihin ja suunnittelen koiran kanssa tehtävät harjoitteet. Tarpeen mukaan opetan koiralle uusia taitoja, jotta kuntoutuja onnistuu suunnittelemissani harjoitteissa.”

Kuntoutujat löysivät tiensä eläinavusteiseen terapiaan hyvin erilaisia reittejä. Esimerkiksi yksi haastatelluista kuntoutujista sai lyhyen jakson eläinavusteista fysioterapiaa osana jatkuvaa aivoverenkiertohäiriön tuottaman halvauksen kuntoutusta, ja hänelle asetettiin selkeä erillinen tavoite parantaa tasapainoa eläinavusteisen jakson aikana. Tämä kuntoutuja oli nähnyt ilmoituksen eläinavusteisesta fysioterapiasta vakituisen kuntoutusyhtiönsä sähköisellä ilmoitustaululla ja hakeutunut sitä kautta prosessiin. Toisilla kuntoutujilla eläin saattoi tulla osaksi terapiaa vasta siinä vaiheessa, kun kävi ilmi, että terapeutin palveluvalikoimaan kuuluivat eläinavusteiset menetelmät. Monelle terapeutille iso osa asiakkaista tuli sosiaali- ja terveydenhuollon lähettämän juuri siksi, että kuntoutujan arveltiin hyötyvän eläinavusteisista menetelmistä. Haastateltu toimintaterapeutti kertoi, että alueen lasten- ja nuortenpsykiatriasta saatettiin myös konsultoida häntä tietyn kuntoutujan tilanteessa ja yhdessä pohdittiin, voisiko eläinavusteisista menetelmistä olla hyötyä. Eräs haastateltavista kertoi näistä tapauksista seuraavasti:

”Mulla varmaan koko sen ajan mitä mä oon toiminu, niin on nimenomaan ohjautunut semmoiset, jotka tarvitsee sen vaihtoehdon. Että ne on usein asiakkaita, joita on jo useamman vuoden ajan koitettu tuolla julkisella puolella erikoissairanhoidossa hoitaa ja sitten niillä on mahdollisesti yks tai useampia perinteisen psykoterapian keikiluja, ja sit on katsottu ja löydetty semmoinen, et jos toiminnallisempi, eläinavusteinen vois heidän kohdallaan toimia, et se on niin ku valikoitunutta kaartia.” (Psyko-terapeutti)

Lasten ja nuorten kohdalla vanhemmat olivat usein mukana ainakin ensimmäisellä kerralla, jotta he näkevät miten terapia eläimen kanssa toimii sekä tutustuvat paikkaan ja eläimeen tai eläimiin. Myös lapset saavat tutustua rauhassa eläimiin ja tilaan ennen kuin lähdetään yhdessä miettimään mitä konkreettisia harjoitteita tehdään. Yksi haastateltavista kuvaili, miten lapsen kanssa edetään ja miten koira otetaan osaksi terapiaprosessia:

”Monesti ne lapset täällä viilettää ympäriinsä, tutkii ja keinuu ja tekee kaikkea. Menään vähän sen tilanteen mukaan. Siitä lähetään rakentamaan sen lapsen ja koiran näköistä ja tasosta vuorovaikutussuhdetta. Ja sitä, että he tekis asioita yhdessä.” (Toimintaterapeutti)

Myös yksittäisen terapiakerran kulku ja lopettaminen ovat tärkeitä. Eräs kyselyyn vastannut terapeutti kuvaili, miten aina lopuksi jutellaan vielä, mitä tällä tapaamiskerralla tapahtui, miltä tuntui, mitä opittiin. Hän kertoi, että saatettiin ottaa myös kuva jostakin kuntoutujalle tärkeästä tapahtumasta, jonka myötä sovittiin mitä hän vie terapiasta mukanaan omaan arkeensa.

Terapiaprosessit saattavat kestää useita vuosia, jolloin kuntoutuja ehtii usein kiintyä terapeuttiin ja työparina toimivaan eläimeen. Esimerkiksi psykoterapeutti kuvasi sitä, miten varsinkin lasten ja nuorten kanssa terapia on usein suhteessa ja vuorovaikutuksessa olemisen harjoittelua, jolloin eläimestä tulee tärkeä osa läheisyyden opettelua. Psykoterapiassa on tavanomaisissakin tilanteissa aina niin sanottua päätöstyöskentelyä, mutta eläimen kanssa siihen liittyy enemmän haikeutta. Hän kuvaili prosessia näin:

”Psykoterapiatyöskentelyssä kun se on sitä suhteessa olemisen harjoittelua, niin tosi monesta eläimestä tulee tärkeä, ja se on niin kun siihen lopetusvaiheeseen pitää satsata paljon. Et ehkä joo, jonkun verran sitä, että silloin jo kun nähdään, että kuntoutustulokset on saavutettu ja vointi on hyvä, niin sitten voi olla pitkään semmoista ikään kuin päättötyöskentelyä, mutta että omassa työssäni ehkä se haikeus näkyy lopetusvaiheessa.” (Psykoterapeutti)

Toisilla kuntoutujilla terapia ei ole tietyn ajanjakson kestävä prosessi, vaan jatkuu jopa läpi elämän, jos toimintakyvyn haitta johtuu pysyvästä vammasta tai kroonisesta sairaudesta. Tällaisissa tilanteissa eläinavusteisen työskentelyn lopettaminen ei ole liittynyt kuntoutusprosessiin, vaan pikemminkin kuntoutusjärjestelmän esteisiin. Haastateltu fysioterapeutti kuvaili tilannetta:

”Ja mulla taas sitten on se tilanne, että mun asiakkailahan terapiatarve ei lopu, koska heillä on kaikilla yleensä joku etenevä sairaus tai iso vamma, joka aina jatkuu, jatkuu ja jatkuu. Tai sitten se katkee kun kananlento. Se riippuu sitten siitä, että maksaako Kela sen vielä, et siinä tulee vähän semmoisia tylyjä lopetuksia. Että se loppuu niin kun seinään, kun ei enää seuraavalle vuodelle myönnetä, vaikka sitä olis suositeltu. Että siinä olis hyvä ottaa päättämässä huomioon, että myönnetään vielä, mutta nyt ei tämän jälkeen. Ehtisi sitten käydä semmoisen lopettamisjakson.” (Fysioterapeutti)

Eläinavusteisen terapian aloittaminen ja lopettaminen ovat olennainen osa prosessia. Siinä välissä tehdään kuitenkin terapeutin ja työparin tai muiden eläinten kanssa monenlaisia kuntouttavia harjoituksia. Kyselyssä tuotiin esiin se, että terapiaprosessien olisi hyvä olla tarpeeksi pitkiä. Jos asiakassuhde voi jatkua vähintään 6–12 kuukautta niin että tapaamisia on kerran viikossa tai joka toinen viikko, saadaan luotua luottamuksellinen terapiasuhte sekä luotua jatkumoa tavoitteiden saavuttamiseksi ja tulosten jalkauttamiseksi arkeen. Seuraavassa kuvailemme tarkemmin haastattelujen ja kyselyn perusteella sitä, mitä eläinavusteisessa terapiassa yleensä tehdään.

5.3 Eläimen läsnäolo ja harjoitteet

Haastateltavat kertoivat, että varsinaisten harjoitusten ja terapian lisäksi eläimen läsnäolo toimii terapiatilanteessa rentouttavana elementtinä, joka antaa positiivisen vireen ja helpottaa asiakkaan terapiaan tulemistä. Toisinaan eläin on vain paikalla eikä sen kanssa varsinaisesti tehdä mitään. Esimerkiksi erityisluokassa koira saattaa olla mukana vain motivoimassa ja rauhoittamassa sekä lukuharjoitusten yhteydessä (ks. luku 6.1). Lisäksi eläimellä saattaa olla hyvin tärkeä tehtävä luottamuksellisen terapiasuhteen luomisessa, kuten haastateltava seuraavassa kertoo:

”Ensinnäkin nuori helposti vaistoa ja helposti samaistuu siihen koiraan. Tietysti koira kättelee varmaan mua aika sillain kuitenkin lempeästi ja luottavaisesti, niin sitten se helposti lisää semmoista luottavaisuuden ilmapiiriä. Ja että jos tuo kerta tykkää tuosta aikuisesta niin ehkä hänkin voi. Se on varmaan se tärkein, että se [koira] purkaa sen kahdenvälisyyden paineen. Että ne lapset, jotka tulee vaikka psykoterapiaan, niin niillä ei ole kauheen hyviä kokemuksia kahdenkeskisyydestä, myöskään auttavien aikuisten kanssa, omien pulmiensa vuoksi. Aikuiset on varmaan toiminu aivan kaikella tavalla oikein ja pyrkimykset ja auttamisyritykset on ollu varmasti vilpittömiä, mutta lapselle on jäänyt semmoinen kokemus, että en tykkää ja ei onnistu ja ei siitä mitään hyötyä ole.” (Psykoterapeutti)

Terapiatyössä eläinten kanssa myös tehdään erilaisia harjoituksia ja tehtäviä sekä sisällä että ulkona luonnossa. Haastatteluissa ja kyselyissä esiin tulleet erilaisissa terapioidissa eläinten kanssa tehdyt harjoitteet ja toimet voidaan jakaa kolmeen ryhmään:

1. Vuorovaikutuksen haasteissa harjoitellaan vuorovaikutusta eläimen kanssa ja saadaan tietoa kuntoutujan toiminnasta vuorovaikutustilanteissa.
2. Motoristen ja toiminnanohjauksen harjoituksissa eläin toimii motivaattorina tai on mukana fyysisissä harjoituksissa erilaisilla tavoilla.
3. Terapiatilannetta ja kuntoutujan keskittymistä voidaan helpottaa eläimen läsnäololla ja lähes aina harjoitteluun liittyi myös silittämistä ja muuta rentouttavaa eläimen kanssa olemista.

Eläinavusteisen intervention oppikirjassa (Kahilaniemi 2016; ks. myös Salmela 2015) erilaisia harjoitteita kuvataan kattavasti ja ne on jaoteltu motoristen, psyykkisten, sosiaalisten ja eettisten taitojen tai valmiuksien sekä kognitiivisten ja sensoristen valmiuksien harjoittamiseen.

Kirjassa kuvailut harjoitukset ja tätä katsausta varten haastateltujen terapeuttien kuvaamat harjoitukset on pääasiassa toteutettu koiran kanssa.

5.4 Vuorovaikutuksen harjoittaminen

Vuorovaikutuksen harjoittaminen on yleinen toimintamuoto eläinavusteisessa terapiassa. Kyselyssä vuorovaikutuksen ja sosiaalisten taitojen harjoittaminen tuli esille 39 vastauksessa 70:stä.

Yksi tapa harjoitella vuorovaikutustaitoja psykoterapiassa, toimintaterapiassa ja puheterapiassa on terapeuttien kertoman mukaan eläinten käyttäytymisen havainnoiminen. Erityisesti terapeutit käyttivät tätä harjoitusta lasten ja nuorten kanssa erilaisten neuropsykiatristen haasteiden kuntoutuksessa. Esimerkiksi, jos kuntoutujalla on hankalaa perheen sisaruussuhteissa, oli psykoterapeutilla tapana käyttää molempia työparinaan toimivia koiria esimerkkinä nahistelevista sisaruksista. Hän oli kuvannut koirista eri tilanteissa videoita, joita käytettiin terapiatyöskentelyn osana. Näin hän kuvaili tätä menetelmää:

”Psykoterapeutti: Käytän mä niistä [koirista] videoitakin paljon, mä olen kuvannut esimerkkinä kaikenlaisesta toiminnasta, että mitä ne keskenään puuhaa tai joidenkin muiden koirien kanssa leikkii. Videoita tai kuvia niistä.

Haastattelija: Niin et sitten katsotte yhdessä tämän asiakkaan kanssa ja keskustellette?

Psykoterapeutti: Joo. Sitä kun nämä koirat esimerkiksi riitelee jostakin tavarasta. Vähän ne aikaa haukkuu ja sitten ne laittaa sen tavaran siihen keskelle ja alkaa ulvoa siinä vieressä. Sellaista tyhjänpäivästä huutoa. Niin siitä syntyy yleensä keskustelua sitten sen potilaan tavasta selvittää asioita omissa tilanteissaan.”

Koirien nahistelun kautta kuntoutujan oli helpompi kielentää omia kokemuksiaan, ja niitä oli helpompi työstää koirien käyttäytymisen havainnoinnin avulla. Tässäkin tilanteessa koirien käyttäytymisen avulla siis mallinnettiin ihmisten välisiä vuorovaikutustilanteita. Eräs kyselyyn vastanneista kuvasi sitä, miten vastavuoroisen yhteistyön harjoittaminen onnistuu esimerkiksi koiran kanssa yhdessä puuhaamalla vaikkapa agility-radalla tai vaikkapa tarkkailemalla kanaparven ryhmänjäsenten roolien muodostusta.

Psykoterapiassa vuorovaikutuksen harjoituksilla saatiin usein nuoresta enemmän puhetta irti, kuin kysymällä suoraan, jolloin tyypillinen vastaus oli ”en mä tiiä”. Eläinten toiminnan havainnoinnin kautta nuori saattoi sanoittaa omaa elämäänsä, tunteitaan ja kokemuksiaan tai peilata omaa käyttäytymistään. Psykoterapeutti kertoi haastattelussa esimerkin:

”Ai niin sitten sekin, et me voidaan olla myös ulkona ja siellä voidaan tehdä sellaista, mitä täällä sisällä ei mahdu. Esimerkiksi sellaista agility-rataa. Et se kuntoutuja rakentaa sen radan ja antaa jotain merkityksiä niille esteille, et ikään kuin ne esteet on jotain hänen elämänsä vaikeuksia. Tai voi ne olla hyviäkin asioita, mut antaa jonkun nimen sille esteelle ja rakentaa sen radan. Ja sitten lähtee menee sitä rataa koiran kanssa. Niinku esimerkiksi yks lapsi laittoi semmoiset pujottelukepit koiralle ja sano että tämä on se kohta kun hänen pitää aamulla lähteä kouluun, kun ei hän suostunut

lähteä kouluun. Ja koirakin kieltäytyi sitten siinä kohtaa pujottelemasta. Niin siinä syntyi se keskustelu että no mitenkä tämä asia voitais ratkaista kun tämä on nyt sitten ihan samanlainen tilanne kun teillä on kotona. Et mitäs sinä tekisit että koira lähtisi sun mukaan ja mitä äidin pitäisi tehdä että saa sut aamulla lähtemään kouluun? Että semmoisia keskusteluja syntyy siitä sitten.” (Psykoterapeutti)

Usein eläimen läsnäolo ja sen kanssa toimiminen tuo terapiatilanteeseen myös kuntoutujan elämän vuorovaikutustilanteita. Esimerkiksi kiintymyssuhteen hankaluudet voivat tulla esiin, kun terapeutin huomiota on jaettava koiran kanssa. Koiran läsnäolo sinänsä voi siis myös kertoa terapeutille kuntoutujan elämän haasteista. Lisäksi koiran läsnäolo saattaa kertoa terapeutille kuntoutujan tunnetilasta terapiatilanteessa. Koira voi esimerkiksi lähteä pois tilasta vaistottuaan kuntoutujan ahdistuksen, jota terapeutti ei välttämättä päältä päin huomaa ja näin päästään nopeammin kiinni asiakkaan ajankohtaisiin tunnelmiin, joka on psykodynaamisessa terapiassa työskentelyn lähtökohta.

Toimintaterapiassa voidaan hyödyntää suoraa vuorovaikutusta eläimen kanssa. Eläin reagoi välittömästi sillä hetkellä, kun asiakas esimerkiksi käyttäytyy hiukan liian aggressiivisesti tai käyttää liikaa voimaa. Kuntoutuja saa toiminnastaan välittömän palautteen ja eläimen reaktion antama palaute ei kuntoutujasta tunnu samalla tavalla pahalta kuin terapeutin suora kielellinen palaute. Terapiaeläimet eivät ole pitkävihaaisia, vaan usein tällaisissa tilanteissa päästään nopeasti eteenpäin, kun kuntoutuja pääsee harjoittelemaan saamaa asiaa uudelleen. Myös onnistumisista eläimen palaute on välitön ja aito. Tästä eläimen reaktiosta harjoitusten onnistumiseen kuntoutujat puhuivat haastatteluissa paljon, ja se tuntuu olevan yksi tekijä joka motivoi harjoittelemaan enemmän.

Kun kuntoutujan on vaikea tunnistaa ja ilmaista tunteita tai puheen tuottaminen kommunikaatiokeinona on hankalaa, voidaan eläimen avulla harjoitella vuorovaikutusta. Eräs kyselyyn vastannut terapeutti kertoi asiakkaasta, joka oli useita kertoja pettynyt läheisen ihmisen toimintaan ja luottamus ihmisiin yleensä oli kadonnut, niin eläin auttoi kommunikaation alkuun ja herätti helpommin luottamuksen.

Vuorovaikutustaitoja voidaan harjoitella eläimen kanssa myös konkreettisesti. Esimerkiksi toimintaterapeutti kertoi, miten hänen koiransa on koulutettu toimimaan niin, että kun tietyt käskyt annetaan, ne ikään kuin vahvistetaan katsomalla eläintä silmiin ja sanomalla ”ole hyvä”. Vuorovaikutuksen haasteiden kanssa tästä on paljon hyötyä, kun kuntoutuja voi koiran kanssa totutella katsomaan silmiin ja tässäkin tapauksessa koiran reaktio on välitön. Eläinten kanssa harjoitellaan myös keskittymistä ja läsnäoloa, sillä eläimet eivät tottele ilman kontaktia ja kontaktin saaminen eläimeen vaatii keskittymistä. Tällaisen keskittymisen harjoittelu voi olla joillekin lapsille ja nuorille todella tärkeää ja auttaa heitä sopeutumaan esimerkiksi koulussa vaadittavaan keskittymiseen paremmin.

5.5 Fyysiset ja toiminnanohjauksen harjoitukset

Kuten edellä on jo useamman kerran todettu, eläimen tuominen mukaan terapiatilanteisiin lisää motivaatiota. Esimerkiksi jos terapeutti huomaa, että kuntoutujalla on ilottomuutta tai

aloitekyvyttömyyttä, voidaan eläin ottaa mukaan ja haasteita on helpompi ottaa vastaan enemmän. Motivaatio harjoitteluun voi syntyä siitä, että tehdään eläimestä osa tavoitteellista prosessia. Kuten edellä kuvatussa toimintaterapian yhteydessä tehdyssä harjoituksessa, jossa kuntoutuja järjesti koiralle syntymäpäiväjuhlat suunnittelusta ja järjestelyistä onnitteilulau-luun. Tällainen tavoitteellinen harjoitus voi olla todella merkittävä toiminnanohjauksen haas-teiden kanssa painiskelevalle kuntoutujalle.

Toiminnanohjausta ja motoriikkaa harjoitellaan usein myös koirien aktivointipeleillä, joita voi ostaa lemmikkieläinliikkeistä. Peleissä piilotetaan luukkujen alle tai sokkeloihin koiralle na-meja ja pelin virittelemisessä tarvitaan paljon hienomotoriikkaa. Edellä kuvailtiin tilannetta, jossa lapset leikkasivat tällaiseen aktivointipeliin nameja koiralle, jolloin saksien käyttäminen hienomotorisena harjoitteena on tavoitteellisempaa ja motivoivampaa. Tähän harjoitukseen voidaan myös liittää kognitiivisia harjoitteita, kuten että lasta ohjeistetaan leikkaamaan koi-ran peliin tietty määrä nameja tai leikkaamaan namipala vaikkapa neljään osaan. Eläimen mukaantulo tuo näihin harjoituksiin tavoitteellisuutta ja uudenlaisen päämäärän – koiran kanssa pelaamisen – ja kuntoutuja ikään kuin huomaamattaan tekee harjoituksia ja usein myös suoriutuu niistä paremmin.

Fyysisiä harjoitteita tehtiin monenlaisia. Esimerkiksi terapeutit kertoivat, miten lapsi, jolla on Downin syndrooma, saadaan motivoitua liikkumaan koiran perässä erilaisissa tunneleissa tai miten lihasdystrofia-kuntoutuja voi harjoittaa lihaksia siten, että koira makoilee hänen ma-hansa päällä ja toimii vastuksena rintakehän liikkuvuus- ja hengitysharjoituksessa. Harjoitus on koiran kanssa kuntoutujalle paljon mielekkäämpää. Parkinson-potilaan asennonhallintaa parannettiin harjoituksella, jossa pienehkö villakoira tuli pyörätuolissa istuvan kuntoutujan syliin ja auttoi häntä pitämään asennon suorassa kuin itsestään tilanteessa, jossa oli kokeiltu jo monia muita keinoja. Koiran silittäminenkin voi olla fyysinen harjoitus, jos käden toimin-nassa on häiriöitä. Kuntoutuja tulee huomaamattaan käyttäneeksi kättä uusilla tavoilla. Haas-tateltu fysioterapeutti kuvasi tällaista aivoverenkiertohäiriökuntoutujan harjoitusta:

”Voidaan tehdä sitä voimankäytön harjoitusta esimerkiksi siihen hemi-käteen [hal-vaantuneen puolen käsi]. Tehdään niitä varaamisen harjoituksia. Tiedostetaan kä-den läsnäoloa. Ne konttausharjoitukset koiran kanssa on tosi tärkeitä myös. Se on se kaikista tärkein, että sensomotoriikka toimii.” (Fysioterapeutti)

Fyysiset harjoitteet voivat siis olla myös esimerkiksi lattialla konttausasennossa tehtyjä har-joituksia, joissa kuntoutuja ohjaa huonommalla kädellään koiraa tai vaikkapa vain pallon heit-tämistä koiralle. Lisäksi koiran kanssa voidaan tehdä tasapaino- ja koordinaatioharjoituksia. Kysyimme haastattelussa koira-avusteisessa fysioterapiassa käyvältä kuntoutujalta, miten hän kokee eron koiran kanssa harjoittelussa ja tavanomaisessa fysioterapiassa. Hän kuvaili eroa näin:

”Se olis tylsää, hitsi. [samat harjoitteet ilman koiraa] Niitä samoja juttujako minä itse tekisin ja puurtais? Ei, kyllä Mustin pitää olla paikalla. Ei niissä ole mitään järkeä, et-tä mä kotona yrittäisin niitä. Tai toki mä voin niitä yrittää, mutta se juju puuttuu siitä.

Se kun on just niin erilaista kuin se muu terapia. Ne tavalliset kävelyt ja jotkut lihas-kuntoharjoitteet, venyttelyt, vatsarutistukset. Ne on mitä ne nyt on.” (Kuntoutuja)

Kyselyssä vastaajat tuovat esiin monenlaisia motorisia hyötyjä eläimen käytössä osana kuntoutusta, mm. oman kehon hahmottaminen, vartalon hallinta, lihastoiminnan aktivointi, ryhdin koheneminen, kaksikätesen toiminnan ja hienomotoriikan sekä silmän ja käden koordinaation kehittyminen, tasapainon kehittyminen, kipujen lieventäminen, lihasten rentoutumien sekä motivointi ulkona liikkumiseen. Kävelyn harjoittaminen on luonnollista esimerkiksi koiran kanssa ja eläintä hoitaessa tulee tehtyä luonnollisesti sensomotorisia harjoitteita, tuntoaistiharjoitteita ja hienomotoriikkaa (näppäryys, tarkkuus) ja silmän ja käden koordinaatioita kehittäviä toimintoja. Motorisesti kehityksessä jäljessä olevat hyötyvät eläimen kanssa tehdystä harjoitteista. Agility-radon rakentaminen vaatii oman toiminnan suunnittelua ja sen selvittäminen keskittymistä ja yhteistyötä eläimen kanssa.

Kaiken kaikkiaan eläinavusteisten harjoitteiden keksiminen voi olla erittäin luovaa ja terapeutin täytyy keksiä, miten juuri tietyn kuntoutujan haasteeseen voidaan hyödyntää eläinavusteisia harjoitteita. Jokaisen kuntoutujan fyysiset, psyykkiset ja toiminnalliset tarpeet ovat erilaisia. Kuitenkin kaikki kuntoutujat hyötyvät eläimen motivoivasta, rauhoittavasta ja stressiä lieventävästä vaikutuksesta terapiatilanteissa.

5.6 Eläinavusteinen terapia tuottaa mielihyvää ja vähentää stressiä

Tutkimuksissa on pyritty selvittämään, miten eläin vaikuttaa ihmiseen fysiologisesti ja tässä kartoituksessa löytyi kymmenen julkaisua, joissa on tutkittu tätä toimintamekanismia. Pääpiirteissään asiaa on tutkittu yhtäältä mittaamalla stressitasoa indikoivaa syljen kortisolipitoisuutta ja toisaalta mittamalla mielihyvähormoni oksitosiinin pitoisuuksia ihmiskehossa eläimen kanssa oleilun aikana tai eläintä silitettäessä. Haastatellut terapeutit olivat tietoisia tästä tutkimussuuntauksesta ja olivat luonnollisesti havainneet omassa työssään, miten eläimen kanssa oleminen rauhoittaa ihmisiä ja tuntuu vähentävän stressiä.

Tutkimuksissa havaittu eläimen tuottava fysiologinen vaste ja mielihyvän kokemus näyttää olevan yksi selitys eläinavusteisen terapian hyötyjen taustalla. Eläinten kanssa tapahtuva toiminta lisää oksitosiinin määrää veressä ja tämä vaikuttaa positiivisesti muiden muassa verenpaineeseen ja sydämen sykkeeseen. Koiran silittämisen ja pelkän katseen on todettu nostavan ihmisen oksitosiini- ja prolaktiinitasoa sekä β -endorfiineja (Nagasawa ym. 2015), jotka kaikki ovat mielihyvähormoneja. Eläimen kanssa toimimisella on siis selkeä hormonaalinen vaste ihmisessä. Tämä viittaa siihen, että eri muotoisilla eläinavusteisilla terapioilla voi olla samanlaiset vaikutukset mielihyvän tuottamisessa (Beetz ym. 2012; Nagasawa ym. 2015). Toisissa tutkimuksissa oli mitattu muutoksia veren kortisolitasossa eläinavusteisen terapian aikana ja sen jälkeen. Kortisolipitoisuuksia on mitattu vangeilta, lapsilta, autismin kirjon lapsilta, lapsilta, jotka ovat osastohoidossa, ja opiskelijoilta. Kaikissa ryhmissä stressihormoni kortisolitaso oli laskenut eläinavusteisen terapian aikana tai kun koira on läsnä stressaavissa tilanteissa. Tästä voidaan päätellä, että eläimen kanssa oleminen alentaa ihmisen stressitasoa (Viau ym. 2010; Polheber ym. 2014; Derting 2015; Koda ym. 2016; Branson 2017).

Haastatteluissa ja kyselyssä tuli myös esille eläimen rauhoittava vaikutus terapiatilanteissa sekä yleisempi tunne-elämää tasapainottava vaikutus. Eläinavusteisuus tarjoaa rauhoittumista levottomuuteen, lievitystä sosiaalisten tilanteiden jännittämiseen, rohkaisua arkuuteen, sekä aktivointia harjoitteiden tekemiseen. Eläin voi myös poistaa yksinäisyyden tunteita, sillä eläimen seurassa kuntoutuja kokee itsensä huomatuksi ja merkitykselliseksi. Kuntoutujat kokivat myös helpommin turvallisuutta, luottamusta, uskaltamista, iloa ja onnistumista, kun eläimen kanssa toimiessa terapiatilanteet olivat stressittömämpiä. Kaiken kaikkiaan kuntoutujan itseluottamus ja itsetuntemus sekä elämänlaatu kokonaisvaltaisesti paranivat eläimen kanssa työskennellessä.

6 MINKÄLAISTEN KUNTOUTUJIEN PARISSA ELÄINAVUSTEISIA MENETELMIÄ ON KÄYTETTY?

6.1 Diagnoosit ja toimintakyvyn haasteet

Tässä katsauksessa läpikäydyssä tutkimuskirjallisuudessa selvästi suurin kohderyhmä, jonka parissa eläinavusteisia menetelmiä hyödynnetään, ovat lapset ja nuoret, joilla on neuropsykologisia haasteita. Kaiken kaikkiaan lapset tai alaikäiset nuoret olivat kohderyhmänä hieman päälle sadassa julkaisussa. Näistä tutkimuksista iso osa käsitteli autismin kirjoa, tarkkaavaisuushäiriöitä ja muita mielenterveysongelmia. Myös haastatteluissa terapeutit kertoivat toimivansa etenkin lasten ja nuorten kanssa. Toinen suuri ryhmä olivat eri tavoin muistisairaat vanhuksat, joita käsitteleviä tutkimuksia oli vajaa viisikymmentä. Muistisairaiden kohdalla oli tutkittu varsinaisen eläinavusteisen terapian vaikutuksia masennukseen ja ahdistukseen, mutta mukana oli myös tutkimuksia, joiden kohdalla ei ollut tehty selkeää käsitteellistä eroa eläinavusteisen terapian ja toiminnan välillä. Työikäisten aikuisten osalta eniten tutkimusta oli eniten erilasiin mielenterveys- ja päihdeongelmiin sekä stressiin ja kivunlievitykseen liittyen.

Samat diagnoosit ja toimintakyvyn haasteet tulivat esiin myös terapeuttien haastatteluissa, mutta niissä puhuttiin selvästi enemmän toimintakyvyn ICF-viitekehyksen mukaisista fyysisen toimintakyvyn ja kehontoimintojen kuntoutuksesta eläinavusteisin menetelmin fysio-, puhe- tai toimintaterapiassa. Haastatteluissa tulivat esiin esimerkiksi aivovammojen ja aivoverenkiertohäiriöiden kuntoutus, erilaisten kehitysvammojen tuottamien fyysisten rajoitteiden kuntoutus sekä kroonisten sairauksien, kuten MS-taudin tai Parkinsonin taudin tuottamat fyysisen toimintakyvyn haasteet. Näistä kuntoutustarpeista oli huomattavasti vähemmän tutkimustietoa kuin toimintakyvyn sosiaalisten, vuorovaikutuksellisten ja osallistumiseen liittyvien puolien kuntouttamisesta toiminta- ja psykoterapiassa (Stakes 2004).

Kaiken kaikkiaan haastateltavat ja kyselyyn vastanneet palveluntuottajat mainitsivat eri diagnoosiryhmistä

- psykiatriset sairaudet (mm. masennus, ahdistuneisuus, syömishäiriö, kehonhahmotamiseen liittyvät psykologiset vääristymät, traumat, tunnetaitoihin liittyvät vaikeudet, itsetuhoisuus, pelkotilat ja pakko-oireet, käytöshäiriöt ja aggressiivisuus)
- neurologiset sairaudet (mm. CP-oireyhtymä, MS-tauti, Parkinsonin tauti, aivoverenkiertohäiriöt, aivovammat ja selkäydinvammat)

- kehitykselliset häiriöt (mm. neuropsykiatriset häiriöt (ADHD, autismin kirjo), kehitysvammat, monimuotoiset kehityshäiriöt sekä sensomotoriset ja aistisäätelyn häiriöt)
- vuorovaikutukseen ja kommunikaatioon liittyvät häiriöt (mm. mutismi, afasia, dysfasia, kielellinen erityisvaikeus ja vuorovaikutuksen ongelmat)
- kipuasiakkaat, jännittäjät, yksinäiset, ylipainoiset, muistisairaat, syrjäytyneet ja syrjäytymisvaarassa olevat.

Lisäksi eläinavusteisista menetelmistä hyötyvät sellaiset kuntoutujat, jotka tarvitsevat lisää motivaatiota ja joiden on vaikea luottaa ihmisiin. Kuntoutujan olisi myös hyvä pitää eläimistä. Haastateltavat kertoivat myös, että eläinavusteiset menetelmät olivat usein viimeinen keino yrittää motivoida asiakasta kuntoutusprosessissa. Kuten edellä kerroimme, eläinavusteiseen terapiaan ohjautuu etenkin lapsia ja nuoria, jotka eivät esimerkiksi yleensä tule paikalle terapiaan, eivät suostu tekemään harjoitteita tai kieltäytyvät puhumasta psykoterapiassa. Keskitymisvaikeudet olivat myös erityinen peruste kokeilla eläinavusteisia menetelmiä, jos kuntoutuja ei esimerkiksi jaksanut seurata ja noudattaa ohjeita, yhteistyössä tai rajojen tunnistamisessa oli ongelmia tai odottaminen oli vaikeaa. Tällaisissa tilanteissa eläinavusteinen terapia voi olla sopiva kuntoutusmuoto. Eläinavusteinen terapia saattoi olla viimeinen keino saada aikaan haluttu liikesuoritus, saada lapsi tai nuori avautumaan ja puhumaan tilanteestaan, sanoittamaan tunteitaan, luottamaan ihmisiin, ilmaisemaan itseään, vastaanottamaan palautetta tai keskittymään tekemiseen. Eläimen kanssa toiminnallinen tekeminen tuo kuntoutumiseen uuden ulottuvuuden. Joillekin lapsille ja nuorille eläinavusteiset menetelmät terapiatyön osana saattavat ohjata kuntoutusprosessia vuorovaikutuksellisempaan suuntaan ja edistyminen voi olla nopeaakin.

Seuraavassa käymme läpi eri kuntoutuksen haasteisiin liittyvää tutkimustietoa ja haastateltavien kokemuksia kuntoutusprosesseista.

6.2 Lasten neuropsykiatriset häiriöt ja oppimisvaikeudet

Eläinavusteisen terapian vaikutusta on tutkittu tukihoidona erilaisten lasten neuropsykologisten ongelmien hoidossa. Tutkimusta on jonkin verran erityisesti autismin kirjon, ADHD:n ja oppimisvaikeuksien tukemisesta eläinavusteisin menetelmin ja selvästi suurimmassa osassa näistä tutkimuksista todetaan eläinavusteisen terapian auttavan lapsia eri tavoin.

Autismin kirjon lasten terapian yhteydessä eläinavusteisten menetelmien avulla lasten sosiaaliset taidot, kuten valppaus, vastaanottavuus, yhteistyö ja verbalisointi paranivat (Petrongelli-Halloran 2010; O'Haire ym. 2013a). Eräässä tutkimuksessa havaittiin, että lapset ottivat enemmän kontaktia ympäristöönsä ja keskittivät huomionsa paremmin (Grandgeorge ym. 2017), kun taas toisessa todettiin lasten aggressiivisuuden ja raivokohtausten vähenevän (Jesionowicz 2016). Autismiin kirjioon liittyvistä tutkimuksista oli tehty muutamia systemaattisia katsauksia, joissa näitä havaittuja hyötyjä voitiin todentaa (Berry ym. 2013; Hallyburton ja Hinton 2017; O'Haire 2017). Mutta vaikka eläinavusteiset menetelmät ovat lupaavia autismin kirjon lasten auttamisessa, tutkimusta tarvitaan vielä lisää.

Satunnaiskontrolloidussa kokeessa Schuck ym. (2015) testasivat koira-avusteista terapiaa ADHD-lasten kognitiivis-behavioraalisen terapiaohjelman osana, jossa myös lasten vanhemmat osallistuivat ryhmäterapiaan. Tutkimuksen alustavia tuloksia raportoivassa julkaisussa todetaan, että kaikkien lasten sosiaaliset taidot ja prososiaalinen käytös paranivat sekä ongelmakäyttäytyminen väheni, mutta koira-avusteista terapiaa saaneessa ryhmässä lasten kaikkien ADHD-oireiden vakavuus lieveni. Tutkijat totesivat, että koira-avusteisuus saattaa vahvistaa terapian vaikutusta lasten ADHD-oireisiin.

Haastatelluilla terapeuteilla oli paljon kokemusta juuri lasten ja nuorten neuropsykiatristen häiriöiden hoidosta eläinavusteisilla menetelmillä. Esimerkiksi haastateltu toimintaterapeutti luetteli seuraavia ryhmiä, jotka hänen kokemuksensa mukaan hyötyvät eläinavusteisista menetelmistä:

”Jos mä ajattelen, että kelle sopii, niin just ADHD, autismin kirjo, cp-vamma, neurologiset, kehitysvammat ja dysfasialapsille sopii tosi hyvin eli näille kielenhäiriöisille.”
(Toimintaterapeutti)

Haastatteluista ja kyselystä esiin tulevien terapeuttien ja erityisluokanopettajan kokemusten perusteella voi päätellä, että eläinavusteiset menetelmät auttavat monenlaisten vuorovaikutuksen, kommunikaation, sosiaalisuuden ja keskittymisen haasteiden kanssa työskennellessä. Haastateltu puheterapeutti kuvaili häneen suuren vaikutuksen tehnyttä tilannetta, jossa autistisia piirteitä omaava lapsi saatiin koiran avustuksella rauhoittumaan niin, että puheterapia oli ylipäättään mahdollista. Haastateltava kuvaa, miten lapsi oli puheterapiatilanteessa todella levoton, ”räpytteli” käsiään eikä pysynyt paikallaan, mutta kun koira otettiin mukaan terapia-tilanteisiin, lapsi rauhoittui harjoittelemaan ja alkoi ottaa myös katsekontaktia koiraan, vaikka ihmisten kanssa katseella kommunikointi oli hänelle hyvin vaikeaa. Tämänkaltaisia kokemuksia autismin kirjon lasten sosiaalisten haasteiden ja keskittymisvaikeuksien helpottamisesta eläimen avulla tuli esiin paitsi haastatteluissa myös tutkimuskirjallisuudessa. Esimerkiksi luokkatilanteissa eläimen läsnäolon on todettu auttavan autismin kirjon lapsia keskittymään paremmin koulutyöhön (O’Haire ym. 2014).

Neuropsykologisen kuntoutuksen toimintatavat voivat siis siirtyä myös koululuokkaan ja niin sanottuja koulukoiria onkin erityisluokanopettajien työparina. Koirat toimivat kouluissa osana eläinavusteista pedagogiikkaa eli niiden kanssa tehdään myös opetuksellisia tehtäviä. Haastattelussa erityisluokanopettaja kertoi, miten hän toteuttaa eläinavusteista pedagogiikkaa erityisluokassa, jossa oppilailla on vakavia keskittymisvaikeuksia kuten ADHD, puheentuo-ton vaikeuksia kuten dysfasia tai vaikeita tunne-elämän haasteita. Erityisluokanopettaja kuvaa toimintaansa seuraavasti:

”Mä koen, että koira on semmoinen pedagoginen työväline minulle. Ja mä aina mietin sen koiran käytön sen perusteella, että mikä mulla on tarkoitus oppilaille opettaa ja sitten suunnittelen ne oppitunnit siten, että miten käytän koiraan siinä apuvälineenä, aina otan huomioon koiran turvallisuuden. Se kun erityisluokka on kysymyksessä, niin on aika semmoisia hektisiä tilanteita välillä luokassa. Tällä hetkellä mulla on sen verran levoton luokka, että Milla [koira] on vaan kerran viikossa. Tällä hetkellä

esimerkiksi Millan kanssa harjoitellaan kertotauluja ja lauserakenteita. Osa oppilaisista ei osaa vielä lukea, niin sitten ihan lukemisen alkeita, tavujen muodostamista. Ja se tapahtuu sillä lailla, että esimerkiksi mulla on tehtäväpusseja, joita Milla vie oppilaalle, missä on oppilaalle suunnattuja tehtäviä. Tai sitten Milla pyörittää noppaa, ja noppa kertoo sitten, että mitä tehtäviä tehdään. Ja sitten oppilaille, joilla on tällöinen keskittymisenvaikeus varsinkin matematiikassa, niin heitä se motivoi hirveästi tekemään. Heille matikka ei ole vaikeaa sinänsä, vaan se keskittyminen siihen tekemiseen, niin silloin kun he tekevät matematiikkaa niin Milla istuu vieressä, ja joka kerta kun on tehnyt yhden matematiikan tehtävän, niin saa Millalle pudottaa namin.” (Erityisluokanopettaja)

Erityisluokassa koira oli mukana paitsi motivoimassa matematiikan opiskelemissa lapsia, joilla oli keskittymisvaikeuksia, myös niin sanottuna lukukoirana. Dysfasia-lapsilla on puheentulon vaikeuksia ja heille ääneen lukeminen saattaa olla hyvin haastavaa, mutta Millakoiralle he pystyivät lukemaan helpommin ilman häpeäntunteita. Koulukoiria on tutkittu kotimaisissa pro gradu -tutkielmissa, joissa on havaittu esimerkiksi, että autismin kirjon lasten spontaani kommunikaatio lisääntyi lähes kaksinkertaiseksi koiran ollessa mukana. Lisäksi hyötyinä havaittiin parempi keskittyminen, kasvanut motivaatio sekä parantuneet vuorovaikutus- ja sosioemotionaaliset taidot. (Alasorvari ja Hopiavuori 2014; Koski 2014; Posio 2016; Illikainen 2017; Vainio 2017; Vatanen ja Vesa 2017.)

Lukukoiratoimintaa on järjestetty esimerkiksi kirjastoissa vapaaehtoistoimintana Suomessa jo pitkään ja koiria on testattu samaan tapaan kuin muuhunkin vapaaehtoistyöhön. Tällä hetkellä lukukoiratoiminta on osa *Kennelliiton* toimintaa. Katsauksessa tutkimuskirjallisuuteen, tulivat lukukoirat myös vastaan ja koulukuokissa käytettävään lukukoiratoimintaan liittyvää tutkimusta kokoavassa systemaattisessa katsauksessa (Hall ym. 2016) todettiin, että lukukoirat vaikuttaa oppimisympäristöön positiivisesti, mikä puolestaan heijastuu lasten asenteisiin lukemista kohtaan. Tässäkin katsauksessa peräänkuulutettiin lisää tutkimusta, jotta lukukoiran hyödyistä saataisiin parempaa tietoa. Kotimaista lukukoiratoimintaa tarkastelleissa opinäytetöissä tuli esiin, että koira lisää lasten lukumotivaatiota ja vähentää lukemiseen liittyviä sosiaalisia paineita. (Viitanen 2013; Turunen ja Tähti 2014; Toivonen 2015; Illikainen 2017.)

Kyselyssä ja haastattelussa tuli esille, miten eläimen läsnäolo rauhoittaa levottoman lapsen käyttäytymistä monin tavoin. Kyselyyn vastanneet esimerkiksi kuvasivat, miten monella lapsella, jolla on ADHD, käyttäytymisen hallinta on selvästi helpompaa eläinavusteisessa terapiassa verrattuna tavalliseen terapiatilanteeseen. Eläimen kanssa työskennellessä yhteinen huomio kohdistuu eläimeen, jaettu tarkkaavaisuus toteutuu, asioiden jakaminen on rentoa ja ilmaisutaidot kehittyvät vaivihkaa, kun kerrontataitoja tuetaan laajentamalla sanavarastoa ja lauserakenteita rennossa ilmapiirissä. Vastaajat kuvasivat myös, miten tunnetaitoja on voitu harjoitella rennommin eläimen kanssa sekä auttaa lasta käsittelemään ja sanoittamaan vaikeiden asioiden.

6.3 Mielenterveys- ja päihdeongelmat

Mielenterveys- ja päihdekuntoutuksessa eläinavusteisesta terapiasta oli myös tutkimuskirjallisuuden perusteella hyötyä osana eri ikäisten ihmisten kuntoutusprosessia. Esimerkiksi systemaattisessa katsauksessa kartoitettiin laajalti tutkimuksia siitä, miten eläinavusteiset menetelmät ovat vaikuttaneet psykiatriin potilaisiin eri diagnooseilla, ja todettiin eläinavusteisuuden edistävän potilaiden sosiaalisuutta ja yleistä hyvinvointia (Rossetti ja King 2010).

Satunnaiskontrolloidussa tutkimuksessa tarkasteltiin puoli vuotta kestävästä skitsofreniapotilaiden eläinavusteista kuntoutusohjelmaa, jossa eläinten kanssa toimittiin kahdesti viikossa tunnin ajan. Tutkimuksessa todettiin yleisesti eläinavusteisten menetelmien hyödyttävän potilaita tavanomaisen terapian osana ja etenkin kuntoutujien stressitaso aleni ja hoitomyöntyvyys kohenivat (Calvo ym. 2016). Hoitomyöntyvyys onkin yksi tärkeä tekijä vakavien mielen-terveyshäiriöiden kuntoutuksessa ja eläinavusteisen terapian hyödyt potilaiden sitouttamisessa kuntoutusprosessiinsa tuli esiin myös traumaperäistä stressihäiriötä koskevissa tutkimuksissa (Glintborg ja Hansen 2017; Kloep ym. 2017).

Satunnaiskontrolloidussa tutkimuksessa tarkasteltiin psykiatrisessa laitoshoidossa erilaisten mielen-terveyshäiriöiden vuoksi olevia lapsia ja nuoria, joiden kanssa kokeiltiin eläinavusteista interventiota osana muuta psykiatrista laitoshoidoa. Tuloksena oli, että eläinavusteiset menetelmät tukivat lasten ja nuorten terapeutista prosessia ja nopeuttivat hoitoa psykiatrisessa sairaalassa (Stefanini ym. 2015). Eläinavusteinen terapia näyttäisi toimivan myös traumatisoituneiden lasten ja nuorten hoidon tukena. Seksuaalisen hyväksikäytön tai muun trauman vuoksi oireilevat lapset ja nuoret hyötyivät eläimen kanssa työskentelystä ryhmä- ja yksilöterapiassa enemmän kuin ne jotka saivat tavanomaista terapiaa. Esimerkiksi viha-, ahdistus- ja masennusoirehtiminen lievenivät merkittävästi (Hamama ym. 2011; Dietz ym. 2012; Bal-luerka ym. 2014).

Eläinavusteisia menetelmiä on tutkittu myös traumaperäisen stressihäiriön hoidossa. Esimerkiksi Krause-Parellon ym. (2016) narratiivisessa kirjallisuuskatsauksessa havaittiin traumaperäisen stressin kanssa kamppailevien sotaveteraanien hyötyvän koira-avusteisesta toiminnasta eri tavoin. Toiminta lisäsi mm. sosiaalista kanssakäymistä ja rauhallisuutta sekä vähensi masennusoireita ja yksinäisyyttä. Kloep ym. (2017) taas tutkivat intensiivisen kolme viikkoa kestävästä palveluskoirakoulutuksen vaikutuksia traumaperäiseen stressihäiriöön. Palveluskoirat, joita veteraanit kouluttivat, opetettiin mm. tunnistamaan merkkejä, jotka edelsivät ihmisellä stressireaktion syttymistä, kun takauha tulee tietoiseen mieleen. Tutkimustulokset osoittivat traumaperäisten stressihäiriön oireiden vähenevän useimpien osallistujien kohdalla.

Samoin mielen-terveyshäiriöistä kärsivien vankien keskuudessa tehdyissä tutkimuksissa todettiin, että heidän tunteidenhallintansa parani ja empatiakykynsä lisääntyi (Jasperson 2010; Turner ym. 2011) ja vankien päihdekuntoutuksen osana eläimen kanssa työskentelyn koettiin vaikuttavan myönteisesti yleiseen tunnelmaan, osallistujien mielialaan, ryhmäytymiseen ja luottamuksen nousuun (Gomez 2016).

Kelly ja Cozzolino (2015) kuvailevat artikkelissaan eläinavusteisesta terapia-ohjelmaa, joka oli suunnattu ns. riskinuurille, joilla on ollut ongelmia päihteiden ja lain kanssa. Eläinavusteisen terapian oli tarkoitus auttaa nuoria kehittämään impulssikontrollia, itsetuntoa ja sosiaalisia taitoja. Tulokset olivat lupaavia, mutta vaativat vielä lisätutkimusta.

Haastatteluissa tuli myös esiin ns. riskinuurten hyötyminen eläinavusteisesta terapiasta. Useilla haastateltavilla oli asiakkaina esimerkiksi psykiatrisesta hoidosta lähetettyjä nuoria, joiden ajateltiin hyötyvän eläinavusteisista menetelmistä. Eräs haastateltava kuvasi näitä nuoria asiakkaita seuraavasti:

”Ainakin omat asiakkaat, ne on vaativan lääkinnällisen kuntoutuksen psykoterapia-asiakkaita, joilla on tosi vaikeat taustat ja oikein paljon sitä ongelmaa. Mut esimerkiksi jos sanotaan nyt aggressiiviset nuoret, jotka on mahdollisesti erittäin vaikeahoitoisia sen oman, vaikka väkivaltataipumusten vuoksi. – – Just tää vaikka eläinlaumojen tai eläinyhteisöjen havainnointi, että miten voit tuoda itsesi esille, mutta et käytä väkivaltaa. Ja mulle on näinä vuosina, mä olen vuoden 2009 tammikuusta saakka tehnyt eläinavusteista työtä, niin ei ole kertaakaan sattunut semmosta, että nuoret olis oikeesti todella voimankäyttöä kohdistaneet eläimiin. Että jotenkin se uusi tilanne, ne vanhat lataukset, mitkä on ollu, niin ne ei vaikuta siinä ja ne lähtee vähän niinku puhtaalta pöydältä.” (Psykoterapeutti)

Eläimet siis näyttäisivät rauhoittavan tilannetta aggressiivisten nuorten kanssa. Eläinten kanssa toimiminen auttaa luomaan luottamuksellisen suhteen terapeutin ja nuoren välille ja eläinten havainnointia voidaan käyttää myös tällaisissa tapauksissa mallintamaan vähemmän väkivaltaista käyttäytymistä.

Samankaltaisia tuloksia oli saatu laadullisessa arviointitutkimuksessa, jossa selvitettiin eläinavusteiseen terapiaan osallistuneiden kodittomien lasten tuntemuksia ja kokemuksia terapiasta. Lapset olivat kokeneet eriasteista perheen sisäistä väkivaltaa ja hyväksikäyttöä, ja heillä oli traumaperäistä stressiä. Useat haastatelluista kertoivat olleensa ennen terapiaan osallistumista mm. vihaisia, sisäänpäin kääntyneitä ja pelokkaita. Terapia oli tukenut kuntoutumista kaikilla näillä osa-alueilla, ja useimmat olivat kokeneet eläinavusteiseen terapiaan osallistumisen hyödyllisenä. Sosiaaliset taidot olivat lisääntyneet samoin kuin vihanhallinta. Lisäksi eläinten kanssa toimimisen kautta opittu empatia heijastui lasten vuorovaikutukseen muiden ihmisten kanssa. Monet lapsista kertoivat hyvästä tunteesta, joka heille oli tullut tilanteissa, joissa he hoivasivat ja huolehtivat eläimistä. (Mudaly ym. 2014.)

Samankaltaisia hyötyjä mielenterveyskuntoutujille toivat esiin myös kyselyyn vastanneet terapeutit. He kertoivat, miten eläin voi auttaa tunnetyöskentelyssä, rajojen opettelussa, ja ilmaisu- vaikeuksissa. Koira lohduttaa ahdistunutta ja kuuntelee empaattisin elein kuntoutujan kertomaa. Lisäksi koiran läsnä ollessa voi aktivoitua muistoja terapiassa käsiteltäväksi. Eläimen avulla harjoitellaan luonnollisesti empatiaa ja toisesta huolta pitämistä. Jos kuntoutujan on vaikea tunnistaa omia tunteitaan, eläin näyttää ne ennen sanoja. Mielenterveyskuntoutujien yksinäisyys voi myös helpommin lievittyä eläimen läheisyyden myötä, ja samaan tapaan kiusatut lapset ja nuoret hyötyvät eläimen läheisyydestä ja arvostelemattomasta hyväksynnästä.

6.4 Muistisairaudet

Tässä katsauksessa muistisairaita vanhuksia käsittelevää tutkimusta löytyi suhteellisen paljon, tosin osa siitä käsitteli enemmänkin eläinavusteista toimintaa sairaaloissa kuin varsinaista tavoitteellista terapiaa, mutta laitoshoidossa toteutettuna eläinavusteisen toiminnan ja terapian raja on liukuva. Kaikissa tutkimuksissa oli kuitenkin kyse ammattilaisen toteuttamasta interventiosta.

Systemaattisissa kirjallisuuskatsauksissa on koottu tutkimustietoa eläinavusteisten menetelmien käytöstä muistisairaiden parissa. Bernabei ym. (2013) totesivat sen yleisesti edistävän tämän kohderyhmän hyvinvointia. Samansuuntaisesti todetaan Flynnin ja Roachin (2014) systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa, joskin he huomauttavat, että tulokset ovat lupaavia, mutta tutkimusta tarvitaan tässäkin tapauksessa vielä lisää ennen kuin on mahdollista tehdä varsinaisia hoitosuosituksia.

Eläinavusteisen terapian keinoin oli haettu helpotusta muistisairauksiin liittyviin niin sanottuihin käytösoireisiin, kuten aggressiivisuuteen. Esimerkiksi Majić ym. (2013) tutkivat satunnaiskontrolloidussa kokeessa masennus- ja aggressio-oireiden kehitystä 12 viikkoa kestäväen eläinavusteisen intervention aikana. Eläinavusteisessa toiminnassa mukana olleiden muistisairaiden oireet eivät pahentuneet toisin kuin verrokkiryhmän (Majić ym. 2013) ja toisessa satunnaiskontrolloidussa tutkimuksessa todettiin masennuksen lievittyneen ja elämänlaadun parantuneen (Olsen ym. 2016). Samoin Holthoff ym. (2013) tutkivat satunnaiskontrolloidussa kokeessa muistisairaiden vanhusten parissa tehtyä eläinavusteisen intervention kokeilua ja siinä todettiin vanhusten neuropsykologisten oireiden, kuten masennus ja ahdistus, lieventyneen etenkin Alzheimerin taudin loppuvaiheessa olevilla (Holthoff ym. 2013).

Haastatteluissa muistisairaiden kanssa toimiminen tuli esiin puheterapeutin kohdalla, joka teki koiransa kanssa myös vapaaehtoistyötä sairaaloissa. Hän kuvaili tilannetta, jossa hyvin aggressiivisesti käyttäytyvä muistisairas sotaveteraani huusi sairaalan osastolla. Hän kuvaili oman koiransa ja miehen kohtaamista seuraavasti (lainausta on hieman lyhennetty luettavuuden parantamiseksi):

”Se mies kävi sitä sotaa läpi, ja se huusi, että senkin ryssä älä sieltä ammu, se ihan siellä omassa kuplassaan. Ja me mentiin sinne osastolle niin, että mulla oli vähän pitempi hihna siinä mun koiralla, ja mä katoin, että mitäs nyt tapahtuu, kun se koira lähti menemään sitä miestä kohti. Mä en halunnut sitä estää, koska mä ajattelin, että mun täytyy nähdä, mitä nyt tapahtuu. Mun koira meni suoraan sen huutavan miehen luo, pukkasi sitä kuonolla käteen ja se huuto loppu siihen. Ja sit sen miehen käsi eteni hiljalleen koiran selkään ja mies paijasi sitä. Kaikki hoitajat kääntyi kattomaan. Se vaan jatkoi sitä paijaamista, ja sit se yhtäkkiä kääntyi puhumaan mun koiralle, et kysy, että oletko sinä kiltti koira. Ja sitten se vaan alkoi hymyillä se mies ja se katto edelleen pois päin ja se paijasi ja paijasi ja paijasi. Ja siihen meni joku 15 minuuttia varmaan tai tuntui ikuisuudelta, mut se oli tosi pitkään. Ja sitten hän otti kätensä pois ja jäi nojaamaan nojatuoliin leveä hymy kasvoilla ja ihan hiljaisena. Ja sitten me tultiin pois sieltä, niin hoitajat sanoivat, että se on sokea se mies, miten sinä sait sen

rauhottumaan. Mä sanoin, että no enhän minä saanut häntä rauhoittumaan, että mun koira sai hänet rauhoittumaan.” (Puheterapeutti)

Koira siis reagoi miehen huutoon ja teki valinnan mennä juuri hänen luokseen. Tämä esimerkki kertoo siitä, miten eläimen kanssa käytännössä voidaan toimia laitostilanteissa ja mitä vaikutusta eläimellä saattaa olla muistisairaana aggressiiviseen ja ahdistuneeseen käytökseen, mutta tutkimusten mukaan eläinavusteisilla menetelmillä voidaan vaikuttaa myös sosiaalisuuteen ja elämänlaatuun laajemmin. Esimerkiksi muistisairaiden vanhusten mielenterveysongelmista tehtyä tutkimusta analysoivassa meta-analyysissä todettiin, että heidän sosiaalisuutensa lisääntyi eläinavusteisessa terapiassa (Virués-Ortega ym. 2012). Traversin ym. (2013) satunnaiskontrolloidussa kokeessa selvitettiin koira-avusteisen terapian toimivuutta muistisairaille, joiden sairaus oli alku- tai keskivaiheessa. Eläinavusteista terapiaa saaneet muistisairaajat kokivat elämänlaatunsa parantuneen ja heidän vointinsa arvioitiin muutenkin verrokkiryhmää paremmaksi. Tässä tutkimuksessa kävi ilmi myös, että eläinavusteisten menetelmien käyttö laitoksessa edistää myös henkilökunnan työhyvinvointia. Samoin laadullisessa tutkimuksessa, jossa tarkasteltiin koira-avusteisen terapian merkitystä muistikuntoutujien elämässä, havaittiin useita positiivisia elämänlaatua parantavia teemoja. Muistisairaajat muodostivat henkilökohtaisen suhteen koiraan, kokivat empatiaa sen puolesta ja pystyivät unohtamaan muistisairautensa hetkeksi (Swall ym. 2017).

6.5 Kivun- ja stressinlievitys

Katsauksessa tuli vastaan myös tutkimuksia, joissa oli tarkasteltu eläinavusteisen terapian vaikutuksia kivun- ja stressinlievitykseen. Crossmanin (2017) systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa oli koottu tutkimustietoa eläinavusteisen terapian vaikutuksesta yleiseen psyykkiseen stressiin, mutta vaikutuksia ei voitu todeta. Useissa tutkimuksissa oli kuitenkin tarkasteltu erilaisissa asetelmissa opiskelijoiden stressiä esimerkiksi koetilanteissa ja näissä tutkimuksissa stressi lievittyi opiskelijoiden kokemusten mukaan ja osassa tutkimuksista myös heidän stressihormoni kortisolin pitoisuutensa olivat matalammat eläinavusteisen intervention jälkeen (Barker ym. 2016; Binfet 2017; Trammell 2017).

Eläinavusteisia menetelmiä on tutkittu myös kivunlievityksen apuna. Esimerkiksi sairaalapotilaina olevien lasten kivun tuntemusten määrää ja lääketieteellisen toimenpiteiden aiheuttamaa ahdistusta tutkittaessa koehenkilöiden verenpaine laski, vaikka koettu kipu ja ahdistus eivät lievittyneet eläinavusteisen intervention vaikutuksesta (Barker ym. 2015). Sen sijaan aikuisten leikkauspotilaiden joukossa 15 minuutin koira-avusteinen terapia ennen leikkausta alensi potilaiden kokemaa kipua ja paransi viihtyvyyttä sairaalassa (Harper ym. 2015) ja vähensi tarvetta kipulääkitykseen (Havey ym. 2014). Sanchez ym. (2015) testasivat, voisiko pelkkä akvaarion katsominen ennen kipua ja stressiä aiheuttavaa lääketieteellistä toimenpidettä helpottaa koettua pelkoa ja ahdistusta. Tulokset näyttävät osoittavan, että menetelmä toimii ainakin stressiä vähentävästi, sillä kortisolipitoisuudet olivat matalammat ja koettu stressi oli selvästi lievempää eläinavusteista terapiaa saaneiden ryhmässä. Eläimet voivat tuoda helpotusta pelkoon ja ahdistukseen vain läsnäolollaan, kuten esimerkiksi hammaslääkärin vastaanotolla, jossa koira voi helpottaa hammaslääkäripelosta kärsivien ahdistusta (Manley 2016).

6.6 Mitä haittoja eläinavusteisesta terapiasta voi olla?

Haastatteluissa ja kyselyssä terapeuteilta kysyttiin, mitä haasteita, riskejä tai haittoja he arvelevat eläinavusteisesta terapiasta olevan yleisemmin tai kuntoutujalle. Yleisimmin haastateltavat tai kyselyyn vastanneet terapeutit eivät osanneet nimetä mitään erityisiä esteitä käyttää eläinavusteisia menetelmiä. Vain allergia ja eläinten arastelu tai pelko mainittiin, mutta allergian kanssa monet asiakkaat tulivat toimeen siten että kuntoutuja otti aina terapiaan tullessa allergialääkkeen. Terapeutit kertoivat myös monen allergiaoireiden väistyneen ja eräs haastatelluista kuntoutujista oli ottanut itselleen koiran terapiaprosessin jälkeen, koska oli sen aikana siedäntynyt koiralle. Eläinpelko on kuitenkin selkeä este käyttää eläinavusteisia menetelmiä, sillä keskeinen edellytys on kuntoutujan oma halu työskennellä eläimen kanssa. Eräs haastateltavista kuvasi kuntoutujan oman halun tärkeyttä seuraavasti:

”Lähes kaikki on halunnut tulla edes käymään [maatilalla] ja aika moni niistä, jotka on tullut käymään, on halunnut jatkaa täällä käymistä. Että on ihan muutamia sitten semmoisia asiakkaita, usein aikuisia, jotka ei sitten välttämättä ole vaan olleet kiinnostuneita tai se ei ole ollut heidän kuntoutuksen tavoitteiden kannalta se pääasia. Tai sitten ei ehkä täällä ympäristössä oltais voitu harjoitella välttämättä kaikkia asioita. Mutta ei niin, että se jollekin asiakasryhmälle ehdottomasti ei sopisi. Enemmän se on ehkä siitä just asiakkaan omista tavoitteista ja omista kiinnostuksen kohteista kiinni.” (Ryhmähaastattelu)

Haastatteluissa ja taustakeskusteluissa tosin kävi ilmi, että jotkut asiakkaat nimenomaan haluavat hoitoa arkea häiritsevään koirapelkoon eläinavusteisen terapian keinoin, mutta niissäkin tapauksissa eläimen tuominen osaksi terapiaa on ollut asiakkaan omasta tahdosta ja tavoitteista kiinni.

Haasteista kysyttäessä kyselyyn vastanneet ratsastusterapeutit toivat erityisesti esiin pitkien matkojen ja kustannusten tuomat hankaluudet terapian toteuttamisessa. Muitakin tällaisia käytännöllisiä haasteita mainittiin, esimerkiksi sääolosuhteet ulkona ollessa ja eläinten vaihtelevat mielentilat tai vaikkapa sairastunut eläin, joiden mukaan terapiatilanteita pitää säädellä. Mutta suurin osa ajatteli terapeutin ammattitaidon vaikuttavan siihen, miten sekä asiakkaan että eläimen senhetkinen mielentila saadaan sopimaan yhteisten tavoitteiden kanssa työskentelyyn. Terapeutille eläinavusteisten menetelmien käyttö on raskaampaa kuin kahdenkeskinen terapia, koska heidän on ylläpidettävä yhtäaikaaisesti vuorovaikutussuhdetta sekä eläimeen että asiakkaaseen.

Varsinaisia haittoja ei kukaan maininnut, mutta haastateltu toimintaterapeutti oli jäänyt pohtimaan erään skitsofreniaa sairastavan asiakkaan tilannetta ja sitä mahdollisuutta, että eläinten kanssa toimiminen oli tavalla tai toisella vaikuttanut ainakin potilaan kokemien harhojen sisältöön (koirankarvat). Toisessa yhteydessä toimintaterapeutti toi esiin myös sen, miten tärkeää on pohtia eläimen kanssa toteutettavan terapian sisältöä huolella ja kuunnella asiakasta. On aina mahdollisuus mallintaa eläimen käyttäytymisen kautta vääränlaisia asioita esimerkiksi aggressiivisten lasten ja nuorten kanssa työskennellessä. Näin hän kuvaili terapiaprosessia toimintaterapiassa:

”Kyseessä on kokemuksellinen terapia, jossa paljon näkymätöntä tapahtuu pään sisällä. Vaan se ihminen itse tietää, mitä siellä tapahtuu. Se on myös hyvin vahva työkalu. Se tekee myös riskin siihen, ettei mallinneta mitään sellaista, mitä me ei haluta. Pitää aina miettiä, mitä me mallinnetaan myös sillä, mitä se koira on ja mitä se tekee. – – Esimerkiksi väkivaltainen lapsi ei saa tehdä koiralle mitään väkisin, tai pitää kiinni. Eli jos hän vaikka kotona tekee niin, että hän kiusaa siskoa tai pitää väkisin kiinni. Eli se, että koira pidettäisiin väkisin kiinni ja hoidetaan, sehän on vähän mallintamista siihen, et se on ihan ok, että sä teet sitä. Enemmän mallinnetaan sitä kunniotusta ja rajoja, että kuinka kosketaan, kuinka puhutaan, kuinka ollaan.” (Toimintaterapeutti)

Näiden mallintamiseen ja muuhun terapeutin työkentelyyn liittyvien mahdollisten riskien lisäksi etenkin taustakeskusteluissa tuli esiin zoonoosien riski. Zoonoosit ovat tartuntatauteja, jotka saattavat siirtyä eläimistä ihmisiin. Etenkin infektioille alttiiden potilasryhmien kohdalla tämä on tärkeä huomioitava asia myös eläinten kanssa sairaaloissa ja muissa laitoksissa tehtävän vapaaehtoistyön yhteydessä. IAHAIO (2015) ohjeistaa ottamaan zoonoosit huomioon siten, että eläimet käyvät säännöllisesti eläinlääkärin tarkastuksessa mahdollisten tautien varalta ja saavat tarvittavat rokotukset ja loishäädöt asianmukaisesti.

7 MINKÄLAISTA KOULUTUSTA ELÄIN JA TERAPEUTTI TARVITSEVAT?

7.1 Terapeutin koulutus

Lähtökohtana eläinavusteisessa terapiassa on luonnollisesti terapeutin oma pohjakoulutus ja siihen liittyvä ammatillisuus. Haastatelluista terapeuteista monella oli pitkä työkokemus ja he olivat hankkineet myös täydennyskoulutusta omalla terapia-alueellaan: esimerkiksi taideterapeutteja, neurologisen kuntoutuksen Bobath-menetelmä, erityisuinti, ratsastusterapeutti, eläinten kouluttaja, NLP ja työnohjaus. Moni oli myös käynyt EASEL-tunnetaitokoulutuksen, jossa osana voivat olla myös eläinavusteiset menetelmät. Lisäksi he etsivät aktiivisesti tutkimustietoa aiheesta ja päivittivät tiedollista osaamistaan. Haastatelluista terapeuteista kaikilla oli lisäksi jokin eläinavusteisiin menetelmiin liittyvä koulutus ja työpareina toimivista koirista kaikki olivat käyneet läpi jonkinlaisen testauksen. Kyselyssä ei erikseen kysytty koulutuksesta, mutta useat vastaajat kertoivat erikseen käymistään eläinavusteisiin menetelmiin liittyvistä täydennyskoulutuksista.

Suomessa koulutusta tarjoavat tällä hetkellä Tampereen ja Hämeenlinnan kesäyliopistot yhteistyössä yksityisen yrityksen kanssa, joka tekee koulutuksia myös omissa tiloissaan nimikkeellä ratkaisukeskeinen eläinavusteinen valmentaja (*Solution Focused Animal Assisted Therapy*) sekä Jyväskylän ammattikorkeakoulu, jossa on koira-avusteisen työskentelyn ohjelma täydennyskoulutuksena terveyden- ja sosiaalihuollon ammattilaisille ja pedagogeille. Osa tämän koulutuksen sisällöstä on tuotettu yhdessä Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:n kanssa. Näiden lisäksi sosiaalipedagogista koiratoimintaa varten on tarjolla Sosped Koira

-koulutuspaketti. Tarjolla olevat koulutukset ovat laajuudeltaan 10–35 opintopistettä, ja ne on mahdollista suorittaa työn ohessa.

Ratkaisukeskeisen eläinavusteisen valmentajan koulutus on suunnattu paitsi ammattilaisille myös sellaisille ihmisille, jotka haluavat tehdä vapaaehtoistyötä eläintyöparin kanssa. Koulutuksessa käydään läpi eläinavusteisten menetelmien ohella myös ratkaisukeskeisiä menetelmiä yleisesti eli voimavarakeskeisyyttä, asiakaslähtöisyyttä, vuorovaikutusta ja tulevaisuuden tavoitteiden, ideoiden ja toivon herättämistä asiakkaassa. Koulutus toimii siis myös laajempaan terapeutin lähestymistavan koulutuksena, jossa korostuvat eläinavusteiset menetelmät. Samoin säätiön omistaman yrityksen tuottama Sosped Koira -koulutus on tarkoitettu ylipääntään alasta kiinnostuneille tai yrittäjiksi aikoville, mutta siinä keskitytään enemmän koiraavusteiseen vapaaehtoistoimintaan esimerkiksi päiväkodeissa, kouluissa tai laitoksissa kuin terapiaan. Koulutuksessa on oletuksena, että koulutuksen käy koiran ja ihmisen muodostama koirakko. Koira-avusteisen työskentelyn täydennyskoulutus taas on tarkoitettu ammattia harjoittaville terapeuteille tai muille ammattilaisille, jotka haluavat ottaa koira-avusteisia menetelmiä osaksi terapiatoimintaansa, ja joilla on työpariksi soveltuva koira. Koulutuksessa käydään läpi käytännönläheisesti sitä, miten asiakastyötä koiran kanssa voi suunnitella ja kehittää sekä mitä siinä tulee ottaa huomioon. Lisäksi koulutuksessa on isossa osassa terapeutin oman koiran koulutus työpariksi.

Näiden koulutusten lisäksi EASEL-tunnetaitokoulutuksessa on mahdollista opiskella osana muuta ohjelmaa myös eläin- ja luontoavusteisia menetelmiä. EASEL (*Experiential Social Emotional Learning*) on yleisemmin vuorovaikutukseen, tunnetaitoihin, työnohjauksellisiin taitoihin, psykologiseen johtamiseen ja yhteiskehittämiseen keskittyvä koulutus, jota tarjotaan eri pituisena ja eri painotuksin etenkin opetusalan sekä sosiaali- ja terveydenhuollon toimijoille. Koulutuksessa tarjotaan eläinavusteisista menetelmistä kiinnostuneille erikseen koulutusta eläinavusteisen työskentelyn periaatteista, asiakastyöstä käytännössä sekä eettisistä periaatteista ja turvallisuudesta.

Osa kyselyyn vastanneista oli ratsastusterapeutteja tai sosiaalipedagogista hevostoimintaa toteuttavia asiantuntijoita, ja hevosen kanssa toteutettuun eläinavusteiseen toimintaan on jo olemassa vakiintuneemmat toimintatavat. Suomessa ratsastusterapeutteja koulutetaan Ypäjän Hevosopistolla, jossa on Suomen ratsastusterapeutit ry:n auktorisoima koulutus. Auktorisoidulla ratsastusterapeutilla on oikeus käyttää nimikesuojattua Ratsastusterapeutti SRT-nimikettä. Ratsastusterapiakoulutukseen vaaditaan vähintään AMK-tason tutkinto (210 op) sosiaali- tai terveydenhuollon alalta, kahden vuoden työkokemus (kokopäiväinen) oman ammattinsa käytännön kuntoutusalalta ja vahva hevosalan perusosaaminen ja hyvä perusratsastustaito. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan koulutus on suunnattu vankan hevoskokemuksen omaaville sosiaali-, terveys- ja opetusalan ammattilaisille. Koulutus ei anna varsinaista pätevyyttä vaan toimii täydennyskoulutuksena.

Kaikki haastatellut ja kyselyyn vastanneet terapeutit korostivat eläinavusteisten menetelmien koulutuksen tärkeyttä osana omaa ammatillisuuttaan. Vaikka eläinavusteiset menetelmät ovat vain osa terapeutin palveluvalikoimaa ja ammatillinen pohjakoulutus on kaiken ydin, he kokivat

hyötäneensä täydennyskoulutuksesta. Koulutuksia on kuitenkin monenlaisia ja niiden joskus ristiriitaisetkin opit saivat yhden haastateltavista pohtimaan koulutuksen haastavuutta:

”On tosi vaikeata tehdä yhtenäistä [koulutus]linjaa, koska me kaikki terapeutit tehdään eri tavalla töitä. Riippuen siitä, missä sä oot käynyt sun peruskoulutuksen tai sitten mitä lisäkoulutuksia sulla on, minkälainen sun koira on, mitkä on sun fyysiset ja ympäristön asettamat rajoitteet, asiakasryhmä, minkälaisia haasteita.” (Toimintaterapeutti)

Haastateltava tuo esiin sen, että eläinavusteisten menetelmien koulutus on kuitenkin aina yleistä eikä sitä ole tarjolla eri terapia-alueille erikseen. Terapeutin oma ammatillisuus korostuu siinä, miten hän soveltaa koulutuksessa omaksumaansa ja kehittää omia menetelmiään ottaa eläin mukaan konkreettiseen asiakastyöhön erilaisten kanssa erilaisissa tilanteissa.

7.2 Eläinten soveltuvuuden testaus

Eläimeltä vaaditaan paljon terapiatoiminnassa ja varsinkin laitoksissa vastaan tulee yllättäviä ja uhkaaviakin tilanteita, joissa eläimen täytyy pystyä pysymään rauhallisena. Kaikki koirat tai muut eläimet eivät siis sovi työskentelemään terapeutin työparina, vaikka olisivat hyviä ja rauhallisia lemmikkejä (ks. myös IAHAIO 2015). Esimerkiksi yksi kyselyyn vastanneista oli sitä mieltä, että alpakat eivät ole erityisen soveltuvia terapiaeläimiksi lajiominaisuuksiensa vuoksi. Toisaalta myös muita eläimiä kuin koiria voidaan kouluttaa terapiatilanteisiin. Haastateltavat ja kyselyyn vastanneet pitivät tärkeänä, että kaikki eläimet on tavalla tai toisella koulutettu kohtaamaan ihminen turvallisesti, ja eläinavusteisen terapeutin pitää pystyä myös kouluttamaan työparina tai osana terapiaa toimiva eläin työhönsä. Moni vastaaja toi esille, että tarvitaan vahva koulutus juuri tietyn eläimen käyttämisestä terapiatyössä. He kokivat, että tämä on tärkeää niin asiakkaan turvallisuuden kannalta kuin eläimen hyvinvoinnin ja oikeuksien kannalta. Terapeutit korostivat, miten hyvä tietopohja ja kokemus edesauttavat eläimen tarpeiden huomioon ottamista: eläin ei koskaan ole vain väline ja myös eläimen jaksamisesta ja työkunnosta on huolehdittava. He esittivät myös, että kenties myös eläinten soveltuvuuden testausta pitäisi valvoa, jotta eläinavusteisuuden suosioista huolimatta toiminta pysyisi asiantuntevissa käsissä.

Koirien kohdalla työpariksi kouluttaminen on selkeämpää, mutta myös muiden eläinten lajityypillisten piirteiden ja tarpeiden mukaan voidaan totuttaa tekemään työtä ihmisten joukossa. Esimerkiksi ryhmähaastattelussa terapeutit kuvailivat lampaiden ja vuohen totuttamista ihmisiin:

”Toimintaterapeutti: Silloin kun meillä on ekat lamfaat tulleet, me istuttiin vuorotellen siellä karsinassa, jotta ne tottui ihmisiin, että ne tottui siihen, että niitä rapsutellaan. Ja sitten silloin kun Pekka [vuohi] tuli, että Pekka ei ala puskemaan, koska sen taipumus on puskea.

Psykoterapeutti: Tietty herkkyyskausi puskemiselle, niin silloin oli semmoinen systemaattinen koulutus, että se ei omaksu semmoisia lajityypillisiä piirteitä, mitkä on

terapiatyön kannalta hankalia ja haitallisia. Ja sitten semmoinen jatkuva arviointi, että onko ne niinku tehtäviensä tasalla, ja uudelleen koulutus.”

Haastateltavat puhuivat myös koira-avusteisen toiminnan osalta rodun valitsemisesta. Kokeusten mukaan tietyt, rauhalliset ja helposti koulutettavat rodut sopivat terapiakoiriksi paremmin kuin toiset, mutta kaikkein tärkeintä on koiran yksilöllinen soveltuvuus. Haastateltavat toivat esiin myös sen, että erilaiset koirat voivat olla rikkaus, sillä eri tavoin ihmisen kohtaavia koiria voidaan käyttää erilaisissa terapiatilanteissa. Koiran ei esimerkiksi tarvitse olla rauhallinen, vaan joskus vilkaskin eläin voi sopia vaikkapa aktivointiin ulkona.

Koirien ja muiden eläimien soveltuvuutta terapiatyöhön ja vapaaehtoistoimintaan voidaan myös testata. Mongillo ym. (2015) ovat tutkimuksessaan arvioineet koirille tarkoitettujen soveltuvuustestien toimivuutta ja suosittelevat, että terapiakoirien tulisi läpäistä ensin käyttäytymistesti, jolloin selvästi terapiakoiriksi soveltumattomat yksilöt saataisiin karsittua. Käyttäytymistestissä tulee tarkastella koiran stressitasoa eri tilanteissa ja sen reaktioita erilaisiin ääniin, materiaaleihin, tilanteisiin ja ihmisiin. Tutkijat ehdottavat, että käyttäytymistestin läpäisseet koirat kävisivät myös läpi erilaisia simulaatioita, joilla mallinnetaan aitoja terapiatilanteita. International Association of Human-Animal Interaction Organizations (IAHAIO 2015) suosittelee, että terapiaeläimen soveltuvuutta testaavalla ihmisellä on eläinlääkärin tai eläinkäyttäytymistieteen koulutus tai vankka kokemus.

Suomessa tällaisia soveltuvuustestejä ja näyttökokeita tehdään yhdistysten ja muiden toimijoiden toimesta. Kennelliitto tekee koirien luonnetestejä, joita voidaan käyttää myös esimerkiksi jalostuksessa. Vapaaehtoistoimintaan tulevia koiria testataan edellä kuvatun prosessin kaltaisessa testissä Suomen Karva-Kaverit ry:n toiminnassa. Testissä tutkitaan, miten eläin hyväksyy vieraat ihmiset ja antaa käsitellä itseään, miten se reagoi ääniin, pintoihin ja tiloihin (laitoksissa on hissejä, portaita, liukkaita lattioita) sekä miten eläimen ja ohjaajan yhteistyö toimii ja onko eläin ohjaajansa hallinnassa. Ammatillisessa terapiassa koirat käyvät ensin läpi vastaavan soveltuvuustestin yleensä pentuina ja sen lisäksi koulutuksen jälkeen työnäytön, jossa arvioidaan kahden tuomarin toimesta, miten koira ja ammattihenkilö toimivat yhdessä konkreettisissa tehtävissä terapeutin työpaikalla. Näitä testejä järjestää Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry. Työnäytössä tutkitaan koiran ja ohjaajan vuorovaikutusta sekä sitä, miten koira reagoi ohjaajan vinkkeihin ja miten tilanteet hallitaan. Lisäksi työnäytön läpäisemiseksi koiran on täytynyt käydä eläinlääkärin terveystarkastuksessa. Eläinavusteisen ohjaajan koulutusta tarjoavan yksityisen yrityksen palveluihin kuuluu koulutuksen yhteydessä tehtävä koiran ja työparin yhteinen työnäyttö. Yleensä koiran ja ohjaajan muodostama koirakko saa kaikista soveltuvuuskokeista ja työnäytöistä palautetta ja yhdistyksen tai yrityksen merkin, jolla koira tunnustetaan terapiakoiraksi samaan tapaan kuin hyötykoirilla. Tunnisteena voidaan käyttää koiran kaulaan sidottua huivia, liiviä tai valjaita. Testejä ja soveltuvuuskokeita tehdään siis Suomessa tällä hetkellä monella eri taholla ja vaikka vaikuttaa siltä, että testit ovat samankaltaisia, ei niitä kuitenkaan ole yhtenäistetty millään tavalla.

7.3 Eläimen hyvinvointi

Haastatteluissa ja kyselyissä terapeutit nostivat esiin eläimen jaksamisen ja hyvinvoinnin huomioimisen tärkeyden. He korostivat, että jokainen eläin on erilainen ja eri tilanteissa eri ihmisten kanssa eikä eläin koskaan ole väline vaan työtoveri:

”Just samaa olen miettinyt paljon, että miten siitä eläimestä pidetään huolta, että semmoiset eettiset asiat myös sen eläimen näkökulmasta, jotta se ei ole vaan joku väline jota käytetään, vaan että se on tosissaan niin kun se on työpäri, se on vuoro-vaikutuskumppani, silläkin [eläimellä] on omanlaiset tarpeet. Et just oikeesti pitäisi olla meidän työntekijöiden kartalla siitä, että sitä eläintä ei stressata liikaa, tai ajeta semmoisiin tilanteisiin, missä se ei kykene toimimaan halutulla tavalla.” (Toimintaterapeutti)

Eläimen jaksamista on tarkkailtava koko ajan ja useimmiten eläimet eivät työskentele kuin yhtenä tai kahtena päivänä viikossa muutamia tunteja kerrallaan. Se kuinka paljon esimerkiksi koira jaksaa tehdä töitä, riippuu haastateltavien mukaan myös siitä, onko koira aktiivisesti mukana toiminnassa vai enemmän taustalla. Esimerkiksi haastatellulla psykoterapeutilla oli kaksi koira työpäriä, jotta yksittäisen koiran työn ja vapaa-ajan tasapaino säilyisi ja eläin jaksaisi terapiatyötä paremmin. Haastateltavien kokemusten mukaan on myös tärkeää huolehtia, että eläin pääsee halutessaan pois tilanteesta. Esimerkiksi huoneen ovi saattoi olla auki, jotta koira voi itse poistua tilasta tai koiralla oli tilassa oma turvapaikka, kuten viltti pöydän alla, jonne voi aina mennä lepäämään.

Haastattelujen perusteella terapeutit huolehtivat eläintyöpärien hyvinvoinnista ja levosta erinomaisesti. Suosituksissa korostetaan eläimen yleisen hyvinvoinnin (ruoka, juoma, lepo, eläinlääkärin tarkastukset) lisäksi juuri sitä, että eläimeltä ei vaadita liian stressaavia tehtäviä eikä eläintä työllistetä liikaa. Suosituksessa mainitaan 30–45 minuuttia kerrallaan. Suosituksissa muistutetaan myös siitä, ettei asiakas saa kohdella eläintä miten hyvänsä ja ohjaajan on pidettävä huolta, että eläintä kohdellaan asianmukaisesti (IAHAIO 2015; Ng ym. 2015). Haastateltavat toivatkin esiin, että joissakin tilanteissa asiakkaan aggressiivisuus voi olla riski, mutta eläimestä on laitolosuhteissa huolehdittava myös suhteessa muihin ihmisiin. Vastaan saattaa tulla muita kuntoutujia, jotka haluavat ottaa kontaktia koiraan eikä aina ymmärretä, että koira on töissä. Liivit tai valjaat terapiakoiran merkkinä suojelevat myös eläintä tällaisissa tilanteissa. Kotikäynnillä riskiksi saattaa muodostua se, että kuntoutujilla on usein monenlaisia eläimelle tappavan myrkyllistä lääkitystä, joka voi vahingossa joutua lattialle ja sitä kautta eläimen suuhun. Tästä syystä eräs haastateltavista harkitsi aina tarkkaan kotikäyntien riskejä.

Terapiakoirien hyvinvointia on myös tutkittu. Koirien stressiä voidaan mitata syljen kortisolipitoisuudesta ja eläimen käyttäytymisestä. Katsauksessa löytyneissä julkaisuissa näitä menetelmiä oli käytetty muutamassa tutkimuksessa. Tuloksena oli, että koirat saattavat olla stressaantuneempia hihnassa kuin vapaana, mutta eivät erityisesti stressaantuneet terapiatilanteissa (Glenk ym. 2013; Ng ym. 2014) ja että noin tunnin työskentelyn jälkeen koirien stressitaso alkaa nousta, vaikka taukojakin olisi pidetty (King ym. 2011). Näyttäisi siis siltä, ettei laadukkaasti suositusten mukaan toteutetussa koira-avusteisessa terapiassa tutkimustenkaan perusteella aiheuteta haittaa terapiakoiralle.

Haastateltavat ja kyselyyn vastanneet ammattilaiset toivat kuitenkin esiin huolen siitä, mitä voi tapahtua, kun yhtenäistettyä ohjeistusta ja sääntelyä ei ole. Seuraavassa yksi haastateltavista kuvailee kentän kirjoa ja ammatillisuuden haasteita:

”Paljon eri toimijat tekevät eläinavusteista, mutta onko heillä sitten minkälaiset perusteet ja eettiset taidot, ja miten ne koirat on testattu ja otettu siihen työhön, se vaihtelee. Kirjo on tosi vaihteleva. Ja se, että kun sä otat omaan työhösi uuden toiminnallisen välineen – mitä mä ajattelen, et koira on – sulla pitää olla oma ammattitaito jo aika rautainen. Ja kun sä otat elävän eläimen siihen, sulla pitää olla sun oman ammattitaidon lisäksi rautainen kokemus siitä, mitä se koiran käyttö sun työssä on. Ja sitten sun pitää pystyä vielä hoitamaan se sun asiakas siinä samalla ja se koira, niin että se pysyy tavoitteellisuudessa. Musta tuntuu – tämä on mun mielipide – että ihmisillä ei välttämättä ole ihan oikeata ymmärrystä siitä, miten vaikuttavasta ja kokemuksellisesta välineestä on kyse, ja kuinka oikeasti pitää olla tietoinen, mitä teen, miksi teen ja mitä mallinnan tekemiselläni. Se on semmoinen riski siinä, että ihmiset ottaa vaan koiria töihin, ja niitä ei ole testattu, eikä ne ole käyneet koulutuksia, ja sitten tapahtuu joku puremistilanne, niin sen jälkeen kukaan muu ei saa käyttää.”
(Toimintaterapeutti)

Terapeutit kokivat yleisesti, että eläinavusteiset menetelmät ovat ammatillisesti vaativia sekä terapeutille että koiralle. Suurena huolena oli, että todella tehokkaaksi koettu terapiamenetelmä muiden joukossa kielletään kokonaan, jos jossakin tapahtuu puutteellisesta koulutuksesta tai eläinten soveltumattomuudesta johtuvia ongelmatilanteita. Haastatellut ja kyselyyn vastanneet terapeutit kaipasivat yhteisesti hyväksytyjä standardeja, jotta eläinavusteinen toiminta pysyy laadukkaana ja turvallisena sekä asiakkaalle että eläimelle.

8 ELÄINAVUSTEISEN TERAPIAN HAASTEET JA TARVE STANDARDILLE

Kun haastatteluissa ja kyselyssä kysyttiin eläinavusteiseen terapiaan liittyvistä haasteista, nousi vastauksissa esiin etenkin tarve saada Suomeen jonkinlaista sääntelyä alalle. Seuraava lainaus haastattelusta summaa vastaajien toiveita:

”Eläinavusteisuus on innostuneisuuden aihe terveydenhuollossa. Niin se kysymys on, että mikä on se riittävä valmius, mitkä on ne tilat, milloin eläimet on riittävän koulutettuja, että se tekeminen on turvallista. Mun mielestä eläinavusteisella terapiatoiminnalla on isot haasteet siinä, että me jotenkin saatas sertifioitua ja standardoitua tätä toimintaa, että kaikki olisi läpinäkyvää. Esimerkiksi vanhempi tai lähettävä taho tietäisi, että voi lähettää [kuntoutujan] sinne tietäen, että työntekijät on tehtäviinsä perehtyneitä, siellä eläimet on turvallisesti koulutettuja ja niitä pidetään semmoisella tavalla, että ne toimii luotettavasti siinä työssään, eläimiä ei ylityöllistettä tai stressata kohtuuttomasti. Ja sitten myös, että ne tilat on suunniteltu niin, että

siellä on rauha terapian tekemiseen, tietosuoja-asiat kunnossa ja riittävästi väljyyttä ja tilaa turvallisesti niitten eläinten kanssa toimia.” (Psyko-terapeutti)

Eläinavusteista terapiaa varten on kansainvälisissä järjestöissä ja tutkimuksessa kehitelty toimintatapoja ja ohjeistuksia joita tulisi noudattaa, jotta terapia olisi toimivaa ja eettistä sekä asiakkaan että työparina toimivan eläimen kannalta (esim. IAHAIO 2015).

Suomessa yhdistyksillä ja koulutusta tarjoavilla yrityksillä on kaikilla omat eettiset ohjeistuksensa eläinavusteisen terapian tai toiminnan turvallisesti toteuttamiseksi. Eettisissä ohjeissa korostetaan terapeutin ammatillisuutta ja sitä, että työskentely edellyttää jatkuvaa kehittämistä ja opiskelua. Aluehallintovirasto ja Valvira ovat Suomessa ne viranomaiset, jotka vastaavat terapeuttien koulutuksen laadusta ja valvonnasta, mutta eläinten koulutuksessa ja testauksessa ei tällä hetkellä ole yhtenäisiä toimintatapoja Suomessa. Eläinavusteisuutta toteutetaan sekä vapaaehtoistoiminnassa että ammattimaisen terapian osana. Tutkimuskirjallisuudessa tehty luokittelu erottaisi *Animal Assisted Activity* ja *Animal Assisted Therapy* toisistaan (ks. luku 1 tässä raportissa). Tämä luokitus palveleekin hyvin eettisten ohjeistusten perustana ja monet kotimaisista yhdistyksistä onkin ottanut sen käyttöön.

Haastateltavat ja kyselyyn vastanneet terapeutit kaipasivat yhteisesti sovittua ja valvottua ohjeistusta eläinavusteisen terapian ja vapaaehtoistyön rajoista, eläimen testaamisesta ja elinolosuhteista, sekä eläimen että ihmisen koulutuksesta eläinavusteisten menetelmien osalta. Lisäksi kaivattiin työn käytännön toteutuksen valvontaa ja eräs kyselyyn vastaajista ehdotti aluehallintaviraston valvontaa eläinavusteisen toiminnan laadun ja turvallisen toteuttamisen takaamiseksi. Useassa vastauksessa tuli esiin ehdottomana edellytyksenä, että valvova taho laatisi eläinavusteiseen kuntoutukseen laatukselliset, turvallisuusasiakirjat ja turvallisuus-suunnitelmat. Ryhmähaastattelussa keskusteltiin siitä mikä olisi riittävät valmiudet takaava peruskoulutus eläinavusteisiin menetelmiin:

”Psyko-terapeutti: Mikä olis semmoinen yleiskoulutus, missä tulisi riittävä valmius, että jos meillekin tulee joku työntekijä, että pystyy vähän perehdyttämään. On jotenkin ammatillisesti kestävä se, että näiden [eläinten] hyvinvoinnista huolehditaan ja niitten koulutus on eettisten arvojen mukaan toteutettu ja niitten työssä jaksamista ja selviytymistä tarkkaillaan jatkuvasti. Mutta paljon parempikin koulutus vois olla nimenomaan terveydenhuollon toimijoille suunnattu.

Fysioterapeutti: Niin, koska kyllähän tällä hetkellä on aika villiä toimintaa, että eläinavusteisuutta tarjotaan vähän joka asiaan.

Psyko-terapeutti: Niin, että jos on kilttejä eläimiä niin se ei vielä takaa sitä, että se olis jotenkin kuntoutuksellista. Että se voi olla hyvinvointia tukevaa ja mielialaa kohottavaa, se voi olla tämmöistä elämyksellistä, mutta että juuri nämä reunaehdot täytäten se vasta voi olla kuntoutusta, että siinä on oikeasti terveydenhuollon toimija, joka suunnittelee sen hoidon. Ei se eläin tee yksin sitä hoitoa.”

Haastatteluissa ja kyselyssä nousi esiin myös tässä lainatussa keskustelussa käytävä pohdinta eläinavusteisen toiminnan ja terapian rajavedosta. Kaikki kuntoutus ei ole terapiaa eikä vapaaehtoistyö laitoksissa tai koirien ja työparein toiminta kouluissa ja sosiaalityössä välttämät-

tä ole tavoitteellista ja suunnitelmallista terapiatoimintaa. Toisaalta myös laitoksissa, kouluissa tai sosiaalityössä eläin voi olla osa tavoitteellista ja terapeuttiseksi ymmärrettyä toimintaa ja laillistetun terapeutin kanssa toimiva eläin voi olla mukana lähinnä tuomassa hyvää mieltä. Rajanveto ei välttämättä ole helppoa, mutta kyselyssä ja haastatteluissa terapeutit toivat erityisesti esiin sen, miten tärkeää on erottaa ammattimainen toiminta harrastustoiminnasta tilanteessa, jossa eläinavusteisista menetelmistä on innostuttu monella taholla.

Toinen eläinavusteisen terapian haasteista kysyttäessä esiin tullut ongelma liittyi tiedottamiseen ja hoitoonohjaukseen. Eräs haastateltava kuvaili tilannetta seuraavasti:

”Silleen toivoisin että, saatais nopeammaksi se prosessi. Että ne ihmiset jotka tarvitsee kuntoutusta löytäisi nopeammin sen oikean [terapeutin] joka heille sopii. Nyt tuntuu, että ainakin ne jotka päätyy minulle, niin ne on käynyt hirveen monta kokeilua kaikenlaista jo sitä ennen. Ja siihen on saattanut mennä vuosi ja kaksi ja [nuorella] kuntoutujalla on ollut paljon pettymystä ja kieltäytymistä et en tee sitä ja enkä tee tätä enkä mene tuonne. Ja tietysti joskus se jatkuu myös täällä, mutta sitten on aika monta että täällä sitten onnistuu. Että miten ne löytäis toisensa nopeammin, kun on erilaisia terapioida ja erilaisia kuntoutujia. Kai siinä sitten tarvittaisiin jotain yleistä tietoa just niistä ryhmistä tai ongelmaryhmistä, että kenelle sitten vaikka eläinavusteinen kuntoutus sopisi. Sitä [prosessia] jos pystyis nopeuttaa niin se helpottaisi sitä nuorta, jolla on pettymyksiä jo ennestään muutenkin ihan tarpeeksi, niin ei tulisi niitä siinä järjestelmässä.” (Psykoterapeutti)

Kuntoutusprosessi pitäisi terapeuttien mukaan saada nivottua asiakkaan kokonaisvaltaiseen kuntoutumisprosessiin paremmin ja verkostotyö voisi olla tehokkaampaa. Haastatteluissa ja kyselyissä tuotiin esille myös kokemus siitä, ettei sosiaali- ja terveydenhuollossa arvosteta eläinavusteisia menetelmiä eikä hoitohenkilökunnalla ja lähettävillä tahoilla ole tietoa tai ymmärrystä eläinavusteisesta terapiasta ja sen tehokkuudesta. Myös yleiset asenteet ja mielikuvat eläinavusteisesta terapiasta mainittiin vastauksissa haasteina. Etenkin kyse oli kuitenkin siitä, että eläinavusteisen kuntoutuksen kustannustehokkuutta ja terapian vaatimaa aikaa ei osata huomioida maksusitoumuksia ja päätöksiä tehdessä, kuten jo totesimme aikaisemmin hoitoonohjauksen yhteydessä. Jollekin asiakkaalle terapiaa saatettiin korvata kunnan toimesta jonkin aikaa mutta ei tarpeeksi pitkäjänteiseen tavoitteelliseen työskentelyyn tai verkostoyhteistyö oli haastavaa työntekijöiden vaihtuessa kunnalla. Kyselyssä monet vastaajat toivat esille sen, miten rahoituksen puuttuminen ja rajallisuus tuottavat eriarvoisuutta kuntoutujien välille. Eräs vastaaja totesi, että maksusitoumukset ratsastusterapiaan ovat merkittävästi alkuajoista lisääntyneet, mutta kynnyks on edelleen korkea. Tällöin moni eläinavusteisuudesta hyötyvä kuntoutuja jää vaille sellaista kuntoutusmuotoa, joka voisi motivoida kuntoutujaa itseään ja merkittävästi nopeuttaa kuntoutumisen prosessia ja tuottaa parempia tuloksia.

Eläinavusteisen terapian yleisen tunnettuuden ja asenteiden osalta katsauksessa tuli vastaan muutama tutkimus. Toiminta on enimmäkseen hyväksyttyä ja tunnettua ainakin laitosten ja sairaaloiden hoitohenkilökunnan keskuudessa muualla kuin Suomessa. Esimerkiksi eräs kyselytutkimus selvitti hoitohenkilökunnan suhtautumista eläinavusteiseen terapiaan osana vammaisten lasten kuntoutusta, ja vastanneista 128 henkilöstä lähes jokainen suositteli

eläinavusteista terapiaa osana näiden kohderyhmien kuntoutusta (Yap ym. 2017). Toisessa kyselyssä selvitettiin puolestaan yleisesti väestössä näkemyksiä siitä, onko käyttäytymishäiriöisten lasten hoidossa paras psykoterapia, eläinavusteinen terapia, lääkkeet vai ei hoitoa ollenkaan. Tuloksena oli, että eläinavusteinen terapia koettiin erittäin hyväksyttävänä hoitomuotona ja sitä toivottiin käytettävän enemmän lasten mielenterveyden hoitamisessa etenkin lääkkeiden asemesta (Rabbitt ym. 2014).

9 JOHTOPÄÄTÖKSIÄ KATSAUKSEN PERUSTEELLA

Tässä katsauksessa olemme selvittäneet muiden kuin hevosten kanssa toteutetun eläinavusteisen terapian hyötyä, toimivuutta ja tarpeenmukaisuutta osana ammattilaisen toteuttamaa kuntoutusta. Käsittelimme teemaa kirjallisuuskatsauksen, terapeuttien ja kuntoutujien haastatteluiden, taustakeskusteluiden ja Kelan palveluntuottajille suunnatun kyselyn tuottaman tiedon valossa.

Aloitimme tulosten esittelyn kuvailemalla katsauksen aineistojen perusteella eläinavusteisten menetelmien käyttöä osana suomalaista kuntoutusjärjestelmää ja kartoitimme tutkimusnäyttöä ja kokemusperäistä tietoa eläinavusteisten terapioiden hyödyistä osana psykoterapian, puheterapian, fysioterapian sekä toimintaterapian työmenetelmiä.

Vaikka tutkimusnäyttö eläinavusteisten menetelmien hyödyistä ei ole erityisen vakuuttava, on tämän katsauksen selkeänä johtopäätöksenä, että eläinavusteinen terapia on hyödyllinen lisä koulutetun terapeutin keinovalikoimassa sellaisille kuntoutujille, jotka itse haluavat työskennellä eläimen kanssa. Tutkimusnäyttöä ei vielä ole paljoa, sillä laadukkaita satunnaiskontrolloituja tutkimuksia on tehty vähän. Niissä tutkimuksissa, joita tähän mennessä on tehty, kuitenkin todetaan eläinavusteisten menetelmien olevan pääasiassa hyödyllinen lisä osana muuta terapiaa. Yksi kartoituksen johtopäätös onkin se, että lisätutkimusta tarvitaan etenkin eläimen itsenäisestä vaikutuksesta osana muuta terapiaprosessia, mutta myös kuntoutujien kokemuksista eläinavusteisen terapian hyödyistä omassa kuntoutuksessaan, sillä niitä käsiteltiin harvoissa tutkimuksissa.

Katsauksessa esille noussut tärkeä lähtökohta eläinavusteiselle terapialle on se, että eläin toimii aina vain yhtenä menetelmänä terapeutin palveluvalikoimassa ja eläin toimii terapeutin työparina ja on ikään kuin kolmas osapuoli terapiaprosessissa. Terapeutin ammattitaitoon kuuluu hallita vuorovaikutusta sekä eläimen että asiakkaan kanssa samaan aikaan. Eläinavusteisia menetelmiä käytetään yksittäisen kuntoutujan tilanteesta riippuen erilaisin tavoin ja erilaisia määriä osana muuta terapiaa. Edellytys eläinavusteisten menetelmien liittämiseksi asiakkaan hoitosuunnitelmaan on luonnollisesti hänen oma halunsa työskennellä eläimen kanssa. Erityisesti seuraavien kuntoutuksen asiakasryhmien kohdalla eläinavusteista menetelmistä on sekä tutkimusnäytön että toimijoiden kokemusten perusteella hyötyä: lasten oppimisvaikeudet, neuropsykiatriset häiriöt ja erilaiset kehityksen häiriöt, aikuisten mielenterveys- ja päihdehäiriöt sekä muistisairaudet. Haastatellut ja kyselyyn vastanneet terapeutit olivat lisäksi hoitaneet menestyksellisesti esimerkiksi aikuisia aivovamma- ja aivove-

renkiertohäiriökuntoutujia, muita neurologisia sairauksia sairastavia ihmisiä sekä sellaisia kuntoutujia, joilla on vuorovaikutuksen, puheen tai kommunikaation häiriöitä.

Terapeuttien kokemusten perusteella eläinavusteisten menetelmien yksi keskeinen hyöty on kuntoutujan motivointi. Eläinavusteisten menetelmien ottaminen osaksi terapiaa motivoi kuntoutujaa harjoittelemaan ja nopeuttaa terapiaprosessia. Tämä saattaa olla sosiaali- ja terveydenhuollon kokonaisuuden kannalta kustannustehokasta. Tutkimustiedon ja terapeuttien kokemusten perusteella eläinavusteisten menetelmien avulla voidaan myös saavuttaa onnistumisia muuten vaikeasti hoitoon sitoutuvien asiakkaiden kohdalla. Monille haastatelluille ja kyselyssä vastanneille terapeuteille ohjattiin sosiaali- ja terveydenhuollosta potilaita, joiden kanssa ei tavanomaisin keinoin päästy eteenpäin.

Kuvailimme katsauksessa eläinavusteisessa terapiassa käytettyjä konkreettisia työmenetelmiä ja toimintatapoja, jotka voidaan tiivistää vuorovaikutuksen harjoituksiin (mukaan lukien tunnetaitojen harjoittaminen), motorisiin harjoituksiin ja toiminnanohjauksen harjoituksiin. Eläin tuo terapiatilanteisiin ja harjoitteluun motivaatiota sekä parantaa kuntoutujan itsetuntoa ja mielialaa. Eläimellä on kokonaisvaltaisesti rauhoittava ja keskittymiskykyä edistävä vaikutus terapiatilanteissa. Eläimen vaikutuksesta ihmisen hormonaaliseen stressivasteeseen onkin kertynyt joitakin tutkimuksia ja voidaan olettaa osan terapian hyödyistä perustuvan juuri eläimen kanssa puuhaamisen rentouttavaan vaikutukseen ihmiskehossa ja -mielessä. Kuvailimme myös lyhyesti, miten eläinavusteista pedagogiikkaa toteutetaan erityisluokassa ja miten eläin voi auttaa oppimisvaikeuksissa.

Katsauksen perustella eläinavusteisesta terapiasta ei ole varsinaisia haittoja kuntoutujalle. Allergiat ja asiakkaan eläinpelko olivat haastatteluissa ja kyselyissä mainittuja mahdollisia esteitä toteuttaa eläinavusteista terapiaa. Useimmissa tapauksissa allergian kanssa kuitenkin tulittiin toimeen ja terapiaa kannatti jatkaa, mikäli kuntoutuja muuten hyötyi siitä.

Katsauksessa hyvin olennaisena asiana nousi esiin terapeuttien koulutuksen tarve sekä terapiatyössä ja vapaaehtoistoiminnassa toimivien eläinten soveltuvuus. Kuvailimme tarjolla olevaa koulutusta ja erilaisia tapoja toteuttaa eläinten testaamista Suomessa. Lähes kaikki haastatellut ja kyselyyn vastanneet terapeutit korostivat eläinavusteisten menetelmien käytön ammatillisuutta. Tärkeänä pidettiin paitsi terapeutin saamaa koulutusta myös sitä, että työpareina toimivat eläimet on ammattimaisesti testattu soveltuviksi tehtävänsä ja koulutettu huolella. Terapeuttien näkemys oli, että minkä tahansa suloisen lemmikin tuominen terapiatilanteeseen ei voi olla ammatillista eläinavusteista terapiaa. Vastaajat nostavat esille myös eläimen eettisen kohtelun tärkeyden ja kuntoutujien turvallisuudesta huolehtimisen.

Katsauksesta nousee esiin erilaisten eläinavusteisten interventioiden rajanveto: milloin eläimen kanssa toimiminen erilaisissa sosiaali- ja terveydenhuollon sekä koulutuksen konteksteissa on terapiaa, vapaaehtoistoimintaa ja pedagogiikkaa? Erottavana tekijänä on paitsi intervention toteuttajan ammatillinen pätevyys, myös intervention suunnitelmallisuus ja tavoitteellisuus. Tämän raportin johdannossa esittelemämme kansainvälinen luokittelu eläinavusteiseen terapiaan, pedagogiikkaan ja vapaaehtoistoimintaan toimii pohjana erottelulle, mutta määrittely ei aina ole helppoa. Yksittäinen toimija osuu yleensä johonkin kohtaan spektriä,

jonka yhdessä päässä on vapaaehtoistoiminta, jossa soveltuvuustestin käyneen koiran kanssa vierailaan sairaaloiden ja laitosten osastoilla. Toisessa päässä spektriä on eläinavusteisiin menetelmiin täydennyskoulutuetun laillistetun terapeutin toteuttama tavoitteellinen kuntoutus, jossa työparina toimii soveltuvuustestattu ja työnäytössä hyväksytyt eläin.

Viimeinen, mutta erittäin tärkeä, esiin noussut teema on tarve laatia eläinavusteiselle vapaaehtoistoiminnalle, terapialle ja pedagogiikalle selkeät yhteisesti sovitut eettiset periaatteet, laatukriteerit sekä turvallisuusasiakirjat ja -suunnitelmat. Yhteiset standardit suojelisivat sekä eläimiä työssään että kuntoutuja-asiakkaita ja toimisivat perustana eläinavusteisten palveluiden hankinnalle ja työnjaolle. Lisäksi eläinavusteisen toiminnan ja terapian vaikutuksen arvioinnista ja kirjaamisesta tarvitaan yhteistä keskustelua sekä tutkimus- ja kehittämistoimia.

LÄHTEET

Aartolahti E, Sjögren T, Piirainen A, Rintala, A, Raatikainen, I, Heinonen A. Hevonen kuntoutumisen edistäjänä. Ratsastusterapia – vaikuttavuus ja merkitykset -tutkimushankkeen loppuraportti. Helsinki: Kela, 2017. Saatavissa: <<http://www.kela.fi/documents/10180/3908005/Aartolahti+Ratsastusterapia+%E2%80%93+vaikuttavuus+ja+merkitykset/c363878b-f2b1-42b5-8780-dfc093e171f6>>. Viitattu 10.4.2018.

Abbud G, Janelle C, Vocos M. The use of a trained dog as a gait aid for clients with ataxia. A case report. *Physiotherapy Canada* 2014; 66 (1): 33–35.

Alasorvari V, Hopiavuori A. Koira-avusteinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. ”Pieniä rapsutuksia ja hännänheilautuksia”. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, 2014. Saatavissa: <<http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-201406182091>>. Viitattu 20.1.2018.

Andreasen G, Stella T, Wilkison M, Szczech Moser C, Hoelzel A, Hendricks L. Animal-assisted therapy and occupational therapy. *Journal of Occupational Therapy, Schools & Early Intervention* 2017; 10 (1): 1–17.

Arksey H, O’Malley L. Scoping studies. Towards a methodological framework. *International Journal of Social Research Methodology* 2005; 8: 19–32.

Bachi K, Parish-Plass N. Animal-assisted psychotherapy. A unique relational therapy for children and adolescents. *Clinical Child Psychology and Psychiatry* 2016; 22 (1): 3–8.

Balluerka N, Muela A, Amiano N, Caldentey MA. Influence of animal-assisted therapy (AAT) on the attachment representations of youth in residential care. *Children and Youth Services Review* 2014; 42: 103–109.

Balluerka N, Muela A, Amiano N, Caldentey MA. Promoting psychosocial adaptation of youths in residential care through animal-assisted psychotherapy. *Child Abuse & Neglect* 2015; 50 (12): 193–205.

Barker SB, Knisely JS, Schubert CM, Green JD, Ameringer S. The effect of an animal-assisted intervention on anxiety and pain in hospitalized children. *Anthrozoös* 2015; 28 (1): 101–112.

- Barker SB, Barker RT, McCain N, Schubert CM. A randomized cross-over exploratory study of the effect of visiting therapy dogs on college student stress before final exams. *Anthrozoös* 2016; 29 (1): 35–46.
- Beetz A, Uvnäs-Moberg K, Julius H, Kotrschal K. Psychosocial and psychophysiological effects of human-animal interactions: the possible role of oxytocin. *Frontiers in Psychology* 2012; 9 (3): 234.
- Berget B, Ekeberg Ø, Pedersen I, Braastad BO. Animal-assisted therapy with farm animals for persons with psychiatric disorders. Effects on anxiety and depression, a randomized controlled trial. *Occupational Therapy in Mental Health* 2011; 27 (1): 50–64.
- Bernabei V, De Ronchi D, La Ferla T ym. Animal-assisted interventions for elderly patients affected by dementia or psychiatric disorders. A review. *Journal of Psychiatric Research* 2013; 47 (6): 762–773.
- Berry A, Borgi M, Francia N, Alleva E, Cirulli F. Use of assistance and therapy dogs for children with autism spectrum disorders. A critical review of the current evidence. *Journal of Alternative and Complementary Medicine* 2013; 19 (2): 73–80.
- Binfet JT. The effects of group-administered canine therapy on university students' wellbeing. A randomized controlled trial. *Anthrozoös* 2017; 30 (3): 397–414.
- Branson SM, Boss L, Padhye NS, Trötscher T, Ward A. Effects of animal-assisted activities on biobehavioral stress responses in hospitalized children. A randomized controlled study. *Journal of Pediatric Nursing* 2017; 36: 84–91.
- Calvo P, Fortuny JR, Guzmán S ym. Animal assisted therapy (AAT) program as a useful adjunct conventional psychosocial rehabilitation for patients with schizophrenia. Results of a small-scale randomized controlled trial. *Frontiers in Psychology* 2016; 7: 631.
- Champagne A, Gagnon DH, Vincent C. Comparison of cardiorespiratory demand and rate of perceived exertion during propulsion in a natural environment with and without the use of a mobility assistance dog in manual wheelchair users. *American Journal of Physical Medicine & Rehabilitation* 2016; 95 (9): 685–691.
- Chase SE. Narrative inquiry. Still a field in the making. *Julkaisussa: Denzin NK, Lincoln YS, toim. Handbook of qualitative research. Thousand Oaks, CA: Sage, 2011.*
- Chitic V, Rusub AS, Szamoskozi S. The effects of animal assisted therapy on communication and social skills. A meta-analysis. *Erdelyi Pszichologiai Szemle* 2012; 13 (1): 1–17.
- Colquhouna HL, Levacb D, O'Brien KK ym. Scoping reviews. Time for clarity in definition, methods, and reporting. *Journal of Clinical Epidemiology* 2014; 67 (12): 1291–1294.
- Cooke BJ, Farrington DP. The effectiveness of dog-training programs in prison a systematic review and meta-analysis of the literature. *The Prison Journal* 2016; 96 (6): 854–876.
- Crossman MK. Effects of interactions with animals on human psychological distress. *Journal of Clinical Psychology* 2017; 73 (7): 761–784.
- Derting T. Effects of pet therapy on the psychological and physiological stress levels of first-year female undergraduates. *North American Journal of Psychology* 2015; 17 (3): 575–590.

Dietz TJ, Davis D, Pennings J. Evaluating animal-assisted therapy in group treatment for child sexual abuse. *Journal of Child Sexual Abuse* 2012; 21 (6): 665–683.

Dijkers M. What is a scoping review? *KT Update* 2015; 4 (1). Saatavissa: <http://ktdrr.org/products/update/v4n1/dijkers_ktupdate_v4n1_12-15.pdf>. Viitattu 8.8.2017.

Fine AH. *Handbook on animal assisted therapy*. 4. painos. San Diego, CA: Academic Press, 2015.

Fine AH, Beck AM. Understanding our kinship with animals. Input for health care professionals interested in the human–animal bond. Julkaisussa: Fine A, toim. *Handbook on animal assisted therapy*. 4. painos. San Diego, CA: Academic Press, 2015: 3–9.

Flynn R, Roach P. Animal-assisted therapy in dementia care. A critical appraisal of evidence. *Journal of Dementia Care* 2014; 22 (4): 32–36.

Glenk L, Kothgassner OD, Stetina B, Palme R, Kepplinger B, Baran H. Therapy dogs' salivary cortisol levels vary during animal-assisted interventions. *Animal Welfare* 2013; 22 (3): 369–378.

Glintborg C, Hansen TGB. How are service dogs for adults with post-traumatic stress disorder integrated with rehabilitation in Denmark? A case study. *Animals* 2017; 7 (5): 33.

Gocheva V, Hund-Georgiadis M, Hediger K. Effects of animal-assisted therapy on concentration and attention span in patients with acquired brain injury. A randomized controlled trial. *Neuropsychology* 2017; 32 (1): 54–64.

Gomez EN. A qualitative study of animal assisted therapy with male probationers mandated to outpatient substance abuse group treatment. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering* 2016; 77 (3-B(E)).

Gómez García ME, Jiménez Palomares M, Rodríguez Mansilla J, Sánchez B, López-Arza M, Garrido Ardiola EM. Effectiveness of animal-assisted therapy in patients with dementia. A systematic review. *Fisioterapia* 2017; 39: 242–249.

Grandgeorge M, Gautier Y, Brugailleres P ym. Social rivalry triggers visual attention in children with autism spectrum disorders. *Scientific Reports* 2017; 7: 1–8.

Griffioen RE, Enders-Slegers M-J. The effect of dolphin-assisted therapy on the cognitive and social development of children with down syndrome. *Anthrozoös* 2014; 27 (4): 569–580.

Haapala E, Suomela-Markkanen T. Kysely eläinavusteisesta terapiasta. Palveluntuottajille tehty kysely eläinavusteisesta kuntoutuksesta 15.12.2017–14.1.2018. Helsinki: Kela, 2018. Saatavissa: <http://www.kela.fi/documents/10180/751941/el%C3%A4navusteinen_terapia.pdf/c55d1afe-99e4-4df3-8fda-2b1426d08785>. Viitattu 10.4.2018.

Haight DG. Will the use of therapy dogs provide greater motivation for multiply disabled children. Madison, NJ: Drew University, 2011.

Hall SS, Gee NR, Mills DS. Children reading to dogs. A systematic review of the literature. *PLoS ONE* 2016; 11 (2): e0149759.

Hallyburton A, Hinton J. Canine-assisted therapies in autism a systematic review of published studies relevant to recreational therapy. *Therapeutic Recreation Journal* 2017; 51 (2): 127–142.

Hamama L, Hamama-Raz Y, Dagan K, Greenfeld H, Rubinstein C, Ben-Ezra M. A preliminary study of group intervention along with basic canine training among traumatized teenagers. A 3-month longitudinal study. *Children and Youth Services Review* 2011; 33 (10): 1975–1980.

Harper CM, Dong Y, Thornhill TS ym. Can therapy dogs improve pain and satisfaction after total joint arthroplasty? A randomized controlled trial. *Clinical Orthopaedics and Related Research* 2015; 473 (1): 372–379.

Havey J, Vlasses FR, Vlasses PH, Ludwig-Beymer P, Hackbarth D. The effect of animal-assisted therapy on pain medication use after joint replacement. *Anthrozoös* 2014; 27 (3): 361–369.

Helne T, Silvasti T, toim. Yhteyksien kirja. Etappeja ekososiaalisen hyvinvoinnin polulla. Helsinki: Kela, 2012.

Hoagwood KE, Acri M, Morrissey M, Peth-Pierce R. Animal-Assisted therapies for youth with or at risk for mental health problems. A systematic review. *Applied Developmental Science*. 2017; 21 (1): 1–13.

Holthoff V, Beckmann A, Gerner A ym. Dog-assisted therapy for people with dementia. A randomized, controlled trial. *Alzheimer's & Dementia* 2013; 9 (4): P297.

Hunt MG, Chizkov R. Are therapy dogs like Xanax? Does animal-assisted therapy impact processes relevant to cognitive behavioral psychotherapy? *Anthrozoös* 2014; 27 (3): 457–469.

IAHAIO. The IAHAIO definitions for animal-assisted intervention and guidelines for wellness of animals involved. Julkaisussa: Fine A, toim. Handbook on animal assisted therapy. 4. painos. San Diego, CA: Academic Press, 2015: 4–9.

Ikäheimo K, toim. Karvaterapia. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. 2. painos. Helsinki: Solution Models House, 2015a.

Ikäheimo K. Eläimen ja ihmisen suhde. Julkaisussa: Ikäheimo K, toim. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. 2. painos. Helsinki: Solution Models House, 2015b: 5–9.

Ikäheimo K. Eläinavusteisen työskentelyn määritelmiä ja termejä (AAA ja AAT). Julkaisussa: Ikäheimo K, toim. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. 2. painos. Helsinki: Solution Models House, 2015c: 10–14.

Illikainen L-E. Koira-avusteisuus tukea tarvitsevien oppilaiden opetuksen tukena. Oulu: Oulun yliopisto, 2017. Saatavissa: <<http://urn.fi/URN:NBN:fi:oulu-201705131840>>. Viitattu 16.1.2018.

Jasperson RA. Animal-assisted therapy with female inmates with mental illness. A case example from a pilot program. *Journal of Offender Rehabilitation* 2010; 49 (6): 417–433.

Jesionowicz RL. The effects of animal assisted therapy on tantrums and aggressive behaviors of children with autism. Greeley, CO: University of Northern Colorado, 2016. Saatavissa: <<https://digscholarship.unco.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1028&context=dissertations>>. Viitattu: 14.1.2018.

Kahilaniemi E. Eläinavusteinen interventio. Asiakkaan toiminnallisuuden tukeminen koira-avusteisin menetelmin. Turku: Turun Ammattikorkeakoulu, 2016. Saatavissa: <<http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2016122121337>>. Viitattu: 22.1.2018.

Kela. Kelan avo- ja laitospuolitoisen kuntoutuksen standardi yleinen osa. Helsinki: Kela, 2015. Saatavissa: <<http://www.kela.fi/documents/10180/3093658/Yleinen+osa.pdf/45a60235-979c-41ab-8a4a-5703940aa52f>>. Viitattu 20.1.2018.

Kelly MA, Cozzolino CA. Helping at-risk youth overcome trauma and substance abuse through animal-assisted therapy. *Contemporary Justice Review* 2015; 18 (4): 421–434.

King C, Watters J, Mungre S. Effect of a time-out session with working animal assisted therapy dogs. *Journal of Veterinary Behaviour – Clinical Application and Research* 2011; 6: 232–238.

Kirvesniemi A. Vuorovaikutus eläinavusteisessa yksilöpsykoterapiassa. Keskusteluanalyttinen tutkimus. Tampere: Tampereen yliopisto, 2014. Saatavissa: <<http://urn.fi/URN:NBN:fi:uta-201406251889>>. Viitattu 16.1.2018.

Kloep ML, Hunter RH, Kertz SJ. Examining the effects of a novel training program and use of psychiatric service dogs for military-related PTSD and associated symptoms. *American Journal of Orthopsychiatry* 2017; 87 (4): 425–433.

Koda N, Watanabe G, Miyaji Y, Kuniyoshi M, Miyaji C, Hirata T. Effects of a dog-assisted intervention assessed by salivary cortisol concentrations in inmates of a Japanese prison. *Asian Journal of Criminology* 2016; 11 (4): 309–319.

Komulainen J, Jousimaa J, Kunnamo I. Käypä hoito. Hoitosuositusryhmien käsikirja. Helsinki: Duodecim, 2016. Saatavissa: <<http://www.terveysportti.fi/dtk/khk/koti>>. Viitattu: 20.1.2018.

Koski O. Koira(t)koulussa. Preventiivinen ja innovatiivinen lähestymistapa pedagogiikkaan. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, 2014.

Krause-Parello CA, Sarah Sarni S, Padden E. Military veterans and canine assistance for post-traumatic stress disorder. A narrative review of the literature. *Nurse Education Today* 2016; 47 (12): 43–50.

Kršková L, Talarovičová A, Olexová L. Guinea pigs. The “small great” therapist for autistic children, or: Do guinea pigs have positive effects on autistic child social behavior? *Society and Animals* 2010; 18 (2): 139–151.

Kruger KA, Serpell JA. Animal-assisted interventions in mental health: definitions and theoretical foundations. Julkaisussa: Fine A, toim. *Handbook on animal assisted therapy*. 3. painos. San Diego, CA: Academic Press, 2010: 33–48.

Lilja T, Soini K. Ihmisten ja eläinten vuosituhantinen kumppanuus. Julkaisussa: Soini K, Lilja T, toim. *Alkuperäiset kotieläinrotumme Green Care-toiminnassa*. Jokioinen: MTT, 2014. Saatavissa: <<http://www.mtt.fi/mttkasvu/pdf/mttkasvu19.pdf>>. Viitattu 8.8.2018.

Louhiala P, Hemilä H. Näyttöön perustuva lääketiede. Hyvä renki mutta huono isäntä. *Duodecim* 2005; 121 (12): 1317–1325. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/170139/HH_Duod_2005_EBM_2005.pdf?sequence=1>. Viitattu: 29.1.2018.

- Majić T, Gutzmann H, Heinz A, Lang UE, Rapp MA. Animal-assisted therapy and agitation and depression in nursing home residents with dementia. A matched case–control trial. *The American Journal of Geriatric Psychiatry* 2013; 21 (11): 1052–1059.
- Manley L. On the use of pets to manage dental anxiety. *Dental Hypotheses* 2016; 7 (3): 117–119.
- Martin-Lemoyne V, Gagnon DH, Routhier F ym. To what extent can the use of a mobility assistance dog reduce upper limb efforts when manual wheelchair users ascend a ramp? *Journal of Applied Biomechanics* 2016; 32 (2): 186–195.
- Mattila-Rautiainen S, toim. *Ratsastusterapia*. Jyväskylä: PS-Kustannus, 2011.
- Maujean A, Pepping CA, Kendall E. A systematic review of randomized controlled trials of animal-assisted therapy on psychosocial outcomes. *Anthrozoös* 2015; 28 (1): 23–36.
- Meers L, Stefanini C, D’Hanens S. Is it wise to involve animals in prisons and rehabilitation programs? A study conducted in Flanders (Belgium). *Journal of Veterinary Behavior: Clinical Applications and Research* 2010; 5 (1): 50.
- Miller-Allen H. *Animal assisted psychotherapy. An exploration of the adult client's experience of individual psychotherapy with the assistance of a dog*. Farmington Hills, MI: Michigan School of Professional Psychology, 2014.
- Mongillo P, Pitteri E, Adamelli S, Bonichini S, Farina L, Marinelli L. Validation of a selection protocol of dogs involved in animal assisted intervention. *Journal of Veterinary Behavior* 2015; 10 (2): 103–110.
- Mudaly N, Graham A, Lewis N. “It takes me a little longer to get angry now”. Homeless children traumatised by family violence reflect on an animal therapy group. *Children* 2014; 39 (1): 42–48.
- Mulcahy C, McLaughlin D. Is the tail wagging the dog? A review of the evidence for prison animal programs. *Australian Psychologist* 2013; 48 (5): 370–378.
- Muñoz Lasa S, Máximo Bocanegra N, Valero Alcaide R, Atín Arratibel MA, Varela Donoso E, Ferriero G. Animal assisted interventions in neurorehabilitation. A review of the most recent literature. *Neurología*. 2015; 30 (1): 1–7.
- Nagasawa M, Mitsui S, En S ym. Oxytocin-gaze positive loop and the coevolution of human-dog bonds. *Science* 2015; 348 (6232): 333–336.
- Ng ZY, Pierce BJ, Otto CM, Buechner-Maxwell VA, Siracusa C, Werre SR. The effect of dog–human interaction on cortisol and behavior in registered animal-assisted activity dogs. *Applied Animal Behaviour Science* 2014; 159 (10): 69–81.
- Ng ZY, Albright J, Fine AH, Peralta J. Our ethical and moral responsibility. Ensuring the welfare of therapy animals. *Julkaisussa: Fine A, toim. Handbook on animal assisted therapy. 4. painos*. San Diego, CA: Academic Press, 2015: 357–375.
- Nimer J, Lundahl B. Animal-assisted therapy. A meta-analysis. *Anthrozoös* 2007; 20 (3): 225–238.
- O’Haire ME. Research on animal-assisted intervention and autism spectrum disorder, 2012–2015. *Applied Developmental Science* 2017; 21 (3): 1–17.

O'Haire ME, McKenzie SJ, Beck AM, Slaughter V. Social behaviors increase in children with autism in the presence of animals compared to toys. *PLoS ONE* 2013a; 8 (2): e57010.

O'Haire ME, McKenzie SJ, McCune S, Slaughter V. Effects of animal-assisted activities with guinea pigs in the primary school classroom. *Anthrozoös* 2013b; 26 (3): 445–458.

O'Haire M, McKenzie SJ, McCune S, Slaughter V. Effects of classroom animal-assisted activities on social functioning in children with autism spectrum disorder. *Journal of Alternative and Complementary Medicine* 2014; 20 (3): 162–168.

Olsen C, Pedersen I, Bergland A, Enders-Slegers MJ, Patil G, Ihlebaek C. Effect of animal-assisted interventions on depression, agitation and quality of life in nursing home residents suffering from cognitive impairment or dementia. A cluster randomized controlled trial. *International Journal of Geriatric Psychiatry* 2016; 31 (12): 1312–1321.

Palo LM. Koira terapeutina. *Suomen lääkirilehti* 1987; 42 (34): 3377.

Petrongelli-Halloran L. Evaluation of prosocial behaviors during animal-assisted therapy for children with pervasive developmental disorders. Chicago, IL: Adler School of Professional Psychology, 2010.

Pham MT, Rajić A, Greig JD, McSargeant JM, Papadopoulou A, Ewena SA. A scoping review of scoping reviews. *Advancing the approach and enhancing the consistency. Research Synthesis Methods* 2014; 5 (4): 371–385.

Polheber JP, Matchock RL. The presence of a dog attenuates cortisol and heart rate in the Trier Social Stress Test compared to human friends. *Journal of Behaviour Medicine* 2014; 37 (5): 860–867.

Posio N. "Koira tekee oppitunnista rennomman". Kokemuksia koira-avusteisesta pedagogiikasta koulussa. Rovaniemi: Lapin yliopisto, 2016. Saatavissa: <<http://urn.fi/URN:NBN:fi:ula-201610181340>>. Viitattu 17.1.2018.

Rabbitt SM, Kazdin AE, Hong J. Acceptability of animal-assisted therapy. Attitudes toward AAT, psychotherapy, and medication for the treatment of child disruptive behavioral problems. *Anthrozoös* 2014; 27 (3): 335–350.

Rossetti J, King C. Use of animal-assisted therapy with psychiatric patients. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services* 2010; 48 (11): 44–48.

Salmela J. Viidakkoportaati. Eläinavusteisen valmentajan opas. 2. painos. Helsinki: Alfa Partners Academy - Solution Models House, 2015.

Salminen A-L, Järvikoski A, Härkäpää K. Teoriat, viitekehykset ja mallit kuntoutusta ohjaamassa. Julkaisussa: Autti-Rämö I, Salminen A-L, Rajavaara M, Ylinen A, toim. Kuntoutuminen. Helsinki: Duodecim, 2016: 20–36.

Sanchez M, Delpont M, Bachy M, Kabbaj R, Annequin D, Vialle R. How can surgeonfish help pediatric surgeons? A pilot study investigating the antinociceptive effect of fish aquariums in adult volunteers. *Pain Research & Management* 2015; 20 (1): e28–e32.

Schuck SE, Emmerson NA, Fine AH, Lakes KD. Canine-assisted therapy for children with ADHD. Preliminary findings from the positive assertive cooperative kids study. *Journal of Attention Disorders* 2015; 19 (2): 125–137.

Seivert NP, Cano A, Casey RJ, Johnson A, May DK. Animal assisted therapy for incarcerated youth. A randomized controlled trial. *Applied Developmental Science* 2016; 22 (2): 139–153.

Serpell AJ. Animal-assisted interventions in historical perspective. Julkaisussa: Fine A, toim. *Handbook on animal assisted therapy*. 4. painos. San Diego, CA: Academic Press, 2015: 11–19.

Soini K, Ilmarinen K, Kirveenummi A. Green care sosiaalisena innovaationa suomalaisessa palvelujärjestelmässä. *Yhteiskuntapolitiikka* 2011; 76 (3): 320–331.

Stakes. Toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälinen luokitus ICF. Helsinki: Stakes, 2004. Saatavissa: <<http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201303252595>>. Viitattu 12.12.2018.

Stapleton M. Effectiveness of animal assisted therapy after brain injury. A bridge to improved outcomes in CRT. *NeuroRehabilitation* 2016; 39 (1): 135–140.

Stefanini MC, Martino A, Allori P, Galeotti F, Tani F. The use of animal-assisted therapy in adolescents with acute mental disorders. A randomized controlled study. *Complementary Therapies in Clinical Practice* 2015; 21 (1): 42–46.

Swall A, Ebbeskog B, Lundh Hagelin C, Fagerberg I. Stepping out of the shadows of Alzheimer's disease. A phenomenological hermeneutic study of older people with Alzheimer's disease caring for a therapy dog. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being* 2017; 12 (1): 1347013.

Thodberg K, Sørensen LU, Videbech PB ym. Behavioral responses of nursing home residents to visits from a person with a dog, a robot seal or a toy cat. *Anthrozoös* 2016; 29 (1): 107–121.

Toivonen E. Tapaustutkimus lukukoiran vaikutuksista kakkosluokkalaisten poikien lukukokemuksiin ja lukumotivaatioon. Oulu: Oulun yliopisto, 2015. Saatavissa: <<http://urn.fi/URN:NBN:fi:oulu-201505071480>>. Viitattu 22.1.2018.

Trammell JP. The effect of therapy dogs on exam stress and memory. *Anthrozoös* 2017; 30 (4): 607–621.

Travers C, Perkins J, Rand J, Bartlett H, Morton J. An evaluation of dog-assisted therapy for residents of aged care facilities with dementia. *Anthrozoös* 2013; 26 (2): 213–225.

Tunçay Elmacı D, Cevizci S. Dog-assisted therapies and activities in rehabilitation of children with cerebral palsy and physical and mental disabilities. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2015; 12 (5): 5046–5060.

Tuomi J, Sarajärvi A. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. 11. uudistettu laitos. Helsinki: Tammi, 2013.

Turunen S, Tähti M. "Ei tarvi lukee yksin". Lasten antamia merkityksiä lukukoiratoiminnalle. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, 2014. Saatavissa: <<http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-201405241806>>. Viitattu: 24.1.2018.

Turner K, Stetina BU, Burger E, Glenk LM, Kothgassner OD, Handlos U. Dog-assisted intervention (MTI) with mentally disordered prisoners. Enhancing empathy. A pilot study. *Journal of Veterinary Behavior – Clinical Applications and Research* 2011; 6 (1): 97.

Vainio I. Oppilaiden spontaanin kommunikaation muutokset koira-avusteisessa erityisluokassa. Tapaus-tutkimus eräässä pääkaupunkiseudun koulussa. Helsinki: Helsingin yliopisto, 2017. Saatavissa: <<http://urn.fi/URN:NBN:fi:hulib-201701241135>>. Viitattu: 24.1.2018.

VanFleet R, Fine AH, O'Callaghan D, Mackintosh T, Gimeno J. Application of animal-assisted interven-tions in professional settings: An overview of alternatives. Julkaisussa: Fine A, toim. Handbook on ani-mal assisted therapy, 4. painos. San Diego, CA: Academic Press, 2015: 157–177.

Vatanen L, Vesa M. Koulukoira luokahuoneessa. Toimintatutkimus koira-avusteisen pedagogiikan hyödyntämisestä 1. luokan opetuksessa. Tampere: Tampereen yliopisto, 2017. Saatavissa: <<http://urn.fi/URN:NBN:fi:uta-201710112594>>. Viitattu: 12.1.2018.

Viau R, Arsenault-Lapierre G, Fecteau S, Champagne N, Walker CD, Lupien S. Effect of service dogs on salivary cortisol secretion in autistic children. *Psychoneuroendocrinology* 2010; 35 (8): 1187–1193.

Viitanen E. Kuuntelija, joka ei hauku tai kritisoi. Lukuterapiakoiran ja lukijan välinen vuorovaikutus. Hel-sinki: Helsingin yliopisto, 2013.

Virués-Ortega J, Pastor-Barriuso R, Castellote JM, Población A, de Pedro-Cuesta J. Effect of animal-assisted therapy on the psychological and functional status of elderly populations and patients with psychiatric disorders. A meta-analysis. *Health Psychology Review* 2012; 6 (2): 197–221.

Yap E, Scheinberg A, Williams K. Attitudes to and beliefs about animal assisted therapy for children with disabilities. *Complementary Therapy in Clinical Practice* 2017; 26: 47–52.

Zilcha-Mano S. Resolution of alliance ruptures. The special case of animal-assisted psychotherapy. *Cli-nical Child Psychology and Psychiatry* 2017; 22 (1): 34–45.

LIITTEET

Liite 1. Meta-analyysit ja systemaattiset kirjallisuuskatsaukset.

Meta-analyysit

Castellote JM, Pastor-Barriuso R, de Pedro-Cuesta J, Población A, Virués-Ortega J. Effect of animal-assisted therapy on the psychological and functional status of elderly populations and patients with psychiatric disorders. A meta-analysis. *Health Psychology Review* 2012; 6 (2): 197–221.

Chitic V, Rusu AS, Szamoskozi S. The effects of animal assisted therapy on communication and social skills. A meta-analysis. *Erdelyi Pszichologiai Szemle* 2012; 13(1): 1–17.

Cooke BJ ja Farrington DP. The effectiveness of dog-training programs in prison. A systematic review and meta-analysis of the literature. *The Prison Journal* 2016; 96 (6): 854–876.

Systemaattiset katsaukset

Beetz A, Uvnäs-Moberg K, Julius H, Kotrschal K. Psychosocial and psychophysiological effects of human-animal interactions. The possible role of oxytocin. *Frontiers in Psychology* 2012; 9 (3): 234.

Berget B, Braastad BO. Animal-assisted therapy with farm animals for persons with psychiatric disorders. *Annali Dell'Istituto Superiore di Sanità* 2011; 47 (4): 384–390.

Berry A, Borgi M, Francia N, Alleva E, Cirulli F. Use of assistance and therapy dogs for children with autism spectrum disorders: A critical review of the current evidence. *Journal of Alternative and Complementary Medicine* 2013; 19 (2): 73–80.

Bert F, Gualano MR, Camussi E, Pieve G, Voglino G, Siliquini R. Animal assisted intervention. A systematic review of benefits and risks. *European Journal of Integrative Medicine* 2016; 8 (5): 695–706.

Brelsford VL, Meints K, Gee NR, Pfeffer K. Animal-assisted interventions in the classroom. A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2017; 14 (7): E669.

Busch C, Tucha L, Talarovicova A, Fuermaier ABM, Lewis-Evans B, Tucha O. Animal-assisted interventions for children with attention deficit/hyperactivity disorder. A theoretical review and consideration of future research directions. *Psychological Reports* 2016; 118 (1): 292–331.

Canadian Agency for Drugs and Technologies in Health. Therapy dogs and horses for mental health. A review of the clinical effectiveness. Summary with critical appraisal. 2012. Saatavissa: <https://www.cadth.ca/sites/default/files/pdf/htis/aug-2012/RC0381_Therapy_Animals_final.pdf>. Viitattu: 12.1.2018.

Chur-Hansen A, Zambrano SC, Crawford GB. Furry and feathered family members. A critical review of their role in palliative care. *American Journal of Hospice and Palliative Care* 2014; 31 (6): 672–677.

- Cipriani J, Cooper M, DiGiovanni NM, Litchkofski A, Nichols AL, Ramsey A. Dog-assisted therapy for residents of long-term care facilities. An evidence-based review with implications for occupational therapy. *Physical & Occupational Therapy in Geriatrics* 2013; 31 (3): 214–240.
- Crossman MK. Effects of interactions with animals on human psychological distress. *Journal of Clinical Psychology* 2017; 73 (7): 761–784.
- Downes MJ, Lakhani A, Maujean A, Macfarlane K, Kendall E. Evidence for using farm care practices to improve attachment outcomes in foster children. A systematic review. *British Journal of Social Work* 2016; 46 (5): 1241–1248.
- García G, Palomares J, Mansilla R, Sánchez G, López-Arza G, Ardila G. Effectiveness of animal-assisted therapy in patients with dementia. A systematic review. *Fisioterapia* 2017; 39 (6): 242–249.
- Hall SS, Gee NR, Mills DS. Children reading to dogs. A systematic review of the literature. *PLoS ONE* 2016; 11 (2): e0149759.
- Hallyburton A, Hinton J. Canine-assisted therapies in autism. A systematic review of published studies relevant to recreational therapy. *Therapeutic Recreation Journal* 2017; 51 (2): 127–142.
- Hoagwood KE, Acri M, Morrissey M, Peth-Pierce R. Animal-assisted therapies for youth with or at risk for mental health problems. A systematic review. *Applied Developmental Science* 2017; 21 (1): 1–13.
- Iancu SC, Hoogendoorn AW, Zweekhorst MB, Veltman DJ, Bunders JF, van Balkom AJ. Farm-based interventions for people with mental disorders. A systematic review of literature. *Disability and Rehabilitation* 2015; 37 (5): 379–388.
- Kamioka H, Okada S, Tsutani K ym. Effectiveness of animal-assisted therapy. A systematic review of randomized controlled trials. *Complementary Therapies in Medicine* 2014; 22 (2): 371–390.
- Lundqvist M, Carlsson P, Sjö Dahl R, Theodorsson E, Levin LÅ. Patient benefit of dog-assisted interventions in health care. A systematic review. *BMC Complementary and Alternative Medicine* 2017; 17 (1): 358.
- Maber-Aleksandrowicz S, Avent C, Hassiotis A. A systematic review of animal-assisted therapy on psychosocial outcomes in people with intellectual disability. *Research in Developmental Disabilities* 2016; 49–50 (2): 322–338.
- Matuszek S. Animal-facilitated therapy in various patient populations. Systematic literature review. *Holistic Nursing Practice* 2010; 24 (4): 187–203.
- Maujean A, Pepping CA, Kendall E. A systematic review of randomized controlled trials of animal-assisted therapy on psychosocial outcomes. *Anthrozoös* 2015; 28 (1): 23–36.
- Muñoz Lasa S, Ferriero G, Brigatti E, Valero R, Franchignoni F. Animal-assisted interventions in internal and rehabilitation medicine. A review of the recent literature. *Panminerva Medica* 2011; 53 (2): 129–136.
- Muñoz Lasa S, Máximo Bocanegra N, Valero Alcaide R, Atín Arratibel MA, Varela Donoso E, Ferriero G. Animal assisted interventions in neurorehabilitation. A review of the most recent literature. *Neurologia* 2015; 30 (1): 1–7.

- O'Haire ME. Animal-assisted intervention for autism spectrum disorder: A systematic literature review. *Journal of autism and Developmental Disorders* 2013; 43 (7): 1606–1622.
- O'Haire ME. Research on animal-assisted intervention and autism spectrum disorder, 2012–2015. *Applied Developmental Science* 2017; 21 (3): 1–17.
- O'Haire ME, Guérin NA, Kirkham AC. Animal-assisted intervention for trauma. A systematic literature review. *Frontiers in Psychology* 2015; 6: 1121.
- Pedrosa S, Aguado D, Canfrán S, Torres J, Miró J. Dog-assisted therapy in the treatment of people with chronic pain. A systematic review. *Revista de la Sociedad Española del Dolor* 2017; 24 (1): 11–18.
- Reed R, Ferrer L, Villegas N. Natural healers. A review of animal assisted therapy and activities as complementary treatment for chronic conditions. *Revista Latino-Americana de Enfermagem* 2012; 20 (3): 612–618.
- Snipelisky D, Burton MC. Canine-assisted therapy in the inpatient setting. *Southern Medical Journal* 2014; 107 (4): 265–273.
- Stapleton M. Effectiveness of animal assisted therapy after brain injury. A bridge to improved outcomes in CRT. *NeuroRehabilitation* 2016; 39 (1): 135–140.
- Stern C. The feasibility, appropriateness, meaningfulness and effectiveness of canine-assisted interventions (CAIs) on the health and social care of the elderly residing in long-term care. A comprehensive systematic review. *JBI Library of Systematic Reviews* 2010; 16 (Suppl 8): 1–24.
- Stern C. The meaningfulness of canine-assisted interventions (CAIs) on the health and social care of older people residing in long term care. A systematic review. *JBI library of systematic reviews* 2011; 9 (21): 727–790.
- Stern C, Konno R. The effects of canine-assisted interventions (CAIs) on the health and social care of older people residing in long term care. A systematic review. *JBI Library of Systematic Reviews* 2011; 9 (6): 146–206.
- Stern C, Pearson A, Chur-Hansen A. The appropriateness of canine-assisted interventions (CAIs) on the health and social care of older people residing in long term care. A systematic review. *JBI Library of Systematic Reviews* 2011; 9 (33): 1367–1392.
- Wood W, Fields B, Rose M, McLure M. Animal-assisted therapies and dementia. A systematic mapping review using the lived environment life quality (LELQ) model. *The American Journal of Occupational Therapy: Official Publication of the American Occupational Therapy Association* 2017; 71 (5): 7105190030p1–7105190030p10.

Liite 2. Katsauksessa käytetyt hakusanat ja tulokset tietokannoittain.

Taulukko 1. Katsauksessa käytetyt hakusanat ja tulokset tietokannoittain

Tietokanta	Käytetyt hakusanat	Yhdistetyt osumat ^a
Cinahl	animal-assisted* NOT hors* NOT equin*, animal-assisted intervention, pet-therapy, canine-therapy, dog-therapy, human-animal interaction, dog-assisted*, zoo-therapy	106
Cochrane Library	animal-assisted* NOT equin* NOT hors*, pet-therapy* NOT equin* NOT hors*, animal assisted intervention NOT equin* NOT hors*, dog-therapy, canine-assisted	45
DARE	animal-assisted*, dog-therapy, canine-therapy, pet-therapy	3
OTSeeker	animal-assisted, dog-assisted, canine-assisted*, zoo-therapy	9
PEDro	animal-assisted, dog-assisted, canine-assisted*, zoo-therapy	1
Psycinfo	animal-assisted*, "animal-assisted therapy", canine-therapy, dog-therapy, pet-therapy	296
PubMed	(animal assisted therapy) NOT equin*, ("animal assisted therapy") NOT equin* , animal-facilitated , "animal-facilitated NOT equin* NOT hors*", "animal therapy" , ("dog assisted") AND therapy , ("animal intervention") AND therapy, animal-assisted intervention, "dog-assisted" , "pet therapy", human-animal interaction , ((human-animal interaction) NOT hors*) NOT equin*, canine-assisted, ((animal-assisted play therapy) NOT hors*) NOT equin*, animal-assisted visits, animal	182

	rearing education , ((animal-human relationship*) NOT hors*) NOT equin*	
Sciencedirect	"animal-assisted" NOT equin*	70
Scopus	animal-assisted* NOT equin* NOT hors* NOT robot*, dog-assisted*, canine-therapy*	405
Web of Science	animal-assited NOT equin* NOT equin*, dog-therapy, canine-therapy, dog-assisted*, "animal-therapy"	443
Medic, Finna, Arto, Fennica, Julkari	eläinavusteinen, eläin+terapia, eläin+kuntoutus, koira + terapia, koira + kuntoutus. RAJAUKSET hevoset, ratsastus, ratsastusterapia, eläintaudit, eläinlääkintä	Lehtiartikkeleita, raportteja ja muita ei-tieteellisiä julkaisuja yhteensä 22. Opinnäytetöistä 1 väitöskirja, 24 pro gradua ja 61 AMK-opinnäytetyötä.

^aKaksoiskappaleiden ja aiheeseen kuulumattomien julkaisujen poistamisen jälkeen.

Liite 3. Kansainväliset ja Suomessa toimivat yhdistykset.

- Anima ry: <https://www.animary.fi/>
- Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä: kasvatus-kuntoutuskoirat.fi
- Suomen Karva-kaverit ry: suomenkarvakaverit.fi/
- Suomen Sveitsinpaimenkoira ry eli halibernit: sennenkoirat.net
- Kennelliiton Kaverikoirat: kennelliitto.fi/kaverikoirat
- The International Association of Human-Animal Interaction Organizations (IAHAIO): iahaio.org
- European Society for Animal Assisted Therapy (ESAAT): www.en.esaat.org/
- The International Society for Anthrozoology (ISAZ): www.isaz.net
- Pet Partners (entinen Delta Society): petpartners.org/