



# Eläinavusteisuus

Katja Kainulainen

Mukana kaverikoiratoiminnassa 3 vuotta

Ratkaisukeskeinen eläinavusteinen  
valmentaja 2017

Pro gradu 2017: Koira-avusteinen  
interventio aikuissosiaalityön  
kohtaamisten tukena

Sosiaalityöntekijänä töitä  
aikuissosiaalityössä, lastensuojelun  
sosiaalityössä ja lastensuojelun perheen  
jälleenyhdistämisen kehittämis-  
hankkeessa yhteensä 9 vuotta







# KOIRA VOI OLLA TÄRKEÄ YSTÄVÄ TAI MONIPUOLINEN IHMISEN APU



## **Poliisin ja tullin koirat**

Etsintä-, huume ja räjähdekoirat auttavat paikantamaan kadonneita sekä tunnistamaan vaarallisia aineita tehokkaasti.

## **Pelastuskoirat**

Pelastuskoirat etsivät kadonneita ja löytävät loukkaantuneita raunioista nopeasti pelastustöissä.

## **Terveydenhuollon avustajat**

Diabetes-, epilepsia ja allergiakoirat oireiden ennakoinnissa ja vaarojen tunnistamisessa tukevat potilaita arjessa.

## **Arjen tukikoirat**

Opas-, avustaja ja mielenterveys-kuntoutujien tukikoirat helpottavat arkea ja tarjoavat turvaa.

# Muita koirien tärkeitä tehtäviä



**Lumivyöry- ja vesipelastuskoirat**



**Terapia- ja kaverikoirat**



**Home- ja luteiden etsintäkoirat**



**Maatilojen paimennuskoirat**



**Uhanalaisten eläinten jäljitys luonnonsuojelussa**



**Armeijan tal rajavartioloitoksen palveluskoirat**

# Kohtaamiset eläinten ja ihmisten välillä rakentuvat erilaisista lähtökohdista



- ▶ Eläimet eivät murehdi menneisyyttä tai tulevaa; ne elävät tässä hetkessä ja niille on oleellisinta se, miltä elämä tuntuu juuri nyt. (Wirgentius 2014)
- ▶ Eläin ei puhu joten se ei sano loukkaavia asioita, anna neuvoja tai kysy kysymyksiä; sen sijaan sen voi ajatella antavan ihmiselle aikaa omien tunteiden läpikäymiseen (Gavriele-Gold 2011).
- ▶ Eläin ei myöskään arvostelee (Connor & Miller 2000)
- ▶ Eläin voi poistaa ihmisten välisiä ”muureja” ja sitä kautta mahdollista saavuttaa kaikista asioista puhumisen keveys (minä).

# Eläimen synnyttäviä myönteisiä vaikutuksia

- ▶ Stressitasoon liittyvien arvojen laskeminen
  - ▶ Kivunsietokyvyn paraneminen
  - ▶ Aggression vähentyminen
  - ▶ Positiivisen mielialan, empatia kyvyn, oppimisen, stressinsietokyvyn ja luottamuksen lisääntyminen
  - ▶ Verenpaineen ja sydämen sykkeen alentaminen
  - ▶ Fyysinen läheisyys ja lohtu
- (Beetz ym 2012, Wilson & Barker 2003)
- ▶ Eläimet voivat motivoida liikkumaan ja parantaa tätä kautta ihmisen fyysistä ja henkistä hyvinvointia (Johnson & Meadows 2010)
  - ▶ Eläimen koskettaminen tuottaa oksitosiinia, joka vaikuttaa erityisesti halukkuuteen hyväksyä ihmisten välisen vuorovaikutuksen mukanaan tuomat mahdolliset sosiaaliset riskit. (Kosfeld ym 2005)
  - ▶ Rauhoittavat ja tuovat turvaa



## **Psyykinen hyvinvointi**

Eläinten läheisyys rauhoittaa ja auttaa lievittämään stressiä. Kosketus, silittäminen ja yhteinen toiminta vapauttavat hyvän olon hormoneja, mikä vähentää ahdistusta ja parantaa mielialaa. Eläin tarjoaa hyväksyvää läsnäoloa ilman arvostelua, mikä tukee henkistä jaksamista.

## **Fyysinen terveys**

Eläinten kanssa oleminen voi alentaa verenpainetta ja sydämen sykettä. Esimerkiksi koiran ulkoilutus lisää luonnollista päivittäistä liikuntaa ja edistää kuntoa. Eläimiä hyödynnetään myös kuntoutuksessa motivoinnin, tasapainon ja motoristen taitojen tukena.

## **Sosiaaliset vaikutukset**

Eläimet helpottavat vuorovaikutusta ja voivat toimia keskustelun avaajina. Ne lisäävät yhteisöllisyyttä ja voivat vahvistaa sosiaalisia verkostoja. Eläimen seura vähentää yksinäisyyttä ja lisää kokemusta siitä, että joku on läsnä.

# Huomioita eläinavusteisuudesta

## **Tunnetaitojen ja vastuun kehittyminen**

Eläimen hoitaminen opettaa ja luo empatiaa, vastuunkantoa ja pitkäjänteisyyttä. Päivittäiset rutiinit, kuten ruokinta ja ulkoilutus, luovat selkeän rakenteen arkeen. Eläimen onnistunut hoito lisää itsevarmuutta ja antaa positiivisia kokemuksia.

## **Kognitiiviset hyödyt**

Eläinten läsnäolo voi parantaa keskittymiskykyä ja rauhoittaa ylivilkkautta. Eläimet tukevat oppimista esimerkiksi silloin, kun eläin toimii motivoivana tekijänä tehtävissä. Terapia- ja opetustilanteissa eläin voi auttaa lasta tai aikuista suuntaamaan huomionsa ja pysymään tehtävässä.

## **Turvallisuus ja konkreettinen apu**

Monet eläimet, erityisesti koirat, voivat havaita asioita, joita ihminen ei huomaa, kuten hajut tai terveydelliset muutokset. Avustaja-, opas-, kuulo- ja hälytyskoirat auttavat arjen sujuvuudessa ja lisäävät itsenäisyyttä. Turvallisuuskoirat, kuten poliisi- ja pelastuskoirat, tukevat yhteiskunnan turvallisuutta ja auttavat hädässä olevia.



# Eläinavusteinen työskentely/interventio (Animal-assisted intervention AAI)

## ► Eläinavusteinen toiminta (AAA):

► Vapaamuotoisempaa vapaaehtoistoimintaa. Koiran ohjaaja perehdytetään laitosvierailuihin ja toimintaan, joiden tavoitteena on vahvistaa ihmisten hyvinvointia eri keinoin. Esimerkkinä Kennelliiton kaverikoira-toiminta, jossa mukana olevat koirat on aina testattu toimintaan soveltuviksi ja koirien käsittelijät ovat suorittaneet vaaditun kaverikoira-kurssin.

## ► Eläinavusteinen (erityis)opetus (AAP):

► Voi tehdä eläinavusteisuuteen perehtynyt opettaja esimerkiksi kouluissa.

## ► Eläinavusteinen terapia (AAT):

► Keskittyy ihmisen ja eläimen väliseen kohtaamiseen, vuorovaikutukseen ja yhteistoimintaan. Terapeutti.

## ► Eläinavusteinen sosiaalityö (AASW):

► Tavoitteellista ja ihmisten kohtaamiseen keskittyvää työtä, jota voi tehdä sosiaalityön ammattilainen. Ensimmäinen alan oppiala on toteutettu Denverin yliopistossa (Human-animal-environment-interactions certificate).

# Eläinavusteisuuden ”pelisäännöt”

- ▶ Asiakkaan elämän, arjen ja toiminnan tukeminen.
- ▶ Suunnitelmallista, tavoitteellista, dokumentoitua.
- ▶ Asiakas hyväksynyt eläinavusteisuuden ja tietää etukäteen koirasta
- ▶ Työntekijä; ammatillinen täydennyskoulutus eläinavusteisten menetelmien hyödyntämiseen. (Koira-avusteinen kasvatus ja kuntoutus täydennyskoulutus 10 op - Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä & Jyväskylän ammattikorkeakoulu).
- ▶ Hyväkäyttöksinen, peruskoulutettu, asianmukaisesti rokotettu. Pelokasta ja aggressiivista koira ei pidä käyttää työssä. Soveltuvuuskoe (Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry).
- ▶ Ammattihenkilö on vastuussa eläinavusteisuuden turvallisuudesta. (vastuuvakuutus).
- ▶ Koiran hyvinvointi tärkeää.





## Miten olen hyödyntänyt eläinavusteisuutta

- ▶ Huumori, nauru yhdistää aina!
- ▶ Vuorovaikutus eläinkuvien tai -videoitten kautta
- ▶ Koirakorttien kautta keskustellen, kysymyksiä kysyen
- ▶ Koirat mukana lasten ja nuorten tapaamisissa; yhdessä koiran kanssa jotain tehden tai koira rapsutellen, metsälenkit.
- ▶ Etä-palaverit; palavereissa mukanani tiput tai lisko (hoitoneuvottelu)
- ▶ Useamman kerran koirani on ollut henkisenä tukena mm. psykiatrian hoitoneuvotteluissa tai asiakassuunnitelmissa, joihin nuoret eivät olisi tulleet ilman koiran läsnäoloa. Osallisuus omiin asioihin.



Simsalapim,  
olkoon päiväsi  
onnellinen!

► Kiitos kaunis!