

Katseet kohtaavat  
– intensiivinen  
vuorovaikutus



Kuva Leena Ervast

# ELÄINAVUSTEISUUS OSANA PUHETERAPIAA – TUTKITTUA TIETOA JA KOKEMUKSIA

Olemme perehtyneet ja kouluttautuneet eläinavusteisuuden, erityisesti koira-avusteisuuden, hyödyntämiseen osana kuntoutusta. Terveystieteiden ammattilaisina meidän täytyy kyetä ymmärtämään ja perustelemaan mitä lisäarvoa eläin tuo kuntoutukseen, sillä kuntoutuksen tulee olla vaikuttavaa ilman eläintäkin. Eläinavusteisuutta harkitessa on hyvä muistaa, että eläin tuo hyödyn lisäksi mukanaan myös haasteita kuntoutukseen.

**Leena Ervast**, FL, erikoispuheterapeutti,  
TAYS, foniatrian poliklinikka, Tampere ja NeuroTeam Oy, Oulu  
**Marjaana Raukola-Lindblom**, FL, erikoispuheterapeutti, yliopisto-opettaja,  
Turun yliopisto ja Puhekliniikka, Turku

**E**läinten terapeuttisella käytöllä on pitkä historia, jonka uskotaan parantavan ihmisen emotionaaliseen tarpeeseen olla yhteydessä eläimiin ja luontoon (Hosey & Melfi, 2014) sekä liittyvän niiden fyysisesti ja psyykkisesti mitattavissa olevaan rauhoittavaan vaikutukseen (Beetz, 2017). Psykologiset ilmiöt, kuten kiintymys, huolenpito ja selviäminen sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa ovat perustaltaan biologisia ja yhteisiä useimmille eläinlajeille, joita yhdistää samanlainen käyttäytymisen, fysiologisten toimintojen sekä aivotointojen sarja (Beetz 2017; Julius, Beetz, Kotrschal, Turner & Uvnäs-Moberg, 2013). On siis luonnollista, että eläinten vaikutus ihmiseen on kiinnostavaa myös kuntoutuksen näkökulmasta.

### Mitä eläinavusteinen kuntoutus on?

Eläinavusteinen työskentely voidaan jakaa kahteen pääluokkaan: eläinavusteinen kuntoutus (Animal-Assisted Interventions, AAI) ja eläinavusteinen toiminta (Animal-Assisted Activity, AAA) (Kuva 1). Eläinavusteinen kuntoutus on terveyden- ja/tai sosiaalihuollon ammattilaisen toteuttamaa tavoitteellista kuntoutustoimintaa, jolla pyritään kohentamaan asiakkaan psyykkistä, fyysistä tai kognitiivista toimintakykyä ja hyvinvointia. Eläinavusteinen kuntoutus voidaan jakaa edelleen eläinavusteiseen terapiaan (Animal-Assisted Therapy, AAT) ja eläinavusteiseen opetukseen (Animal-Assisted Education, AAE). Eläinavusteista terapiaa voi antaa esimerkiksi psykoterapeutti, fysioterapeutti, toimintaterapeutti tai puheterapeutti eli henkilö, jolla on terapiakoulutustausta. Eläinavusteinen opetus on osa koulussa tapahtuvaa opetus- ja kasvatustyötä. Eläinavusteinen toiminta on sen sijaan vapaaehtoistoimintaa, jota voi olla esimerkiksi kaverikoira-toiminta, vanhusten ja vammaisten hoitolaitoksissa tapahtuva vierailutoiminta

## ”Koira tuo lämpimän ja rennon olon kuntoutukseen”

ta tai lukukoirat kirjastossa. (Standards of Practice for Animal-Assisted Activities and Therapy; [www.deltasociety.org](http://www.deltasociety.org)).

### Tutkittua tietoa eläinavusteisesta kuntoutuksesta

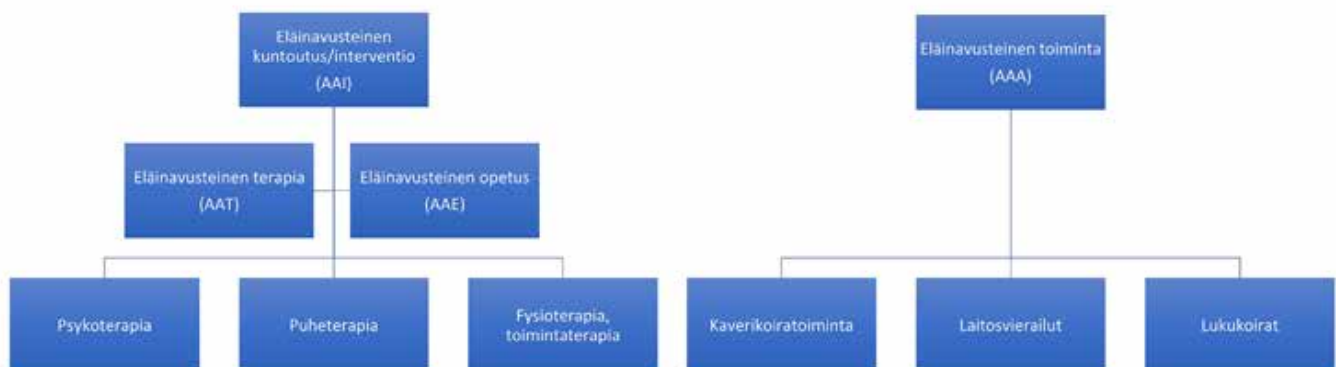
Suomessa toteutetusta eläinavusteista terapiasta on vasta hyvin vähän tutkimustietoa, lähinnä aiheesta on valmistunut eritasoisia oppinnäytetöitä. Eläinavusteista kuntoutusta on perinteisesti käytetty eniten osana fysio-, toiminta- ja psykoterapiaa. Tutkimuksia eläinavusteisesta puheterapiasta on vielä hyvin vähän. Kansainvälisissä meta-analyysissä ja systemaattisissa katsauksissa on kuitenkin havaittu, että eläimet voivat auttaa ihmistä kuntoutumisessa ja hyvinvoinnin kohentumisessa (mm. Chitic, Rusu ja Szamoskozi, 2012; Hoagwood, Acri, Morrissey ja Peth-Pierce, 2017; Hu, Zhang, Leng, Li ja Chen, 2018; Nimer ja Lundahl, 2007).

Useissa tutkimuksissa on todettu, että eläimen silittäminen ja katsominen rauhoittaa ihmisen parasympaattisen hermoston toimintaa, laskee verenpainetta ja stressihormonien määrää veressä sekä nostaa oksitosiinin ja muutamien muiden hormonien (mm. dopamiinin ja endorfiinien) määrää veressä (Julius ym., 2013; Macauley, 2006; Odendaal, 2000). Erityisesti oksitosiinitason nousun on todettu vähentävän stressiä, aggressiivisuutta ja ahdistusta sekä lisäävän valmiutta sosiaaliseen kanssakäymiseen muiden ihmisten kanssa (Gee, Griffin & McCordle, 2017; Geist, 2011; Julius ym. 2013;

LaFrance, Garcia & Labreche, 2007), nopeuttavan terapiasuhteen syntymistä (Julius ym. 2013; Nimer & Lundahl, 2007; Owenby, 2017) ja kohentavan opetus- ja terapiatilanteissa lasten keskittymistä ja oppimista (Friesen, 2010). Eläinavusteisuuden on useissa psykoterapiaa koskevissa tutkimuksissa todettu vaikuttavan positiivisesti asiakkaan ja terapeutin väliseen luottamussuhteeseen (Owenby, 2017; Zilcha-Mano, 2017). Dementiatutkimuksissa eläinavusteisen kuntoutuksen on havaittu lisäävän muistisairaiden henkilöiden sosiaalista osallistumista ja fyysistä aktiivisuutta, vähentävän häiriökäyttäytymistä ja vaikuttavan laajemmin mielialaan ja elämänlaatuun (Hu ym., 2018; Yakimicki, Edwards, Richards ja Beck, 2019).

Eläinavusteisesta puheterapiasta tai sitä sivuavasta toiminnasta löytyy vain muutama tutkimus tai systemaattinen katsaus (mm. LaFrance ym., 2007; O’Haire, 2013; Stapleton, 2016). Niissä on raportoitu eläinavusteisen toimintamallin hyödyntämisestä esimerkiksi autismikirjon häiriöissä (O’Haire, 2013) sekä afasia- (LaFrance ym., 2007), aiovamma- (Stapleton, 2016) ja lukihäiriöasiakkaiden kuntoutuksessa (Hall, Gee & Mills, 2016). Eniten näyttöä on saatu autististen lasten sosiaalisten taitojen (mm. katsekontaktin määrä, tervehtiminen) sekä ei-kielellisen ja kielellisen kommunikaation kohentumisesta (Chitic ym., 2012; Nimer & Lundhal, 2007), ongelmakäyttäytymisen, stressin ja autististen käyttäytymispiirteiden (mm. maneerit) vähentymisestä eläinavusteisen terapian myötä (Berry, Borgi, Francia, Alleva & Cirulli, 2013; Chitic ym., 2012; Gee ym., 2017; O’Haire, 2013).

Afasiapotilailla koiran kanssa liikkumisen on todettu aktivoivan sosiaalista vuorovaikutusta, mikä lisää sekä afaattisten henkilöiden että heidän kanssaan toimivien ihmisten tekemien kommunikaatioaloitteiden määrää. Koiran läsnäolo näytti vaikut-



Eläinavusteinen kuntoutus ja toiminta

Leena Ervast muokannut lähteestä: Standards of Practice for Animal-Assisted Activities and Therapy; [www.deltasociety.org](http://www.deltasociety.org).

## ”Koiran osallistuminen lisää uskoani siihen, että voin tykätä elollisista olennoista”

tavan positiivisesti myös afaattisten henkilöiden mielialaan, ilmeikkyyteen ja yleiseen hyvinvointiin, joilla jo itsessään saattaa olla vaikutusta kommunikaatioaktiivisuuteen (LaFrance ym., 2007; Macauley, 2006).

Aivovamman saaneiden henkilöiden kuntoutuksessa eläinavusteisuuden on todettu sopivan eri kognitiivisten toimintojen (eksekutiiviset toiminnot, sosiaaliset taidot, kielellinen ilmaisu, mielialojen säätely, oppiminen, muisti ja tarkkaavuus) kuntouttamiseen (Stapleton, 2016). Eläimen avulla voidaan myös saada hetkellisesti asiakkaan huomio pois ongelmasta, mikä voi edesauttaa vaikkapa rohkaistumaan kommunikoidaan epäselvästä puheesta tai sosiaalisesta arkuudesta huolimatta. Lukihäiriöisten lasten opetuksessa koiralle ääneen lukeminen saattaa vaikuttaa muun muassa lukemisharjoittelulle myönteisen ilmapiirin syntymiseen, vähentää lukiharjoitteluun liittyvää ahdistusta ja kohentaa lasten itsetuntoa lukemisen suhteen (Hall ym., 2018). Muita terapiamuotoja koskeissa tutkimuksissa raportoituja myönteisiä vuorovaikutustaitojen muutoksia on varmasti löydettävissä myös eläinavusteisessa puheterapiassa.

Tähän mennessä tehdyt tutkimukset eläinavusteisuudesta kuntoutus- ja terapiatyössä ovat kuitenkin laadultaan hyvin eri-

Taulukko 1. Koira-avusteisen puheterapian esimerkkitaivoitteet ja menetelmät.

Tavoitteet	Koira-avusteiset menetelmät
Motivaation herättäminen kuntoutukseen	Puheterapeutin koiraan tutustuminen vastaanotolla pienten koiratemppeujen avulla. Lapsen oman koiran vierailu puheterapeutin vastaanotolla.
Katsekontaktin lisääminen vuorovaikutustilanteissa	Koiran ja ihmisen havainnointi, videointi, videoiden katselu, selkokielisen koira-aiheisen tekstin työstäminen. Teemat aiheista mm: Mitä koirilla tarkoittaa toisen koiran silmiin katsominen? Mitä tapahtuu? Miten ihmiset katsovat toisiaan, kun tervehtivät tai keskustelevat? Katsekontaktin kesto? Miksi ihminen katsoo toista silmiin? Miten koirat ja ihmiset eroavat tässä?
Tervehtiminen terapiassa, kotona ja koulussa	Koiran ja ihmisen havainnointi, videointi, videoiden katselu, selkokielisen koira-aiheisen tekstin työstäminen, draamaharjoittelu. Teemat aiheista mm: Miten koirat tervehtivät toisia koiria? Miten eri tavoin ihmiset tervehtivät toisiaan? Miksi tervehditään? Tervehtimisen harjoittelua mm. eläinlääkäreikissä Luokassa tervehtimiskuuksi opettajan johdolla
Tunteiden kielellistämisen ja ilmaiseminen	Koiran ja ihmisen havainnointi, videointi, videoiden katselu, selkokielisen koira-aiheisen tekstin työstäminen, kehonkuvan piirtäminen. Teemat aiheista mm: Miten koirat ilmaisevat tunteitaan? Mitä koirien eleet ja ilmeet tarkoittavat? Millaisia ilmeitä ihmisillä näkyy kuvissa ja videoissa? Mitä ilmeistä ja eleistä voidaan päätellä ihmisen tunteista? Missä ja miten eri tunteet tuntuvat itsellä? Tunnetilojen sanallistaminen koiran puolesta ja lopuksi itseltä

laisia ja niiden vertailu on hankalaa. Osassa tutkimuksia aineistot ovat pieniä, käytetyt käsitteet kirjavia ja monissa tutkimuksissa on myös muita metodologisia puutteita, joten laajempia johtopäätöksiä eläinavusteisen kuntoutuksen vaikuttavuudesta näiden tutkimusten tai katsausten perusteella ei voida tehdä.

### Omia kokemuksiamme eläinavusteisuudesta puheterapiassa

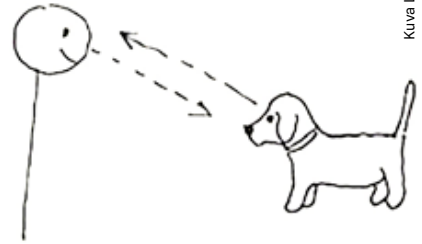
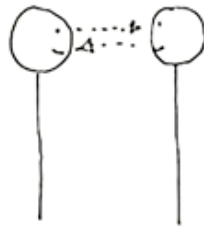
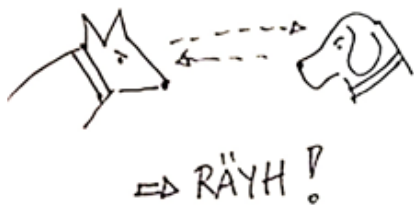
Me olemme hyödyntäneet omassa työssämme eläinavusteisuutta koiran kanssa

muun muassa aivovamman saaneiden aikuisten puheterapiassa, yhteistyötaitoiltaan haastavien asiakkaiden tutkimuksissa, säätelyongelmaisten lasten ja aikuisten puheterapiassa (esim. itsensä rauhoittaminen), Asperger-lasten ja -aikuisten puheterapiassa, ADHD- ja kielihäiriöisten lasten puheterapiassa sekä lukikuntoutuksessa. Eläinavusteisuutta voidaan hyödyntää myös asiakkailla, joilla on erilaisia puhemotorisia ongelmia, äänen käytön ja säätelyn ongelmia sekä kommunikaatioapuvälineen ja -tukeinojen harjoittelussa.

Koira nukkuu asiakkaan vaatteiden päällä – terapiatilanne on rento.







Katsekontaktin merkityksen erilaisuus – terapiatilanteessa yhdessä piirretty kuva

### **Tapausesimerkki koira-avusteisesta puheterapian toteutuksesta**

Puheterapiaan tuli Asperger-diagnoosin saanut 10-vuotias lapsi, jolla oli ongelmia sosiaalisissa vuorovaikutustaidoissa, kuten katsekontaktissa, kielenkäyttötaidoissa (ei aloita keskusteluita, ei pyydä apua), kerronnassa ja tunteiden kielellistämässä sekä opiskeluteknisissä taidoissa. Motivoituminen tavoitteelliseen toimintaan sekä kotona että koulussa oli vaikeaa. Katsekontaktin poikkeavuus ja toisten huomioimattomuus luokka-arjessa aiheuttivat luokkatovereissa negatiivista huomiota. Tunnilla lapsi ei myöskään ilmaissut avun tarvetta koulutehtävissä, vaan jätti vaikeat tehtävät tekemättä.

Koska lapsella oli monia pulmia sosiaalisissa kielen käyttötaidoissa, puheterapian tavoitteeksi valittiin aluksi katsekontakti ja tervehtiminen, asianmukaisen kontaktin ottaminen ja avun pyytäminen. Lisäksi tavoitteena oli tunteiden tunnistaminen ja kielellistäminen. Koska ryhmämuotoista kuntoutusta ei ollut aluksi järjestettävissä, taitoja päädyttiin harjoittelemaan osin luokkatilanteissa ja osin harjoiteltiin yksilöterapiassa (Taulukko 1).

Menetelmien valintaan vaikutti lapsen harjoitusmotivaation löytäminen, sillä yksi merkittävä ongelma oli motivaation puuttuminen sekä koulutehtävien että puheterapiaikäntien suhteen. Perheen kanssa sovittiin, että heidän perheeseensä otettu koira voisi toimia apuna motivaation syyttämässä ja eri tehtävien tekemisessä. Koiratapaamiset järjestettiin puheterapeutin vastaanotolla, jotta tila- ja allergiakysymykset eivät muodostuisi ongelmaksi.

Koira-avusteinen toiminta upotettiin edellä mainittuihin tavoitteisiin seuraavasti:

Lapsi tapasi puheterapeutin koiraa kaksi kertaa jakson aikana. Puheterapeutin koiran kanssa tehtiin katsekontaktiharjoituksia, tervehtimisharjoituksia ja koiran kielen opiskelua (koiran eleet, ilmeet, käyttäytyminen). Lapsi toi kaksi kertaa oman koiransa puheterapeutin vastaanotolle, jolloin harjoiteltiin samoja tehtäviä. Koiran aktiivinen osallistuminen kesti korkeintaan noin 5–10

minuuttia, muutoin koira makoi lattialla omassa rauhassa. Vastaanottokäyntien jälkeen molemmat koirat olivat ”läsnä” terapiassa mielikuvissa ja videoilla. Lapsi sai kotiin pieniä koiratehtäviä, jotka hän videoi vanhempiensa kanssa ja näytti puheterapeutille seuraavalla kerralla. Tällöin keskusteltiin yhdessä tavoiteteemoista (esim. katsekontakti, tervehtiminen, koiran toiminta ja käytös jne.). Kirjallisia ja muokattuja koiratehtäviä hyödynnettiin myös ymmärtävän lukemisen harjoittelussa etsimällä olennaisia asioita teksteistä ja koostamalla niistä muistikarttoja tai kuvia (piirroskuva). Lapsi sai lopuksi aina itse kertoa omin sanoin mitä oli oppinut teksteistä, videoista tai tehtävistä.

”Minulla on kivaa, kun koira tulee syliin ja saan halata sitä.”

Lapsiasiakkaan motivaatio koheni välittömästi koiran mukaantulon myötä, tämän huomasivat myös lapsen vanhemmat ja opettaja. Motivaatio pysyi yllä, vaikka koirat eivät olleet läsnä kuin neljällä terapiakerralla lukukauden aikana. Lapsi alkoi odottaa puheterapiaikäntejä, jotka aiemmin olivat olleet hänelle täysin merkityksettömiä. Lapsen katsekontaktin määrä lisääntyi sosiaalisissa tilanteissa ja tämä havaittiin myös luokassa ja kotona. Lapsi tervehti puheterapeuttia terapian alussa ja lopussa. Luokkatilanteessa tervehtiminen alkoi onnistua aluksi opettajan ohjauksella, mutta ei vielä jakson aikana yleistynyt automaattisesti luokkatoverien tervehtimiseen. Lapsi tervehti luokkatoveria vain silloin, kun tämä tervehti lasta ensin. Lapsi tunnistii tunnekuvat helposti jo terapiajakson alussa, mutta tunteiden nimeäminen koheni. Terapiajakson lopussa lapsen kerronta tunneasioista lisääntyi (mm. mistä hän pitää, ei pidä, miltä jokin asia oli tuntunut jne.). Kommunikaatioalitteet sekä kerronnan ja keskustelun määrä lisääntyivät

terapiakerroilla ja kotona, mutta luokkatilanteessa näissä asioissa ei havaittu merkittäviä muutoksia jakson aikana. Tosin lapsi alkoi kertoa rohkeammin luokassa viikonlopun tapahtumista omalla vuorollaan. Tietotekstien lukeminen ja niistä olennaisen tiedon hakeminen alkoi myös kohentua. Vanhempien ja opettajan palaute koira-avusteisuuden hyödyntämisestä kuntoutuksessa oli positiivista ja molemmat tahot kokivat sen tuoneen hyötyä myös arkeen.

### **Kokemuksia koira-avusteisen kuntoutuksen kehittämiseksi: kartoitus koiran läsnäolon vaikutuksista puheterapiassa**

Koira-avusteisuuden integroimista puheterapiaan kokeiltiin Turussa valikoitujen vapaaehtoisten aikuisten neurologisten asiakkaiden kanssa siten, että kokeilusta tehtiin kysely asiakkaille sekä koiran terapiatiloissa kohdanneille muille henkilöille (saattajat, muut vastaanoton asiakkaat). Kokeiluun osallistui 16 asiakasta syksyn 2014 - kevään 2015 aikana ja koira osallistui heidän puheterapiaansa 2–15 tapaamiskerralla. Asiakkaiden diagnoosina oli valtaosalla aivovamma. Asiakkaat oli valittu kokeiluun huolellisesti: kaikilla osallistuneilla asiakkailla oli taustallaan emotionaalisesti merkityksellisiä koirakokemuksia sekä kokemusta ja ymmärrystä koskien koiranpentuja. Kokeiluun ei otettu mukaan erityisen voimakkaasti häiriöherkkiä tai aggressiivisuuteen taipuvaisia henkilöitä. Ennen toteutusvaihetta tehtiin riskiarviointi ja pyrittiin valmistelemaan tilanteet siten, että tunnistetut riskit jäisivät mahdollisimman pieniksi. Koiran liikkuminen tiloissa pyrittiin järjestämään siten, ettei se juuri kohtaa muita ihmisiä, allergiat selvitetään kaikilta tiloissa liikkuvilta asiakkailta, työtoverit perehdytettiin suunnitelmaan, odotustilassa oli informaatiotaulu koirakokeilusta ja siivousta tehostettiin. Koira oli pentuvaiheessa totuttelemassa vastaanottilanteisiin ilman selkeää tehtävää, jotta nähtiin, miten se sopeutuu tilanteisiin ja voidaanko kokeilua jatkaa. Vähitellen kunkin asiakkaan kohdalla laadittiin erikseen tavoite

koiran tuomasta lisästä tavanomaiseen puheterapiaan. Koiran tehtäviä olivat lopulta: motivaatioon ja mielialaan vaikuttaminen, keskustelun aktivointi, kerrontaharjoitteiden stimulointi, huomion siirron apukeino (esim. hermostuminen, turhautuminen) ja vuorovaikutusongelmien käsittelyn vertauskohde.

Kokemuskysely asiakkaille oli teemoitettu seuraavasti: koiran vaikutus 1) ympäristötekijöihin, 2) psyykkisiin tekijöihin, 3) kommunikaatiotekijöihin ja 4) muihin kognitiivisiin tekijöihin (Fine, ym., 2010). Lisäksi kyselyssä oli tilaa vapaille kommentteille ja kaikkia kirjoitustaitoisia rohkaistiin kirjoittamaan vapaisiin kommentteihin ”mitä tahansa aiheesta mieleen tulevaa”. Kysely tehtiin nimettömänä ja palautettiin suljetuun laatikkoon.

Kyselyn tuloksissa nousi esiin seuraavia seikkoja: sitoutuminen ja motivaatio puheterapiaan vahvistui, luottamus terapeuttiin syveni, mieliala kohosi, puheen määrä lisääntyi terapiatilanteissa ja niiden jälkeen. Yksi vastaajista ei kokenut mitään vaikutuksia koiran läsnäololla ja hän olisi toivonut koiralle aktiivisempaa roolia. Ympäristötekijöiden, kuten siisteyden ja häiritsevien äänten suhteen ei koettu ongelmia. Myös satunnaisesti koiran tavanneilta henkilöiltä haluttiin kuulla mahdollisista ympäristövaikutuksista sekä yleisistä asenteista elämän olemisesta ja liikkumisesta puheterapiatiloissa. Satunnaisesti koiran tavanneet tai sen ääniä havainneet eivät raportoineet ympäristötekijöihin tai koiran tiloissa liikkumiseen liittyviä negatiivisia asenteita. Puheterapeutti kirjasi kliinisiä havaintoja asiakastilanteista kokemuskyselyn toteutuksen aikana.

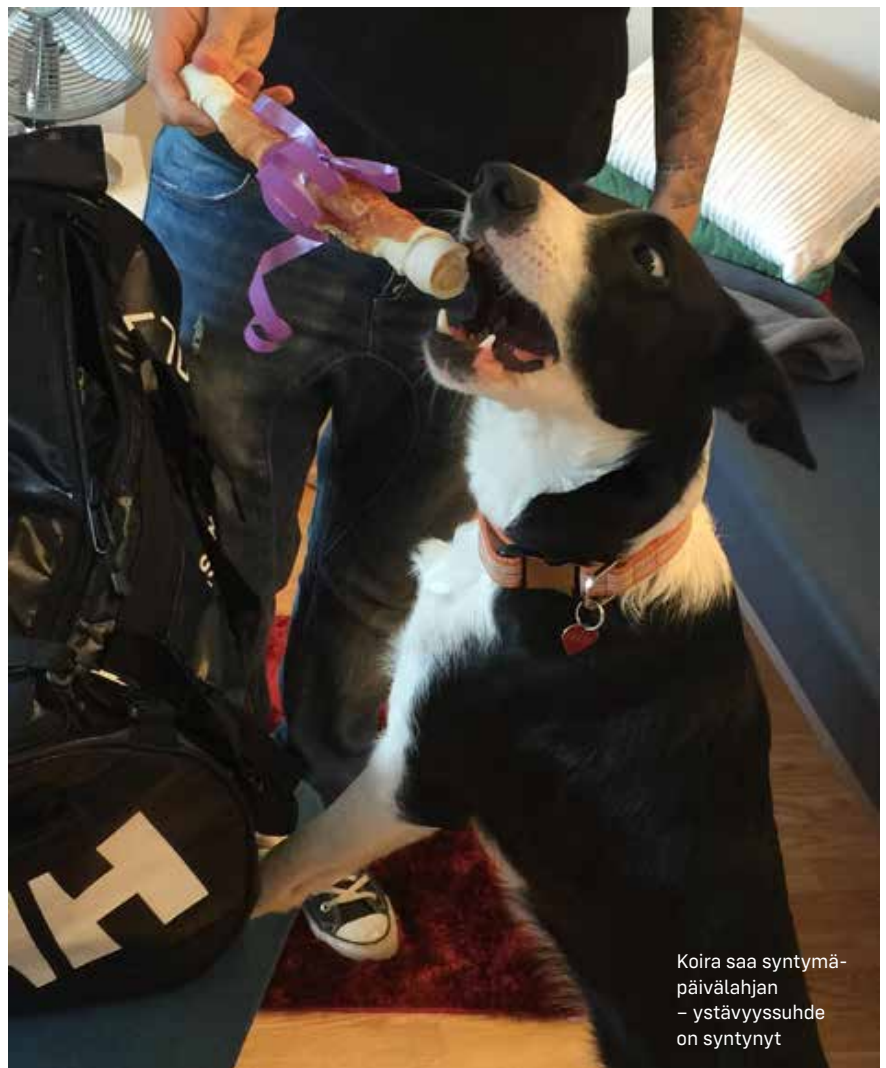
Osa asiakkaista muodosti koiraan kaverisuhteen, johon terapeutti ei enää kiinteästi liittynyt. Suhde koiraan selvästi myös muuttui ajan kuluessa, koiran kasvaessa ja tilanteen tullessa tutummaksi kaikille osallisille. Osa asiakkaista keskusteli suoraan koiran kanssa, kosketti koira ja houkutteli koira aktiivisesti kanssakäymiseen. Koiran tervehtiminen oli kaikille asiakkaille tärkeä terapian aloitushetki. Kaikki asiakkaat kunnioittivat yhdessä luotuja sääntöjä, eivätkä häirinneet koira sen levätessä. Koiralla oli vapaus siirtyä omalle paikalleen lepäämään koska tahansa ja käytännössä kävikin niin, että koira nukkui terapiatilanteissa paljon. Kuitenkin myös nukkuva koira oli vahvasti terapiassa läsnä ja koira-avusteisuus toteutui myös koirasta keskustelemalla, sitä tarkkailemalla ja omia koirakokemuksia refleктоimalla. Koiran läsnäolo lisäsi asiakkaan kommunikaatioaloitteita, kysymysten määrää ja omien kokemusten kuvailun määrää verrattuna koiran osallistumista edeltäneeseen aikaan. Silloinkin kun koira ei ollut mukana, terapeutille kohdistettiin paljon kysymyksiä koirasta. Koiran kuulumisista

oitiin kiinnostuneita ja vähitellen asia laajeni siten, että asiakkaat välittivät kysymyksiä koirasta myös läheisiltään, taksinkuljettajilta ja muilta terapeuteiltaan. Koira toimi siten kommunikaation aktivoijana myös muissa kuin puheterapiatilanteissa. Koiran läsnä ollessa havaittiin asiakkaiden yleisen vireyden kasvamista, ilmeikkyyden lisääntymistä, vuorovaikutusaloitteisuuden ja tilannehuomorin lisääntymistä. Asiakassuhteen luonne muuttui aiempaa tuttavallisemmaksi, mikä vahvisti luottamussuhdetta.

”Jekku (lapsen oma koira) haluaisi tulla ensi kerralla sinun luo (toimistolle).”

Puheterapeutti teki käytännön tilanteiden kautta myös uusia oivalluksia siitä, miten koira voi toimia puheterapiaan lisäarvoa tuovana tekijänä. Asiakkaan kommunikaation peilaaminen koiran kommunikaatioon osoittautui tehokkaaksi tavaksi tunnistaa kommunikaatiotilanteiden ongelmakohtia ja löytää niihin kompensointikeinoja. Tästä aiheesta ei ole löytynyt juuri tutkittua tietoa, mutta myös kollegan kokemukset olivat yhteneväisiä. Asiakkaan tunnetilan kiihtyessä koira toimi myös hyvänä mittarina kiihtymistasolle ja motivoi asiakasta säätelemään tunnetilaansa ilman, että terapeutin tarvitsi puuttua asiaan. Koiran mukanaolon myötä terapeutin vastuu lisääntyi huomion jakautuessa sekä asiakkaan että koiran tarpeiden huomioimiseen samanaikaisesti. Terapiatilanteet oli suunniteltava erityisen huolella, mikä edellytti ylimääräistä vaivannäköä.

Koiranpennun tarpeiden takia työpäivät piti tauottaa ja muodostaa tavanomaista väljemmiksi, mikä vaati suunnittelua ja tarkkaa etukäteistietoa siitä, milloin koiran voi ot-



Koira saa syntymäpäivälahjan – ystävyysuhde on syntynyt

taa mukaan töihin. Tämä tarkoitti sitä, että muista työpäivistä tuli tavallista täydenpiä ja pidempiä. Lisäksi tuli tilanteita, joissa oli nopeasti arvioitava, aiheuttaako koira liikaa häiriötä tai reagoiko koira tilanteeseen stressaantuneesti. Tällöin suunnitelmaa oli kyettävä muuttamaan lennossa. Tästä syystä kahden tilan samanaikainen käyttö oli välttämätöntä.

Työpäivän aikana koiran tarvitsemat lenkkeily- ja ulkoilutauot virkistivät myös terapeuttia, mutta toisaalta ne toki aiheuttivat ylimääräistä vaivaa ja järjestelyä. Kokeilu mahdollistui vapaaehtoisten ja avomielisten asiakkaiden lisäksi asiaan myönteisesti suhtautuneen työtoverin avulla. Myös hänen piti tietää, milloin koira oli tiloissa ja terapeutin piti keskenään varmistaa, ettei esimerkiksi allergiaan tai pelkoihin liittyviä riskejä pääse syntymään kenellekään tiloissa liikkuville. Koska kokemukset olivat pitkälti myönteisiä, puheterapia jatkui osalla kokeiluun osallistuneista asiakkaista ainakin joiltain osin koira-avusteisena. Toisten kohdalla koira ei välttämättä osallistunut enää puheterapiatilanteisiin, mutta oli vahvasti mukana keskusteluissa ja harjoituksissa. Terapiasuhte tuli koiran myötä tuttavallisemmaksi, koska asiakkaat näkivät terapeutista uuden, henkilökohtaisemman puolen. Huomio oli kuitenkin vahvasti koirassa eikä siten liiaksi terapeutissa itsessään.

### **Eläinavusteisen kuntoutuksen toteutuksessa huomioitavia seikkoja**

Eläinavusteisessa kuntoutuksessa huomiota tulee kiinnittää samanaikaisesti useaan eri näkökulmaan: asiakaslähtöisyyden toteutumiseen, eläimen soveltuvuuteen ja hyvinvointiin, ympäristövaikutuksiin sekä eettisyys- ja vastuukysymyksiin.

*Asiakaslähtöisyyden näkökulmasta* on tärkeää harkita kriittisesti, mitä merkittävää lisähyötyä eläinavusteisuus tuo puheterapiaan. Puheterapiassa ensisijaista on aina asiakkaan näkökulma. Puheterapian toteuttamista ohjaa luonnollisesti tutkimustietoon perustuvat hyvät kuntoutuskäytännöt ja kliininen kokemus. Eläinavusteisten menetelmien valintaa pohtiessa on hyvä tarkastella seuraavia seikkoja:

- Soveltuuko eläinavusteisuus juuri kyseiselle asiakkaalle?
- Voidaanko samat tavoitteet saavuttaa myös perinteisillä puheterapeuttisilla menetelmillä?
- Mihin oletus eläinavusteisuuden hyödyistä perustuu?
- Millaisia kokemuksia asiakkaalla on eläimistä?
- Mikä on eläimen tehtävä puheterapiassa?
- Mitä riskejä ja vastuuseikkoja on huomioitava?

### **Ympäristö- ja vastuutekijöitä eläinavusteisessa kuntoutuksessa**

- kahden tilan käytön mahdollisuus (eläimen voi poistaa tilanteesta koska tahansa)
- muiden tilassa tai sen läheisyydessä työskentelevien hyväksyntä ja ohjeistus
- eläimen työrauha ja lepo-mahdollisuus
- allergia- ja hygieniasiekat, tehostetun siivouksen mahdollisuus
- häiriön minimointi
- vakuutusturva
- eettiset siekat
- huolellinen riskikartoitus
- eläimen ohjaajan kouluttautuneisuus eläimen peruskoulutus ja soveltuvuus.

- Riittääkö puheterapeutin osaaminen ja voimavarat eläinavusteisuuden toteuttamiseen?

Yleensä asiakkaan aiemmat eläinokemukset vaikuttavat siihen, soveltuuko eläinavusteisuus juuri hänelle ja millaisia hyötyjä voidaan tavoitella. Omat kokemuksemme liittyvät sellaisiin asiakkaisiin, joilla on itsellään eläin/eläimiä tai joilla on taustalla positiivisia emotionaalisia eläinokemuksia. Tällaisten asiakkaiden kohdalla voidaan minimoida riskitekijöitä sekä tehdä oletuksia positiivisista vaikutuksista. Kuitenkin vasta käytännön toteutuksen myötä voidaan arvioida, mikä lisäarvo eläinavusteisuudesta syntyi. Koska eläinavusteisuudesta puheterapiassa toteutettuna ei ole vielä riittävästi tutkimustietoa, meidän on hyödynnettävä pitkälti lähialoilla tehtyä tutkimusta.

*Eläimen näkökulmasta* on tärkeää, että eläin soveltuu terapiatyöhön ja sen hyvinvointi työskentelyn aikana voidaan taata. Eniten tutkimustietoa löytyy koirista terapiaa avustavina eläiminä, mutta myös esimerkiksi hevosia käytetään kuntoutuksessa paljon. Kaikkien kuntoutuksessa toimivien eläinten tulisi luonnollisesti olla ohjaajansa hallinnassa, peruskoulutettuja, käytökseltään rauhallisia ja ennalta arvattavia sekä tehtävänsä hyvin perehdytettyjä (Fredrickson-MacNamara & Butler, 2010).

Koiran soveltuvuuteen voi vaikuttaa koiran rotu tai rodulle tyypilliset ominaisuudet, mutta tärkeämpää on koiran yksilöllinen luonne, tottuneisuus työhön liittyviin asioihin (esim. lapset tai apuvälineet) ja koulutettavuus. Koiran omistava puheterapeutti

toimii useimmiten myös koiran ohjaajana ja onkin luonnollisesti tärkeää tuntea terapiaikäyttöön valittu koira mahdollisimman syvällisesti. Siten myös ohjaajan tulee olla kouluttautunut koirien elekieleen, oman koiran ominaisuuksiin ja koiran koulutukseen. Koiran tulisi voida ennen työvaatimuksia tottua rauhassa kaikkeen siihen, mitä tulevat työtehtävät voivat tuoda eteen - kuten esimerkiksi pyörätuolit, kovaääninen puhe, erikoinen äänenkäyttö tai arvaamatomat liikehännät. On myös muistettava, että sama koira voi reagoida ja käyttäytyä eri tavoin eri ihmisten kanssa. Koira-avusteinen työskentely edellyttää puheterapeutilta jatkuvaa koiran havainnointia ja tilanteen monitahoista arviointia asiakastyön ohella. Koiran käyttökseen on voitava puuttua kesken terapiatilanteen niin, että asiakas ei hämmenny tai häiriinny tilanteesta.

Suomessa ei ole toistaiseksi laadittu sääntöjä siitä, miten eläimen soveltuvuutta terapiatyöhön voidaan kontrolloida. Koirat kasvatusta ja kuntoutustyössä ry. on pyrkinyt vastaamaan tähän tarpeeseen järjestämällä muun muassa koulutuskokonaisuuksia ja koirien soveltuvuuskokeita kuntoutustyöhön sekä lisäämällä tietoa muun muassa eläinavusteiseen kuntoutukseen liittyvistä eettisistä näkökulmista. Testaaminen ei kuitenkaan takaa koiran soveltuvuutta, vaan työtä toteuttavan puheterapeutin on arvioitava kriittisesti soveltuvuuteen vaikuttavia seikkoja. (Chitic ym., 2012; Fredrickson-MacNamara & Butler, 2010). Huomion kiinnittäminen eläimen hyvinvointiin on lisääntynyt viime aikoina. Eettiset näkökulmat, kuten eläimen valinnanvapauden rajoittuminen, jaksavuus, stressi, tapaturma-alttius ja välineellistämisen ovat alkaneet kiinnostaa tutkijoita (Glenk, 2017). Eläimestä ei aina ole helppoa tulkita esimerkiksi sen kokemaa stressiä. Erityisesti koirat pyrkivät pitkälti miellyttämään omistajansa suurenkin stressin alla.

Eläinavusteista kuntoutusta toteuttavalla puheterapeutilla on suuri vastuu huomioida eläimen kokonaisvaltainen hyvinvointi, säädellä sen osallistumista eläimen jaksamisen ja halukkuuden näkökulmasta sekä tarjota vastapainoksi vapautta ja lajityypillisiä aktiviteetteja (Glenk, 2017). Eläinavusteisen kuntoutuksen toteutustapojen kirjo asettaa haasteen universaalien eläimen hyvinvointiin liittyvien suositusten määrittelylle. Suomessa ei toistaiseksi ole tahoja, joka valvoisi tai edellyttäisi toimintaa toteuttavilta terapeuteilta tietynlaista kouluttautumista tai sitoutumista eläimen hyvinvointia sääteleviin periaatteisiin.

### **Kokemukset yllättävän positiivisia**

Omat kokemuksemme eläinavusteisesta työskentelystä ovat olleet yllättävän positiivisia ja siten olemme innostuneet tutkimaan



asiaa lisää. Erityisesti motivaatiotekijät, luottamus- ja terapiasuhteen syveneminen, terapialmpiirin positiivisuus ja asiakkaan kommunikaatioaloitteiden lisääntyminen ovat olleet yhteisiä huomioitamme. Lisäksi konkreettinen yksilöllisten tavoitteiden saavuttaminen eläimen avustamana on ollut mahdollista.

Usein vasta käytäntö on näyttänyt, millainen rooli koiralle on sopinut ja mitä kuntoutujan tavoitetta sen osallistuminen parhaiten palvelee. Eläimen fyysinen läsnäolo ei ole välttämätöntä läheskään aina, vaan kokemus ja muisto eläimestä kuvien ja videoiden kautta saattaa kantaa pitkäänkin terapiassa. Eläinavusteisuuden käyttäminen edellyttää joustavuutta, joten esimerkiksi liian kankeaa aivan varhaisvaiheessa kuntoutustavoitteiden asettelua tulisi välttää.

Kommunikaatioon liittyvät paineet voivat jonkun asiakkaan kohdalla vähentyä oleellisesti eläimen tullessa mukaan terapiaan, millä voi olla käänteentekevä merkitys kuntoutustavoitteen saavuttamisen kannalta. Vasta eläimen hyödyntämisen kautta olemme ymmärtäneet, miten suuria paineita kommunikaatioon voi liittyä ja miten suurta jännitystä asiakas voi kokea vuorovaikutustilanteissa.

Olemme pohtineet paljon positiivisia kokemuksiamme ja uskomme siihen liittyvän olennaisesti sen, miten huolellisesti kyseiset asiakkaat on valikoitu, terapiatilan teetetty suunniteltu ja riskikartoitus laadittu. Lisäksi on huomioitava, että kunkin eläinavusteiseen puheterapiaan osallistuneen asiakkaan kohdalla olimme jo saavuttaneet sellaisen luottamussuhteen, että olemme voineet ottaa mukaan tällaisen uudenlaisen elementin. Voi jopa sanoa, että olemme olleet varsin tiukkaipoisia eläinavusteiseen työskentelyyn ryhtymisessä. Mikäli olisimme lähteneet toteuttamaan eläinavusteisuutta hieman löyhemmällä otteella, olisimme kenties saaneet värikkäämpiä ja negatiivisempia kokemuksia.

Onnistuneiden kokemusten taustalla vaikuttanee osaltaan myös pitkä terapiakokemuksemme haastavien neuropsykiatristen oirekuvien parissa. Olemme jatkokouluttautuneet ja hakeneet erilaisia työskentelytapoja ja -menetelmiä asiakastyöhömme. Erikoistumiskouluttautuminen ja tutkimustyötausta ovat kehittäneet ajattelussamme kriittistä näkökulmaa ja hioneet arviointikykyämme. Aktiiviset eläinharrastuskokemukset auttavat meitä hahmottamaan eläimen tuoma lisäarvoa sellaisten henkilöiden kuntoutukseen, joilla itsellään on merkityksellisiä eläin-kokemuksia.

Eläinavusteisen puheterapian kokemukset ja toteutustavat ovat herättäneet kiinnostusta viime aikoina enenevässä määrin Suomessa. Aiheesta kiinnostuneet puhete-

## ”Jee, onko Sissi siellä silloin?”

rapeutit ovat pyrkineet verkostoitumaan ja etsimään asiasta aktiivisesti tietoa. Aiheen ajankohtaisuutta kuvaa myös se, että Kela teetti vuonna 2018 pienimuotoisen selvityksen eläinavusteisesta terapiatoiminnasta Suomessa (Hautamäki, ym., 2018). Kiinnostus eläinavusteista kuntoutusta kohtaan kasvusta pyrkimystä laajentaa ennakkolottomasti puheterapiassa hyödynnettävien menetelmiä ja on siten ilmiönä positiivinen. Tarvitsemme eläinavusteisen puheterapian kehittämisen tueksi lisää tutkimustietoa siitä, millaista lisäarvoa puheterapiaan voidaan eläinavusteisuudesta saada ja millaisille asiakkaille kuntoutusmuoto parhaiten soveltuu. Myös puheterapeuttien kokemuksista eläinavusteisuuden toteuttamisesta olisi hyvä kuulla lisää.

### Lähteet

- Beetz, A. (2017). Theories and possible processes of action in animal assisted interventions. *Applied Developmental Science*, 21, 139–149.
- Berry, A., Borgi, M., Francia, N., Alleva, E. & Cirulli, F. (2013). Use of assistance and therapy dogs for children with autism spectrum disorders: A critical review of the current evidence. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 19, 73–80.
- Chitic, V., Rusu, A. S. & Szamoskozi, S. (2012). The effects of animal assisted therapy on communication and social skills: A meta-analysis. *Erdelyi Pszichologiai Szemle*, 13, 1–17.
- Fine, A., O’Callaghan, D., Chandler, C., Schaffer, K., Pichot, T. & Gimeno, J. (2010). Application of animal-assisted interventions in counselling settings: An overview of alternatives. Teoksessa A. Fine (toim.), *Handbook on animal-assisted therapy* (s. 111–165). Elsevier Science & Technology.
- Fredrickson-MacNamara, M. & Butler, K. (2010). Animal selection procedures in animal-assisted interaction programs. Teoksessa A. Fine (toim.), *Handbook on animal-assisted therapy* (s. 111–165). Elsevier Science & Technology.
- Friesen, L. (2010). Exploring animal-assisted programs with children in school and therapeutic contexts. *Early Childhood Education Journal*, 37, 261–267.
- Gee, N.R., Griffin, J.A. & McCardle, P. (2017). Human-animal interaction research in school settings: Current knowledge and future directions. *AERA Open*, 3, 1–9.
- Geist, T. (2011). Conceptual framework for animal assisted therapy. *Child Adolescence Social Work Journal*, 28, 243–256.
- Glenk, L. (2017). Current perspectives on therapy dog welfare in animal-assisted interventions. *Animals*, 7, 1–17.

- Hall, S.S., Gee, N.R. & Mills, D.S. (2018). Children reading to dogs: A systematic review of the literature. *PLOS ONE*, 22, 1–22.
- Hautamäki, L., Ramadan, F., Ranta, P., Haapala, E. & Suomela-Markkanen, T. (2018). *Eläinavusteinen terapia. Katsaus tutkimuskirjallisuuteen ja toimintaan Suomessa*. Kelan tutkimus, Helsinki.
- Hoagwood, K.E., Acri, M., Morrissey, M. & Peth-Pierce, R. (2017). Animal-assisted therapies for youth with or at risk for mental health problems: A systematic review. *Applied Developmental Science*, 21, 1–13.
- Hosey, G. & Melfi, V. (2014). Human-animal interactions, relationships and bonds: a review and analysis of the literature. *International Journal of Comparative Psychology*, 27, 117–142.
- Hu, M., Zhang, P., Leng, M., Li, C. & Chen, L. (2018). Animal-assisted intervention for individuals with cognitive impairment: A meta-analysis of randomized controlled trials and quasi-randomized controlled trials. *Psychiatry Research* 260, 418–427.
- Julius, H., Beetz, A., Kotrschal, K., Turner, D. & Uvnäs-Moberg, K. (2013). *Attachment to pets. An integrative view of human-animal relationships with implications for therapeutic practice*. Hogrefe Publishing, USA.
- Koirat kasvatus ja kuntoutustyössä ry (2018). <http://www.kasvatus-kuntoutuskoirat.fi/kasvatus-jakuntoutustyo/luettu.3.1.2019>.
- La France, C., Garcia, L. & Labreche, J. (2007). The effect of a therapy dog on the communication skills of an adult with aphasia. *Journal of Communication Disorders*, 40, 215–224.
- Macauley, B.L. (2006). Animal-assisted therapy for persons with aphasia: A pilot study. *Journal of Rehabilitation Research & Development*, 43, 357–366.
- Nimer, J. & Lundahl, B. (2007). Animal-assisted therapy: A meta-analysis. *ANTHROZOÖS*, 20, 225–238.
- Odendaal, J.S. (2000). Animal-assisted therapy – magic or medicine? *Journal of Psychosomatic Research*, 49, 275–280.
- O’Haire, M.E. (2013). Animal-assisted intervention for autism spectrum disorder: A systematic literature review. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43, 1606–1622.
- Owenby, B. (2017). The Potential of animal-assisted therapy within the supervisory alliance. *Journal of Creativity in Mental Health*, 12, 146–159.
- Standards of Practice for Animal-Assisted Activities and Therapy. [www.deltasociety.org](http://www.deltasociety.org)
- Stapleton, M. (2016). Effectiveness of Animal Assisted Therapy after brain injury: A bridge to improve outcomes in CRT. *NeuroRehabilitation*, 39, 135–140.
- Zilcha-Mano, S. (2017). Resolution of alliance ruptures: The special case of animal-assisted psychotherapy. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 22, 34–45.
- Yakimicki, M., Edwards, N., Richards, E. & Beck, A. (2019). Animal-assisted intervention and dementia: A systematic review. *Clinical Nursing Research*, 28, 9–29.
- Jutun nostot ovat kokemuskyselyn vapaasta palautteesta poimittuja sekä lapsiasiakkailta tulleita kommentteja.