

# RATSASTUSTERAPIA AUTISMIKIRJON HÄIRIÖSSÄ TOIMINTAKYKYÄ TUKEMASSA

Aino Koikkalainen

Jonna Murtomäki

Kaisa Rantanen

Opinnäytetyö, kevät 2018

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosionomi (AMK)

## TIIVISTELMÄ

Koikkalainen, Aino, Murtomäki, Jonna, Rantanen & Kaisa. Ratsastusterapia autismikirjon häiriössä toimintakykyä tukemassa. Kevät 2018. 61 s., 3 liitettä. Dia-konia-ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan koulutusohjelma, sosionomi (AMK).

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on ollut selvittää, mitä merkityksiä ratsastusterapialla on autismikirjon häiriöihin. Opinnäytetyön menetelmäksi valikoitui tapaustutkimus, jossa tuodaan esiin yhden henkilön tarina ratsastusterapiassa hyödyntämisestä henkilöllä, jolla on autismikirjon häiriö. Tutkimukseen liittyi vahvasti osallistuneen henkilön henkilökohtaiset tavoitteet ratsastusterapiassa ja niiden tarkastelu. Tapaustutkimukseen valikoitui miespuolinen nuori aikuinen nimeltä Ville, joka käy ratsastusterapiassa kaksi kertaa kuukaudessa. Tutkimuskysymykset olivat seuraavat:

1. Miten ratsastusterapiaa hyödynnetään autismikirjon häiriössä?
2. Kuinka ratsastusterapia tukee Villen toimintakykyä?

Teoria osuudessa kerrotaan yleisesti autismikirjon häiriöstä, vaihtoehtoisista kommunikointimenetelmistä, haastavasta käyttäytymisestä ja Green Care -toiminnasta sekä eläinten hyödyntämisestä terapiatoiminnoissa. Green Care -toiminnan tunnetuin toiminta, on eläinavusteinen toiminta ja ratsastusterapia. Tapaustutkimuksen tukena ja aineiston keruuna hyödynnettiin materiaalia tuoreimmasta palvelutarpeen arvioinnista, ratsastusterapeutin ja Villen omaisten haastatteluista syntyneestä materiaalista sekä henkilön ratsastusterapiassa havainnoista.

Opinnäytetyön tulokset toivat myönteistä palautetta ratsastusterapiasta ja sen merkityksistä autismikirjon häiriöön. Ratsastusterapiassa asetetut henkilökohtaiset tavoitteet täyttyivät ja niitä työstetään koko ajan vahvemmiksi. Ratsastusterapiassa merkitys arjessa näkyy ratsastusterapiassa jälkeen vahvasti. Ratsastusterapiasta saadaan apua fyysisiin ongelmiin, kuten jäykkiin lonkkiin ja ryhtiin. Psykykkisesti Villeä vahvistavia merkityksiä ovat käytöshäiriöiden väheneminen ja rauhoittuminen.

Saatujen tulosten perusteella opinnäytetyön tavoite saavutettiin. Opinnäytetyö toi runsaasti uutta tietoa autismikirjon häiriöihin liittyvistä ajankohtaisista asioista sekä ratsastusterapiassa hyödyntämisestä autismikirjon häiriössä. Tutkimuksesta syntynyt materiaali jäi kuitenkin odotettua vähäisemmäksi, mutta antaa sitä kautta hyvän mahdollisuuden jatkaa tutkimusta aiheesta.

Asiasanat: eläinavusteinen toiminta, ratsastusterapia, autismikirjon häiriö, empiirinen tutkimus, tapaustutkimus

## ABSTRACT

Koikkalainen, Aino, Murtomäki, Jonna & Rantanen, Kaisa. Equine-assisted therapy within the autism spectrum disorder supporting the individual's ability to function. Helsinki, Spring 2018. 61 p. 3 appendices. Diaconia University of Applied Sciences, Degree Programme in Social Services, Bachelor on Social Services.

The purpose of this thesis was to find out the meaning of equine-assisted therapy and what effect this has on the autism spectrum disorder. The thesis is a case study, it describes the journey of one person with an autism disorder and their history of equine-assisted therapy. This study related greatly to the person's personal goals in equine-assisted therapy and their examination. The individual that was a part of this case study was a young adult male named Ville. Ville participated in equine-assisted therapy twice a month. The research questions are the following:

1. How is riding therapy used in regard to an autism spectrum disorder?
2. How does riding therapy support Ville's ability to function?

The theory of this section generally discusses the disorder of autism, alternative communication methods, challenging behaviours, Green Care and the utilisation of animals in therapeutic activities. Green Care's most famous activities are animal-assisted therapy and equine-assisted therapy. To support this case study and data collection, the data was utilised to evaluate the latest service needs, the data from the riding therapist, Ville's parent's interviews and the observation of an individual's equine-assisted therapy.

The results from this thesis gave positive feedback in regard to equine-assisted therapy and its significance for the dysfunction of the autism disorder. The personal goals that were set in equine-assisted therapy are met and being worked on constantly. The success of equine-assisted therapy in everyday life can be seen after the therapy. Equine-assisted therapy helps Ville with physical problems such as stiff hips and body posture. Psychologically, Ville made progress with the reduction and calming of the behavioural disorder.

Subsequently, based on the results that have been obtained the goals of the thesis have been achieved. The thesis brought new information on current issues related to the autism spectrum disorder and the use of riding therapy for the autism spectrum disorder. However, the data gathered by the research remains less than expected, but this does provide an opportunity to continue researching into this.

Keywords: animal-assisted therapy, equine-assisted therapy, autism spectrum disorder, empirical study, case study

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO.....	6
2 AUTISMIKIRJON HÄIRIÖ .....	8
2.1 Autismikirjon häiriöstä yleisesti.....	8
2.2 Vaihtoehtoiset kommunikointimenetelmät.....	10
2.3 Haastava käyttäytyminen .....	13
2.4 YK:n vammaissopimus ja laki vammaispalveluiden järjestämisestä .....	14
3 HOIVAA LUONNOSTA .....	16
3.1 Green Care -toiminta.....	16
3.2 Eläinavusteinen toiminta .....	17
3.3 Ratsastusterapia .....	18
3.3.1 Ratsastusterapeutiksi kouluttautuminen Suomessa .....	21
4 AIEMPIÄ TUTKIMUKSIA.....	23
5 VILLEN TARINA.....	27
5.1 Ville.....	27
5.2 Kommunikaatio.....	28
5.3 Villen haasteita .....	30
5.4 Ratsastusterapia Villen tukena.....	30
6 TUTKIMUSMENETELMÄN KUVAUS .....	32
6.1 Tapaustutkimus .....	32
6.2 Aineiston keruu ja menetelmät .....	33
7 TUTKIMUKSEN KULKU.....	35
7.1 Tutkimuskysymykset .....	35
7.2 Tapaustutkimuksen kulku .....	35
8 TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET.....	40
8.1 Tutkimuksen tulokset.....	40
8.2 Pohdintaa tuloksista ja johtopäätöksistä .....	45
9 POHDINTA JA ARVIOINTI.....	46
9.1 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys.....	46

9.2 Ammatillinen kasvu ja sosionomin (AMK) kompetenssit .....	49
9.3 Kehittämistyö jatkossa.....	50
9.4 Loppusanat.....	50
LÄHTEET .....	52
LIITE 1: Opinnäytetyöhön osallistuminen/suostumus .....	58
LIITE 2: Haastattelurunko ratsastusterapeutille .....	60
LIITE 3: Haastattelurunko omaisille.....	61

## 1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme esittelee toteuttamamme tapaustutkimuksen. Tapaustutkimuksen tarkoituksena ja tavoitteena on ollut selvittää, mitä merkityksiä ratsastusterapialla on autismikirjon häiriöihin tapaustutkimukseen osallistuneen henkilön eli Villen (nimi muutettu) elämässä. Opinnäytetyö tarkastelee aihetta autismikirjon häiriön näkökulmasta ja Villen tavoitteiden toteutumista ratsastusterapiassa.

Teoria osuutemme kattaa runsaasti tietoa, jota haluamme opinnäytetyöllämme välittää. Teoriaosuudessa käsittelemme autismikirjon häiriötä, haastavan käyttäytymisen syitä ja lähtökohtia, erilaisia kommunikaatiokeinoja ja välineitä sekä Green Care –toimintaa, jonka alle pitkälti asettuu eläinavusteiset menetelmät ja ratsastusterapia. Käsittelemme myös aiheeseen johdattavaa ja tärkeää YK:n yleissopimusta vammaisten henkilöiden oikeuksista sekä lakia vammaisen ihmisen palveluiden ja tukitoimien järjestämisestä. Palveluita ja tukitoimia säätelee laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista. Lain tarkoituksena on edistää vammaisten henkilöiden edellytyksiä elää ja toimia muiden kanssa yhdenvertaisesti. (L 3.4 1987/380)

Tarkastelimme lähtökohtaisesti Villelle ratsastusterapiassa asetettuja tavoitteita. Tavoitteisiin kuului muun muassa toiminnanohjauksen lisääminen, liikkuvuuden lisääminen ja haastavaan käyttäytymiseen puuttuminen sekä vaihtoehtoisten kommunikaatiomenetelmien hyödyntäminen osana ratsastusterapiaa. Opinnäytetyön tapaustutkimus tuo näkyvyyttä ratsastusterapian hyödyntämisestä autismikirjon häiriössä. Tutkimuskysymykset toimivat hyvin tavoitetta ja opinnäytetyön tarkoitusta määrittävinä ja rajaavina tekijöinä. Selvitimme, mitä tavoitteita ratsastusterapiassa Villelle on asetettu, ja kuinka Ville on lähtenyt tavoitteitaan kohti, sekä onko tavoitteita jo saavutettu. Tutkimus toteutettiin tapaustutkimuksena, johon liittyi materiaalinkeräys- ja tukitoimena ratsastusterapian havainnointi ja ratsastusterapeutin sekä asiakkaan omaisten eli Villen vanhempien haastattelu.

Ratsastusterapeutin haastattelu toteutui hevostallilla ratsastusterapian yhteydessä kasvotusten. Villen vanhempia haastattelimme sähköpostin välityksellä runsaan välimatkan vuoksi. Havainnoinneista ja haastatteluista saimme runsaasti materiaalia tutkimustamme ja sen toteuttamista varten.

Ville on opinnäytetyömme merkittävimmissä roolissa. Teorian sekä tutkimusmenetelmien esittelyn jälkeen kerromme tarkemmin Villestä. Villen tarina tuo esiin hänen elämäänsä asumisyksikössä, hänen arkeaan sekä ratsastusterapiassa käyntiä ja siihen liittyviä osa-alueita. Ville käy ratsastusterapiassa kaksi kertaa kuukaudessa. Ratsastusterapia on osittain omakustanteista ja osittain Kelan tuella maksettua. Kelan mukaan ratsastusterapia voidaan myöntää lääkinnällisenä kuntoutuksena osana fysio- tai toimintaterapiaa. Perinteisesti ratsastusterapiaa käytetään fyysiseen kuntoutukseen. Joissakin tapauksissa lähettävä taho, esimerkiksi sosiaalitoimisto, maksaa ratsastusterapian. (Hyvätti 2009, 14.) Villelle ratsastus on myös harrastus ja hän nauttii siitä. Ville toimii hyvänä esimerkkinä siitä miten merkittäviä ja myönteisiä vaikutuksia ratsastusterapialla on.

Villen tarinan jälkeen esittelemme tutkimuksen raportin, joka kattaa tutkimuksen tulokset ja pohdinta osuuden. Opinnäytetyömme lopuksi käsitellemme tutkimuksemme liittyvää eettisyyttä ja luotettavuutta, omaa ammatillista kehittymistämme sosionomeiksi (AMK) ja valitsemamme aiheemme kehittämisehdotuksia sekä ideoimme hieman tulevaisuuden tutkimusmahdollisuuksia kyseiseltä aihealueelta.

## 2 AUTISMIKIRJON HÄIRIÖ

### 2.1 Autismikirjon häiriöstä yleisesti

Autismikirjon häiriö on aivoissa oleva neurobiologinen kehityshäiriö. Autismikirjon häiriö vaikuttaa muun muassa siihen, kuinka henkilö viestii ja on vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa. Autismikirjon häiriössä henkilö myös aistii ja kokee ympäröivän maailman usein eri tavalla kuin neurologisesti normaalisti kehittyneet aivot. Autismikirjon häiriöitä on eri tutkimusten mukaan noin 1 %:lla väestöstä. Autismikirjon diagnoosit on WHO:n (World Health Organization 2017) kansainvälisessä tautiluokitusjärjestelmässä (ICD) liitetty laaja-alaisiin kehityshäiriöihin. Autismikirjon diagnooseja on useita. Niitä ovat autismi, Aspergerin oireyhtymä, Rettin oireyhtymä, disintegratiivinen oireyhtymä ja laaja-alainen kehityshäiriö. Autismikirjon diagnosointiin on tullut muutos 2017 – diagnoosi on nimeltään autismikirjon häiriö. Autismikirjon häiriöstä diagnoosin tekee usein moniammatillinen työryhmä. Diagnoosia varten tehdään erilaisia seuloja, arviointiin liittyvää seurantaa ja struktuurisia haastatteluja. Diagnoosinnissa hyödynnetään erilaisia havaintomittareita. Diagnoosia haettaessa huomioidaan myös henkilön kehityshistoria ja kiinnostuksen kohteet. (Autismi- ja aspergerliitto. Autismikirjo.)

Autismikirjon häiriössä on kyse henkilön koko elämänkaaren mittaisesta tilasta, joka johtuu erilaisesta kehityksessä keskushermostossa. Autismikirjon häiriö on hyvin yksilöllinen, ja siitä aiheutuvat toimintarajoitteet ovat hyvin yksilöllisiä ja vaihtelevia. Esimerkiksi osa autismikirjon häiriön henkilöistä pystyy elämään hyvinkin itsenäistä elämää, kun toiset tarvitsevat vahvasti tukea läpi elämänkaaren. (Autismi- ja aspergerliitto. Autismikirjo.) WHO:n mukaan 1 lapsella 160 lapsesta on autismikirjon häiriö. Autismikirjon häiriö tunnistetaan usein varhaisessa lapsuudessa, mutta oireet voivat myös helpottua murrosiässä ja kohti aikuisuutta. (World Health Organization 2017) Autismikirjon häiriö ilmenee usein jo ennen kolmen vuoden ikää. Usein vanhemmat saattavat huomata ongelmia lapsen ke-



hityksessä kuitenkin jo vauvaiästä alkaen. On myös mahdollista, että lapsen varhaisessa kehityksessä ei huomata mitään poikkeavaa. Autismikirjon häiriöön korjaavaa lääkettä ei ole, mutta siihen pystytään vaikuttamaan erilaisilla spesifeillä käyttäytymis- ja puheterapeuttisilla menetelmillä, joiden tarkoituksena on kehittää viestintäkykyä ja sosiaalisia taitoja. (DUODECIM Terveyskirjasto. Autismi. 2016.)

Autismikirjon häiriössä on näkyviä ja tunnistettavia piirteitä. Nämä piirteet voivat liittyä aistisäätelyyn ja siihen liittyviin erityispiirteisiin, kuten yli- ja aliherkkyksiin liittyen ääniin, valoihin, kosketukseen, hajuihin, makuihin tai väreihin. Autismikirjon häiriön henkilöitä yhdistää usein erityisesti stressiherkkyys. Tyypillistä autismikirjossa ovat kuitenkin esiin tulevat vahvuudet. Vahvuudet voivat esimerkiksi liittyä yksityiskohtien havaitsemiseen ja erinomaiseen keskittymiskykyyn, joka kohdistuu henkilön erityisiin mielenkiinnon kohteisiin, sekä hyvään oikeudentajuun. (Autismi- ja aspergerliitto. Autismikirjo.)

Ensimmäisiä merkkejä autismikirjon häiriöstä on usein se, että lapsi ei opi ottamaan kontaktia aikuiseen normaalilla tavalla eikä lapsi pyri hakemaan katsekontaktia. Lapsi ei lähde mukaan lepertelyyn, eikä ääntelyyn. Näkyvin merkki voi olla eleiden puuttuminen. Usein myös puheen ja kielen sekä sosiaalinen ja kognitiivinen kehitys viivästyvät. Lapsen on myös vaikea oppia leikkimisen taitoja ja sen osana olevaa ja tulevaa sosiaalisuutta. (Alho-Näveri ym. 2011, 11.) Leikki on usein myös hyvin rajoittunutta. (Mattila 2014, 24.) Osa autismikirjon häiriön lapsista puhuu paljon, mutta puhetta ei käytetä sen sosiaalisessa merkityksessä eli sosiaalisiin kanssakäymisiin toisten ihmisten kanssa. Autismikirjon häiriön lapsi ei hahmota, mihin puhetta käytetään, ja puhe saattaa olla irrallista. Osa autismikirjon häiriön lapsista ei omaksu puhetta juuri ollenkaan. Nykyään käyttäytymisterapeuttisella varhaiskuntouksella 85 – 90 % autismikirjon häiriön lapsista oppii puhumaan ja käyttämään puhetta ensisijaisena kommunikointikeinona. (Alho-Näveri ym. 2011, 11.)

Lähdettäessä suunnittelemaan vaihtoehtoista kommunikaation keinoa autismikirjon häiriön henkilölle, on tärkeää seurata, miten hän kommunikoi luontaisesti, missä tilanteissa kommunikaatio tapahtuu, ja mikä on sen tarkoitus. Kommunikaation muotoja voivat olla muun muassa motorinen kommunikaatio, esine- tai kuvakommunikaatio, viittomat sekä myös puhuttu ja kirjoitettu kommunikaatio.

Kommunikaatiota arvioitaessa on myös tärkeää huomioida, kenen kanssa kommunikaatio tapahtuu. Usein kommunikaation tarkoituksena on halu pyytää jotakin, huomion hakeminen, kommentoiminen tai asiasta kieltäytyminen. Edellä mainitut kommunikaation tarkoitukset ovat usein helpompia autismikirjon häiriön henkilölle, joka kommunikoi pelkästään näköaistin avulla eli visuaalisesti. Autismikirjon häiriön henkilölle vaikeampia kommunikaation tarkoituksia ovat muun muassa tunneilmaisut, kysyminen, tiedon antaminen sekä kielen käyttö sosiaalisissa tilanteissa. (Kerola & Sipilä 2007, 29.)

## 2.2 Vaihtoehtoiset kommunikointimenetelmät

Kommunikointimenetelmät jaetaan kahteen ryhmään: avusteiseen kommunikointiin ja ei-avusteiseen kommunikointiin. Avusteisella kommunikoinnilla tarkoitetaan kommunikointikeinoja, joissa kielellinen ilmaisu on fyysisesti käyttäjästä erillään, ja käytettävät merkit valitaan. Tällainen keino on esimerkiksi kuvakommunikaatio ja siinä käytettävät apuvälineet, kuten erilaiset kuvakommunikaatiokansiot. Mutta myös esinekommunikaatio kuuluu tähän ryhmään. Ei-avusteisella kommunikaatiolla tarkoitetaan sellaisia kommunikaation keinoja, joissa henkilö tuottaa kielellistä ilmaisua itse. Tällaisia kommunikaatiokeinoja ovat esimerkiksi tukiviittomat ja eleillä kommunikointi. (Huuhtanen 2011, 15.)

On olemassa myös graafisilla merkeillä tapahtuvaa kommunikaatiota. Graafisilla merkeillä kommunikointia harjoiteltaessa on liikkeelle lähdettävä aina puhevammaisen henkilön omista tarpeista, koska esimerkkien kautta opitut kuvat tuottavat parhaan tuloksen graafiseen kommunikointiin. Aina, kun on mahdollista, tulisi puhevammaisen henkilö ottaa mukaan kuvien ja kuvakansioiden suunnitteluun. Valmiita kommunikaatiotauluja ei tulisi käyttää kuin vain hätätilanteessa. Jokaiselle tulisi luoda omiin tarpeisiin pohjautuva kommunikaatiotaulu. Kommunikaatiotauluja tulee myös päivittää, jotta ne pysyvät ajantasaisina ja vastaavat puhevammaisen henkilön tarpeita. (Huuhtanen 2011, 50.)

Vaihtoehtoisella kommunikaatiomenetelmällä tarkoitetaan viestintää, jossa käytetään tukiviittomia, kuvia tai blisskieltä. Blisskielellä tarkoitetaan graafista kieltä, jossa käsitteet ja kieliopilliset muodot ilmaistaan bliss-symboleilla. Kuvilla ja bliss-symboleilla kommunikoitaessa apuvälineenä voi toimia muun muassa kommunikaatiokansio tai -taulu. Myös puhelaitteet ja erilaiset kommunikaatio-ohjelmat ovat hyviä kommunikaation apuvälineitä. (Papunet. Puhetta korvaava kommunikointi. Puhetta korvaava kommunikointi eli ACC. 2017.)

Kuvakommunikoinnista puhutaan, kun puheen ja sanattoman viestin rinnalla käytetään asiaa kuvaavia kuvasympoleita. Kuvalla voidaan myös viitata asiaan, jota ei pystytä sanallisesti tai sanattomasti ilmaisemaan. Kuva auttaa ymmärtämään asian paremmin, kuin pelkästään puhuttu tai kirjoitettu asia. Puhevammaisen voi käyttää kuvia kommunikoidessaan silloin, kun hän ymmärtää mitä mikäkin kuva tarkoittaa ja silloin, kun hän ymmärtää esittävän kuvan yhteyden. Puhevammaisen henkilö tarvitsee kokemuksen siitä, että kuvalla on mahdollista viitata kuvaa esittävään asiaan. Kuvien avulla voidaan myös keskustella, mutta keskustelu vaatii keskustelukumppanilta tarkentavia kysymyksiä sekä kuvan muuttamista sanalliseksi viestiksi. Kuvien muuttaminen sanallisiksi viesteiksi auttaa varmistamaan sen, että kuva on tulkittu oikein ja siinä muodossa, jossa puhevammaisen on sen tarkoittanut. Kuvat ovat hyvä apuväline kommunikoinnissa, mutta niiden käyttö vaatii harjoittelua luonnollisissa kommunikaatiotilanteissa. Erityisen tärkeää on puhevammaisen henkilön lähi-ihmisten näyttämä esimerkki kuvien käytöstä. Lähi-ihmisen malli ja kuvien jatkuva käyttö kommunikaatiotilanteissa on yhtä tärkeää kuin puheen kuuleminen henkilölle, joka opettelee puhumaan. Kuvakommunikaatiota käytettäessä täytyy kuitenkin huomioida, että kommunikointi ei ole yhtä tarkkaa eikä sillä saavuteta samanlaista kerronnan vapautta, kuin puheella, viittomakielellä tai blisskielellä voidaan saavuttaa. Silti kuvat mahdollistavat puhevammaisen henkilön viestin välittämisen, vaikka kielellisissä taidoissa olisi suuriakin puutteita. Jotta kuvakommunikaatio saadaan onnistumaan, ja sitä on helppo käyttää arjessa, tarvitaan sen toteutukseen apuvälineitä. Tällaisia apuvälineitä ovat esimerkiksi erilaiset kommunikaatiotaulut, kommunikaatiokansiot ja puhelaitteet sekä erilaiset kommunikointiohjelmat. (Papunet. Puhetta korvaava kommunikointi. Kuvat kommunikoinnissa 2017)

Tukiviittomat ovat samoja viittomia, kuin mitä käytetään viittomakielessä, mutta niitä käytetään puheen rinnalla ja täydentämässä puhetta. Tukiviittomat soveltuvat käytettäväksi parhaiten jo varhaisessa vaiheessa, kun niitä käytetään erilaisissa puheen ja kielenkehityksen häiriöissä. Tukiviittomia tulisi käyttää kommunikoinnissa heti, kun on huomattu, että puheen kehityksessä on viivästymistä. Tukiviittomat voivat jäädä myös pysyvään käyttöön kommunikoinnissa, jos puheen ja kielenkehityksen häiriöt ovat erityisen laajat. Tukiviittomien oppiminen tapahtuu mallioppimisena samaan tapaan kuin puheen tai muun kommunikointikeinon oppiminen ja omaksuminen. Viittova ympäristö onkin erityisen tärkeä tukiviittomia opetellessa. Tällä tarkoitetaan henkilöitä, jotka kommunikoivat viittomia tarvitsevan henkilön kanssa. Tukiviittomat mahdollistavat kommunikoinnin ja lisäävät mahdollisuutta sosiaalisen kanssakäymiseen silloin, kun puhe ei ole kommunikointikeinona mahdollinen. Viittomat kehittävät myös erilaisia ilmaisukeinoja ja auttavat kielellistä kehittymistä. Viittomien käyttö auttaa myös motoriikan kehittämisessä ja tukee puheessa tarvittavia tahdonalaisten liikkeiden kehittymistä. Viittomien käytön edellytyksenä on, että henkilö pystyy tulkitsemaan, havaitsemaan, tuottamaan itse liikettä ylävartalollaan, hallitsemaan yläraajojen liikkeitä ja asentoa. (Papunet. Puhetta korvaava kommunikointi. Tukiviittomat. 2017)

Kommunikoinnin apuvälineinä käytetään usein myös erilaisia kommunikointiohjelmiä. Kommunikointiohjelmiä voidaan asentaa tietokoneelle, tabletille sekä joihinkin älypuhelimiin. Ohjelmien avulla pystytään rakentamaan laaja kommunikaatiosanasto henkilölle, jolla on monipuolisia kommunikoinnin tarpeita. Sanasto voidaan luoda niin kuvilla, bliss-symboleilla, kuin lauselistoina. Ohjelmaan syöteyt kuvat kuullaan usein puhesynteesin lukemina, ja ohjelmiin sisältyy ruutunäppäimistöohjelma, jonka avulla kommunikoinnissa mukana oleva henkilö voi kirjoittaa oman viestinsä laitteelle. Ohjelman käyttöönotto edellyttää, että henkilö kommunikoi kuvilla, bliss-symboleilla tai kirjoittamalla sekä oppii selaamaan ohjelmaan rakennettuja sanastoja. Henkilön on myös osattava selata kommunikointiohjelmaa joko hiirellä, katseohjauksella, askellustoiminnolla tai kosketusnäytöllä. Henkilöllä täytyy olla myös nimettynä henkilö, joka vastaa laitteen toimintakunnosta ja huolloista. Kommunikaatio-ohjelman ja kommunikaation keinon valinta apuvälineeksi perustuu aina puheterapeutin tekemään arvioon. (Papunet. Apuvälineet. Kommunikointiohjelma. 2017)

### 2.3 Haastava käyttäytyminen

Usein esimerkiksi kommunikointiin liittyvät haasteet voivat synnyttää ihmisessä turhautumista ja näin ollen synnyttää haasteita ihmisen käyttäytymisessä. (Jokimäki, Laitinen & Salo 2011, 6.) Haastava käytös kertoo usein siitä, että henkilö yrittää ilmaista käyttäytymisellään jotain, haastaa ympäristöään tai toista henkilöä ja niitä, jotka kohtaavat haastavaa käyttäytymistä. Haastava käyttäytyminen on aina viesti siitä, ettei kyseinen henkilö ole löytänyt sosiaalisesti hyväksyttävää muotoa, kuten sanallista tai muuta tapaa kommunikoida. Haastavan käyttäytymisen ymmärtäminen on ensimmäinen askel normaaliin, inhimilliseen kanssakäymiseen ja vuorovaikutukseen. Aikuisen ja puhekykyisen ihmisen haaste on nähdä käytöksen taakse ja selvittää syy, mistä se johtuu. (Vernerinet. Kehitysvammaisuus. Mielensterveys.)

Mikä on haastavaa käyttäytymistä? Haastavasta käyttäytymisestä voidaan puhua silloin, kun käytös poikkeaa siitä, kuinka on totuttu ihmisten käyttäytyvän. (Kerola & Sipilä 2007, 13.) Haastava käyttäytyminen määritellään käyttäytymisenä, joka poikkeaa huomattavan paljon ympäröivän yhteiskunnan kulttuurille ominaisista käyttäytymismalleista ja normeista. Käytös aiheuttaa usein haittaa ihmiselle itselleen tai ympäristölleen. Haastava käyttäytyminen määritellään huomioiden, kenelle kyseinen käyttäytyminen on ongelma. Kyseiselle käyttäytymiselle syyt voivat johtua esimerkiksi stressiin liittyvistä asioista, kuten vaikeudesta muodostaa kokonaisuuksia erillisistä yksityiskohdista, vaikeudesta ymmärtää asiayhteyksiä, syy- ja seuraussuhteita, seksuaalisista ongelmista, vaikeudesta tulla ymmärretyksi, liian suurista tai pienistä vaatimuksista, struktuurin puutteesta, aistitoimintoihin liittyvistä erityisyyksistä ja monista muista erilaisista tekijöistä. Haastavan käyttäytymisen taustalla on aina syy. Haastava käyttäytyminen ei tapahdu ilman syytä. (Male, 2014.)

Belgialainen autismikouluttaja Theo Peeteers kuvaa haastavaa käyttäytymistä jäävuorimallin avulla. Peeteersin mukaan haastavasti käyttäytyvä ihminen pyrkii aina kertomaan jotain. Jäävuorimalli perinteisesti näyttää vain huipun jäävuor-

resta ja vedenpinnan alapuolelle jää kaikki se, mitä ei saa sanottua tai ilmaistua. Tästä seuraa se, että ihminen ilmaisee asiat esimerkiksi haastavan käyttäytymisen muodossa. Näitä pinnan alle jääviä asioita ovat Peeteersin mukaan muun muassa väsymys, kipu tai sairaus, kehitysvaihe, opitut huonot toimintamallit, struktuurin puute, kommunikointiin liittyvät ongelmat ja poikkeavat aistikokemukset eri aistialueilla (näkö, kuulo, maku, tunto-, liike- ja sisäiset aistimukset). Peeteersin mukaan jäävuorimalli sopii hyvin haastavan käyttäytymisen kuvaamiseen, koska haastava käyttäytyminen on todella valtavaa ja vaikuttavaa. Se kuuluu johonkin isompaan ja näkymättömään kokonaisuuteen. Peeteersiin viitaten, kun haastavaa käyttäytymistä halutaan vähentää, on nähtävä syvemmälle. On ymmärrettävä haastavasti käyttäytyvän ihmisen syytaustaa ja vaikuttava siihen. (Kerola & Sipilä 2007, 28–29.)

#### 2.4 YK:n vammaissopimus ja laki vammaispalveluiden järjestämisestä

YK:n yleissopimus vammaisten henkilöiden oikeuksista perustuu ihmisoikeussopimukseen, jonka tarkoituksena on mahdollistaa jokaiselle ihmiselle vammasta huolimatta tasa-arvoinen elämä, ilman syrjintää. Yleissopimus vammaisten henkilöiden oikeuksista on ensimmäinen suurin ja kattavin ihmisoikeussopimus, joka on kirjoitettu 2000-luvulla. Kansainvälisesti sopimus on tullut voimaan toukuussa 2008. Sopimukseen liittyvää valinnaista pöytäkirjaa on allekirjoitettu huomattavasti vähemmän kuin itse sopimusta. Suomi on kuitenkin allekirjoittanut sekä yleissopimuksen vammaisten oikeuksista, että valinnaisen pöytäkirjan vuonna 2007. Eduskunta hyväksyi vammaisyleissopimuksen ratifiointia koskevan hallituksen esityksen maaliskuussa 2015. Ennen sopimuksen hyväksymistä eduskunta varmistui, että sopimuksen kohdat täyttyvät, ja että vammaisia henkilöitä kohdellaan yhdenvertaisesti muiden kanssa ja että he eivät joudu laittoman tai mielivaltaisen vapaudenriiston kohteeksi, eikä vammaisuus saa missään kohdalla johtaa vapaudenriistoon. Sopimuksen myötä ihmisoikeudellinen näkemys laajenee koskemaan myös uusia alueita, joita aikaisemmin on pidetty harkinnanvaraisina.

Uutena sopimuksessa on kohta, jossa käsitellään elämistä yhteisön jäsenenä sekä asumista mahdollisimman itsenäisesti. Sopimuksessa todetaan muun muassa, että vammaisilla henkilöillä on oikeus valita, missä ja kenen kanssa asuu. YK:n sopimus on näin ollen tärkeä muutoksen väline, jonka kautta asenteet ja lähestymistavat vammaisiin henkilöihin muuttuvat. Aikaisemmin vammaiset henkilöt ovat olleet hyväntekeväisyyden sekä lääketieteellisen hoidon kohteita, joilla ei ole omaa päätäntävaltaa elämästään. Sopimus vahvistaa sitä näkemystä, että vammaiset henkilöt ovat oman elämänsä haltijoita, ja heillä on oikeus vaatia ja tehdä omaa elämäänsä koskevia päätöksiä vapaasti, ja että he ovat näin osana yhteiskuntaa. Sopimuksen pääperiaatteita ovat vammaisten henkilöiden synnynäinen tasa-arvo, oikeus ja vapaus tehdä omat valintansa, syrjimättömyys, täysimääräinen osallistuminen yhteiskunnan jäsenenä, esteettömyys ja saavutettavuus, miesten- ja naisten välinen tasa-arvo, vammaisten lasten kehittyvien kykyjen kunnioittaminen sekä oikeus säilyttää oma identiteettinsä. (YK-liitto 2015.)

YK:n vammaissopimusta tukee myös laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista (L 3.4.1987/380). Lain tarkoitus on taata vammaiselle henkilölle tasavertaiset mahdollisuudet toimia yhteiskunnan jäsenenä sekä ehkäistä vammaisuudesta johtuvia haittoja ja esteitä. Vammaisesta henkilöstä voidaan puhua silloin, kun henkilöllä on vammasta tai sairaudesta johtuen vaikeuksia suoriutua tavanomaisista elämän toiminnoista. Laissa on myös määritelty kunnan vastuut vammaisille henkilöille tarkoitettujen palveluiden toteuttamisesta, niin kuin kunnassa esiintyvä tarve on. Kunnan on järjestettävä vammaiselle henkilölle päivä- ja työtoimintaa, joka tapahtuu kodin ulkopuolella sekä asuminen sellaisessa muodossa, joka ei aiheuta haittaa ja esteitä vammaiselle henkilölle, sekä kuljetuspalvelua. Kunnan on otettava myös huomioon, että sen järjestämät palvelut sopivat myös vammaisille henkilöille. Vammaisella henkilöllä on myös oikeus henkilökohtaiseen apuun niin harrastuksissa kuin päivä- ja työtoiminnassa. Myös koulunkäyntiin on mahdollista saada henkilökohtaista apua.

### 3 HOIVAA LUONNOSTA

#### 3.1 Green Care -toiminta

Green Care on kehitetty Yhdysvalloissa psykologisen teorian ja käytännön haaran, jossa ihminen nähdään osana luontoa. Näin ollen ihmisen ja luonnon hyvinvointi tai pahoinvointi ovat yhteydessä toisiinsa. Sen tarkoitus on ehkäistä ihmisen vieraantumista luonnosta. Green Care pyrkii myös edistämään kestävästä kehitystä. (Green Care Finland. Menetelmät.) Green Care -toimintaan kuuluu erityäin vahvasti luonto. Luontoympäristö kehittää motorisia taitoja, sosiaalista- ja kognitiivista kehitystä. (Suomi, Juusola & Anundi 2016, 98.) Toimintaa käytetään sosiaalialalla ja terveystalalla hyvinvoinnin tukena. Tarkoituksena on edistää terveyttä ja hyvinvointia. Asiakkaan tarpeet määrittelevät toiminnan tavoitteet ja intensiteetin.

Suomessa tunnetuinta Green Care -toimintaa on eläinavusteinen toiminta ja ratsastusterapia. Tavoitetaso valitaan sen mukaan, mikä terapia tai toimintamuoto on kyseessä. Esimerkiksi onko se kuntouttavaa, parantavaa, voimaannuttavaa tai pyritäänkö sillä ennaltaehkäisyyn. Palvelun tuottaja voi olla julkinen, yksityinen yritys, järjestö tai yhdistys. Palveluja voidaan myös tuottaa kolmannella sektorilla. Suurin osa asiakkaista tulee kuitenkin julkisen sektorin kautta. Sosiaalialalla ja terveystalalla vaikuttavat monet lait, joten samat lait pätevät sellaisenaan Green Care -toiminnassa. (Soini, Ilmarinen, Yli-Viikari & Kirveenummi 2011, 320–330.) Green Care -menetelmiä käytetään pitkäjänteisesti, tavoitteellisesti ja vastuullisesti. Toiminnalle on myös laadittu eettiset ohjeet. Eettisyyden perusteihin kuuluu esimerkiksi teemana luontosuhde, ammatillisuus ja asiakassuhde sekä näiden alle alaotsikoita. (Green Care Finland. Menetelmät.)

Tutkimukset ovat osoittaneet eläinten pelkän läsnäolon saavan aikaan ihmisissä rauhoittavia vaikutuksia. Eläimen kosketuksesta saadaan lohtua ja tukea. Rauhoittumista tukee eläinsuhteiden luotettavuus ja lohtu sekä läheisyys, jotka ovat



saatavilla lähes aina. Kommunikointi ihmisen ja eläimen välisessä suhteessa tapahtuu usein kehonkielellä. Kehonkieli on sanallista kommunikaatiota aidompaa ja suurempaa. Eläin ei myöskään arvioi eikä luokittele ihmistä hänen ulkonäkönsä tai sosiaalisen aseman mukaan. Eläimille läsnäolo on luontevaa. Eläimet rytmittävät päivää perustarpeilla, kuten ravinnolla, liikunnalla ja levolla, ja nämä ovat myös ihmisen perustarpeita. Ainoastaan terve ja hyvinvoiva eläin voi olla mukana terapiatoiminnassa. (Green Care Finland. Menetelmät.)

### 3.2 Eläinavusteinen toiminta

Eläimiä on jo kautta aikojen hyödynnetty ihmisten arkisissa toiminnoissa. Koirilla on ollut useita erilaisia rooleja esimerkiksi apuna poronhoidossa, vartioinnissa, metsästyksessä, kalastuksessa ja ihmisen ystävänä. Koiria hyödynnetään myös opaskoirina apua tarvitseville ihmisille esimerkiksi näkövammaisen opaskoira. Jopa kiistellyn keskustelun aiheena on ollut myös ihmisen ja eläimen välinen suhde. Aiheesta on tehty kuitenkin lukuisia tutkimuksia, ja Yhdysvalloissa toteutettu tapaustutkimus on osoittanut, että ihmisen ja eläimen välinen suhde tuottaa usein myönteisiä terveysvaikutuksia ja toveruutta. Näitä terveysvaikutuksia ovat muun muassa toveruuden edistäminen ja sen kautta yksinäisyyden väheneminen. (Fine & Beck 2010, 3.)

Eläinavusteinen toiminta antaa mahdollisuuden motivointiin, kasvatuksellisiin- ja hoidollisiin toimiin. Eläinavusteisella toiminnalla lisätään myös ihmisen hyvinvointia. Toiminnan ohjaaja voi olla ammattilainen, joka on saanut koulutuksen tai hän voi olla vapaaehtoinen työntekijä, joka ei ole sosiaalialan tai terveysalan ammattilainen. (Ikäheimo 2013, 1.) Ihmisten kulttuuri ja perimä on siirtynyt eteenpäin kuvien ja kertomusten avulla. Kuvia ja tarinoita on käytetty helpottamaan yhteisöjen elämää sekä selviytymään elämän kiertokulussa eteenpäin. Kehityshistoriasta löytyykin eläimistä tehtyjä kuvia ja veistoksia. Myös nykyaikana eläimillä on suuri merkitys. Ne tyydyttävät ihmisten perustarpeita olla lähellä luontoa, joka on

ihmisen alkuperäinen olotila. Eläinten avulla voidaan auttaa mahdollistamaan sosiaalisia vuorovaikutuksia ja niiden syntymistä. (Ikäheimo 2013, 91.) Usein eläimen kosketus merkitsee rakkautta ja turvallisuutta. Eläimen hyödyntäminen eri toiminnoissa ja terapiassa vahvistaa asiakkaan ja ohjaajan tai terapeutin aktiivista ja tasa-arvoista vuorovaikutusta. Eläin mahdollistaa asioiden kuvaamista, jolle ei ole olemassa sanoja tai merkitykset ovat vasta syntymässä. Turvallisuuden tunteen kokemiseen vaikuttavat aika, tapaamisten toistuva rakenne sekä selkeys. (Ikäheimo 2013, 95.)

### 3.3 Ratsastusterapia

Ratsastusterapia on saapunut Suomeen vasta 1980-luvulla, vaikka sitä on käytetty muualla maailmassa jo toisesta maailmansodasta asti (Somppi 2014, 12–13). Ratsastusterapiaa toteutetaan koulutetun ratsastusterapeutin ja terapiahevososen kanssa yhdessä. Ratsastusterapian taustalla on yksilöllinen suunnitelma sekä tavoite. Koulutetulla terapeutilla tulee olla ammattitaitoa ohjata sekä taitoa havainnoida ihmisen sekä hevosen välillä tapahtuvaa liikettä sekä vuorovaikutusta niin, että se tukee ja auttaa asiakkaan tavoitteiden saavuttamista. Ratsastusterapiassa asiakkaalle asetetaan yksilölliset tavoitteet, joilla voidaan tavoitella kehitystä esimerkiksi motorisiin, toiminnallisiin, pedagogisiin- tai psykologisiin haasteisiin. Ratsastusterapia opettaa oman kehon toimintaa sekä mielen ja käyttäytymisen hallintaa. Ratsastuksella, hevosen olemuksella ja liikkeellä on kattavat vaikutukset ihmiseen. Hevosen lämpö ja liike saa aikaan fysiologisesti rentouttavan olon ja hevosen kanssa toimiminen on usein motivoiva kokemus, joka on hyvä edellytys esimerkiksi asiakkaan kuntoutusprosessille. Hevosen liikkeet vaikuttavat ihmiseen eri aistijärjestelmien kautta ja lisäävät usein tietoisuutta omasta kehosta ja edistävät kehonhallintaa. Hevostalli on myös ympäristönä aisteja monipuolisesti aktivoiva ympäristö. (Suomen Ratsastusterapeutit ry. Ratsastusterapia.) Ratsastusterapia on osa Green Care -menetelmiä. Ratsastusterapia on toiminnallista terapiaa, jonka vahvuus on ei-kielellinen kommunikointi. Ei-kie-

lellisellä kommunikoinnilla tarkoitetaan puheetonta kommunikointia. Kommunikointi hevosen kanssa on aistitoimintojen, erityisesti kosketus- ja liikeaistin kautta tapahtuvaa kommunikointia – ei-kielillisestä kommunikoinnista hyvä esimerkki.

Ratsastusterapiahevonen on voimakas motivoija, joka toimii positiivisena vahvistajana ihmiselle. (Törmälehto 2011, 336–337.) Hevonen hyväksyy myös epäonnistumiset ja motivoi yrittämään uudestaan. Ratsastusterapia antaa mahdollisuuden vahvistaa myönteisiä oppimiskokemuksia. Myös ympäröivä luonto on voimaannuttava elementti asiakkaalle. Näiden avulla voidaan saada aikaiseksi monen tasoista osaamista sekä oppimista. Uusien taitojen kautta voidaan mahdollistaa positiivisia muutoksia esimerkiksi asiakkaan käyttäytymisessä. (Ikäheimo 2013, 164-165.) Ratsastusterapiassa opittuja taitoja pyritään siirtämään asiakkaan jokapäiväiseen elämään. Tarvittaessa terapiassa voidaan käyttää vaihtoehtoisia kommunikoinnin muotoja esimerkiksi viittomakieltä, toimintatauluja ja erilaisia kuvia. (Huuhtanen 2011, 62.)

Ratsastusterapiaa ohjaavan ratsastusterapeutin tulee osata toimia erilaisten asiakkaiden kanssa ja asetettujen tavoitteiden mukaisesti. Ratsastusterapeutti edustaa turvallista aikuista, joka tietää mitä tekee ja toimii tavoitteellisesti. Pienet ja konkreettiset asiat vaikuttavat turvallisuuden tunteeseen, kuten esimerkiksi talvella lämpimän juoman tarjoaminen ratsastuksen jälkeen voi lisätä turvallisuuden tunnetta sekä luottamuksen vahvistumista asiakkaan ja terapeutin välille. Ratsastusterapia on yksinkertaista ja aitoa kokemusta, jota koetaan niin psyykkisesti kuin fyysisesti. Terapiahevosen kanssa voi kokea turvallista läheisyyttä. Hevosen selässä lepääminen tai sen sylissä oleminen antaa kokemusta hoivasta, toimii usein eheyttävänä kokemuksena ja tuo yhdessäolon tunnetta. (Ikäheimo 2013, 159–160.)

Ratsastusterapian käyttöä voidaan perustella monipuolisesti esimerkiksi autismikirjon häiriöiden tukena ja myös kuntoutuksessa. Esimerkkejä arjen tukemiseen voidaan perustella sillä, että ratsastusterapia sopii kaikenikäisille, se vaikuttaa myönteisesti sosiaaliseen vuorovaikutukseen sekä liiketerapeuttisen ja aistitietojen yhdistämiseen. Ratsastusterapialla voidaan myös vahvistaa tunne-elämää.

Terapian tavoitteet ja toteutus suunnitellaan jokaiselle yksilöllisten tarpeiden mukaan. Suunnitelmallisuus mahdollistaa ratsastusterapiaan osallistuvan henkilön omien haasteiden kohtaamisen ja niihin vaikuttamisen. (Suomen Ratsastusterapeutit ry.) Vuorovaikutussuhde hevosen kanssa ei tarvitse kielellistä kommunikatiota, joka voi olla ratsastusterapiaan osallistuvalla henkilöllä myös este toisenlaisissa terapiamuodoissa. Kommunikointi tapahtuu tällöin lähes kokonaan aistitoimintojen, erityisesti kosketus- ja liikeaistimusten kautta. Hevosen kanssa välittyy kosketuksen ja läheisyyden kokemuksia. Oletuksena on, että hevonen tarjoaa myönteisiä kokemuksia ja lisää myös asiakkaan pyrkimistä kontaktiin. Myönteinen vuorovaikutus antaa positiivisia kokemuksia, ja siten se saattaa lisätä kontaktia läsnä oleviin ihmisiin. Esimerkkinä tästä käytämme autismikirjon häiriötä. Usein autismikirjon asiakas välttää fyysistä kontaktia toisiin ihmisiin, kuten omiin vanhempiinsa, mutta sietää paremmin fyysisen ja läheisen kosketuksen hevosen kanssa. Autismikirjon häiriöön liittyy muun muassa kosketusyliherkkyttä, jota pyritään siedättämään esimerkiksi hevosta silittämällä, taputtamalla, harjaamalla ja syöttämällä. Opittu läheisyys hevosen kanssa voi lisätä ja opettaa halua kokea läheisyyttä toisen ihmisen kanssa. (Törmälehto 2011, 335–336.)

Hevosen avulla pystytään käsittelemään myös tunnetiloja. Ratsastuksen aikana opitaan tulkitsemaan ja havainnoimaan erilaisia tunnetiloja. Ratsastusterapian aikana voidaan samalla oppia ymmärtämään, miten tunteet näkyvät eleissä, ilmeissä ja koko kehossa. Tämä auttaa ymmärtämään tunteiden ja ajatusten vaikutusta käyttäytymiseen. Ratsastusterapiassa opitaan myös uusia tapoja ilmaista tunteita ja tulemaan toimeen omien tunteiden sekä tuntemusten kanssa. Hevonen haastaa näihin tilanteisiin loistavasti. Tietoisuus omasta kehosta liittyy kiinteästi tietoisuuteen omasta mielestä. Ratsastusterapiassa saadut onnistumiset vahvistavat minäkuvaa ja itsetuntoa. Keskittymiskykyä ja itsehillintää vahvistetaan myös ratsastusterapian aikana. (Palola. Ratsastusterapia Leni Palola. Ratsastusterapia käytännössä.)

Ratsastusterapia kehittää hyvin motoriikkaa ja istunta hevosen selässä harjoittaa vartalonhallintaa sekä tasapainoa. Liikkuva hevonen tarvitsee ratsastajalta aktiivista reagointia. Liikkeet mobilisoivat etenkin lantiotta, selkärankaa ja lonkkia. He-

vosen tasainen käynti vaikuttaa lihasjänteveyteen ja kohottaa vartalon jänte-  
vyyttä. Ratsastusterapialla pystytään vaikuttamaan myös hengitykseen ja pu-  
heen tuottamiseen hevosien liikkeiden tahdittaessa. Hevosien rytmikkyys voi näin  
ollen tuoda apua puheen tuottamisessa. Toiminta hevosen kanssa antaa mah-  
dollisuuden monipuolisiin ja haastaviin vuorovaikutustilanteisiin, jotka kehittävät  
tunne-elämää ja aitoa sekä rehellistä kommunikaatiota. (Ratamaa 2008) Opin-  
näytetyössämme nousee vahvasti esiin autismikirjon häiriö. Autismikirjon häiri-  
össä saattaa esiintyä niin sanottua liikkakäyttäytymistä. Liikkakäyttäytyminen voi il-  
metä esimerkiksi itsestimulaationa, kiukun puuskina tai aggressiivisena käyttäy-  
tymisenä. Heijaaminen on yksi itsestimulaation muoto ja käyttäytymispiirre. He-  
vosien selässä istuessa asiakkaaseen pääsee välittymään monia erilaisia aisteja,  
ja näistä tasapaino- ja liikeaistimuksista autismikirjon häiriön henkilö voi saada  
suoraa helpotusta tarpeeseen heijata vartaloon. Hevonen tuo myös usein mie-  
lihyvän tuntemuksia, joka lisää myös ratsastusterapian palkitsevuutta. (Törmä-  
lehto 2011, 338.)

### 3.3.1 Ratsastusterapeutiksi kouluttautuminen Suomessa

Suomessa ratsastusterapiakoulutus järjestetään yhteistyössä Hevosopiston ja  
Suomen Ratsastusterapeutit ry:n kanssa. Ratsastusterapeutin koulutus on am-  
matillinen lisäkoulutus, ja se on suunnattu sosiaalialan ja terveydenhuollon am-  
matillisille, joilla on jo ennestään vahvaa hevosalan osaamista. Ratsastuster-  
apeutilla on mahdollisuudet työskennellä itsenäisenä ammatinharjoittajana, yrittä-  
jänä tai myös toisen palveluksessa julkisella, tai yksityisellä sosiaali- ja tervey-  
denhuollon sektorilla. Hakijan vaatimuksiin kuuluu vähintään AMK-tason tutkinto  
(210 op) sosiaali- tai terveydenhuollon alalta ja vähintään kahden vuoden työko-  
kemus oman ammattinsa käytännön kuntoutusalalta. Hakijalla tulee olla myös  
vahva hevosalan perusosaaminen sekä hyvä perusratsastustaito. Mainittakoon  
vielä, että koulutus on maksullinen. (Suomen Ratsastusterapeutit ry. Ratsastus-  
terapia.)

Koulutuksen aikana ja sen myötä ratsastusterapeuttiopiskelijan tavoitteita ovat muun muassa mielenterveyteen ja käyttäytymiseen liittyvä kehitys ja oppiminen. Opiskelijan tulee esimerkiksi ymmärtää ja tunnistaa erilaisia neuropsykiatrisia ja psykiatrisia häiriöitä sekä psykologisia ja sosiaalisia tekijöitä, jotka vaikuttavat asiakkaan kehitykseen, mielenterveyteen ja käyttäytymiseen. Näiden lisäksi koulutukseen liittyy muita useita mielenterveyteen ja käyttäytymisen tukemiseen liittyviä tavoitteita. Ratsastusterapialla tuetaan myös motoriikkaa, joten tavoitteena on koulutuksen aikana muun muassa oppia tunnistamaan erilaisia neurologisia erityispiirteitä, joilla on vaikutuksia motoriikkaan ja asiakkaan toimintakykyyn. (Suomen Ratsastusterapeutit ry. Ratsastusterapia.)

#### 4 AIEMPIA TUTKIMUKSIA

Tiia Somppi toteutti Pro Gradu –tutkielman vuonna 2014 aiheesta Hevonen työvälineenä - Ratsastusterapeuttien ja vanhempien kokemuksia ratsastusterapiasta. Pro Gradu -tutkielmasta selviää, että ratsastusterapia on saapunut Suomeen vasta 1980-luvulla, vaikka sitä on käytetty muualla maailmassa jo toisesta maailmansodasta asti. Tutkimuksessa käsitellään ratsastusterapian historiallista kehitystä ennen ajanlaskun alkua aina 2000-luvulle saakka. Ratsastusterapian kehittymisen aikana huomattiin, että ratsastus toimii motoriikan tukena, ratsastuksella on kuntouttava vaikutus ja tämä huomattiin myös laajemmin. Ratsastusta aloitettiin hyödyntämään oppimishäiriöiden, kehitysvammaisten sekä psyykkisistä häiriöistä kärsivien kuntoutukseen. Usein ratsastusterapiaa käytetään rinnakkain jonkin muun terapiamuodon kanssa. Ihmisten joilla on kommunikointivaikeuksia ja vuorovaikutukseen liittyviä häiriöitä, on helpompi kommunikoida usein eläinten, kuin ihmisten kanssa. Sompin tutkimuksesta selviää, kuinka kuntoutujat sekä heidän vanhempansa ovat kokeneet ratsastusterapian miellyttävänä ja hyödyllisenä kuntoutusmuotona. Varsinkin motoristen taitojen kehittyminen nousi tutkimustuloksista esille. Myös ratsastusterapeuteilla kokemukset olivat pääosin positiivisia ja tuloksia oli heidänkin mielestään saavutettu. Tutkimusta tarkasteltaessa huomattiin, kuinka haluttua ratsastusterapia on. Näkökulma tulee esille vanhempien, kuntouttavien ja terapeuttien näkökulmasta. Tästä tutkimuksesta selviää myös prosessin kulku alusta loppuun. (Somppi 2014)

Pro gradu -tutkielmassa Turpaterapiaa ja karvaista kaveruutta: ihmisen ja eläimen välinen suhde sekä eläinten koetut vaikutukset hyvinvointiin ja elämäntyytyväisyyteen Tanja Honkanen tutkii ihmisen ja eläimen välistä suhdetta sekä sen vaikutuksia hyvinvointiin ja elämäntyytyväisyyteen. Honkasen tutkimuksen mukaan ihmiset voivat muodostaa läheisiä suhteita eläimiin. Läheisten suhteiden myötä he voivat kokea syvää kiintymystä eläimiä kohtaan. Tutkimuksen mukaan eläimet koettiin etenkin psyykkisen hyvinvoinnin tukijoiksi ja tämän jälkeen vasta sosiaalisen tuen antajiksi. Eläimet nähtiin harvemmin rasitteiksi arjessa. Eläinten kanssa toimivat ihmiset ovat tutkimuksen mukaan tavanomaista tyytyväisempiä

elämäänsä. Tutkimus osoittaa myös ihmisen ja eläimen suhteen tärkeyttä tutkimukseen osallistuneiden ihmisten elämässä ja arjen tukena. (Honkanen 2013) Honkasen tutkimus tukee myös opinnäytetyömme teoriaosuuden väitettä ihmisen ja eläimen välisestä suhteesta.

Anni Leskisen vuonna 2014 toteutettu opinnäytetyö: Kuvakommunikaatio autistisen lapsen ratsastusterapiassa kuvamateriaalia terapiatallille tuo esiin autismikirjon häiriöön liittyvistä haasteista puheen ja kielen kehityksen viivästyksestä, sekä puheen oppimattomuudesta. Leskinen tuo esiin näkökulman heikoista vuorovaiikutus sekä kommunikointitaidoista, joka saattaa johtaa opinnäytetyössämme ilmenevään haastavaan käyttäytymiseen. Leskinen tuo esiin vaihtoehtoisena kommunikaatiomenetelmänä kuvakorttien hyödyntämisen ratsastusterapian aikana kommunikaatiovaikeuksiin -ja ongelmiin. Leskisen opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa kuvia ratsastusterapiaan ja opinnäytetyön tuloksena syntyi kuvia käytettäväksi ratsastusterapiaan ja sen kulun hahmottamiseen. (Leskinen 2014)

Sanna Helin-Kiiski, Pauliina Konnu ja Sarianna Lintukangas toteuttivat vuonna 2014 opinnäytetyön: Ratsastusterapia ja sen mahdollisuudet MS potilaiden kuntoutuksessa. Opinnäytetyö on kirjallisuuskatsaus. Tutkimuksen kohteena oli MS potilaiden kuntoutus yhdistettynä ratsastusterapiaan. Opinnäytetyön tarkoitus oli selvittää, millaista ratsastusterapia on hoitomuotona ja miten sitä voidaan hyödyntää MS-potilaiden kuntoutuksessa. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuoda tietoa tulevaisuuden hoitoalan ammattilaisille ratsastusterapiasta vaihtoehtoisena hoitomuotona. Tutkimuksesta oli taudin monimuotoisuuden ja yhtenäisten arviointitapojen puutteen vuoksi vaikea saada tieteellistä näyttöä aiheesta. Ilmeisesti muiden tutkimusten tulosten mukaan ratsastusterapialla on osoitettu olevan kuitenkin jopa parempia vaikutuksia kuin fysioterapialla. (Helin-Kiiski, Konnu & Lintukangas 2014)

Johanna Isomäki ja Anniina Kivilahti kartoittivat vuonna 2012 toteutetussa opinnäytetyössään: Ratsastusterapiaa ja sosiaalipedagogista hevostoimintaa tarjoavien yrittäjien nykytilannetta Suomessa. Mitä on ratsastusterapia ja sosiaalipedagoginen hevostoiminta ja mikä nykytilanne hevostoimintaa tarjoavien yrittäjien



nykytilanne on Suomessa. Opinnäytetyön kohderyhmä muodostui noin 22 Suomen ratsastusterapeutit ry:seen kuuluvasta ratsastusterapeutista ja sosiaalipedagogisen hevostoimintayhdistys ry:seen kuuluvista täydennyskoulutuksen käyneistä hevosalantoimijoista. Tutkimus toteutettiin sähköisellä strukturoitudulla kyselylomakkeella. Tulokset näyttivät, että kuntouttavaa ja ennaltaehkäisevää hevostoimintaa tarjoava yritys toimii yksityisenä. Yksityiset yritykset tarjoavat palveluita pääosin käytöshäiriöisille ja liikuntavammaisille. Palveluiden kehittämisen kannalta yrittäjät pitivät tärkeänä, että saataisiin lisää tutkimustuloksia ja sitä kautta palveluiden tunnettavuutta saataisi lisättyä. (Isomäki & Kivilahti 2012)

Maria Hellanmaa ja Jenna Lindström tekivät opinnäytetyönsä vuonna 2009 aiheesta ratsastusterapian merkitys autistisen kehitysvammaisen lapsen kuntoutuksessa. Sen tarkoituksena oli selvittää ratsastusterapian merkitystä osana autistisen kehitysvammaisen lapsen kuntoutusta Rinnekoti-Säätiössä. Työ tehtiin psykofyysisen fysioterapian sekä sensorisen integraation näkökulmasta. Opinnäytetyön kohderyhmä muodostui Rinnekodin kahdesta autismikirjon häiriön kehitysvammaisesta lapsesta. Opinnäytetyön havainnointitulosten analyysin tuloksien perusteella ratsastusterapialla on positiivisia vaikutuksia niin lapsen sosiaalisella kuin motorisellakin tasolla. Opinnäytetyöhön osallistuneilla henkilöillä ne näkyivät hieman eri tavoin. Henkilöllä A tuloksina oli nähtävissä lisääntynyt sosiaalinen ja fyysinen vuorovaikutus sekä karkeamotoriikan ja ryhdin parantuminen ratsastusterapiatilanteessa verrattuna koulutilanteisiin. Henkilöllä B tuloksina oli yleisen keskittymiskyvyn paraneminen sekä vuorovaikutuksellisuuden lisääntyminen ratsastusterapiatilanteissa verrattuna hoitokoti- ja koulutilanteisiin. (Hellanmaa & Lindström 2009)

Taru Kuusiston vuonna 2014 toteuttamassa opinnäytetyössään ”Ratsastusharrastus hyvinvoinnin lähteenä – Ratsastusharrastajien kokemuksia psykososiaalisesta hyvinvoinnista harrastuksen parissa” oli tarkoituksena tarkastella tavallisten hevosharrastajien kokemusten ja ratsastusharrastukselle annettujen merkitysten kautta niiden osuutta. Tarkennettuna tarkoituksena oli tarkastella tavallisten harrastajien kokemusten psykososiaalisessa hyvinvoinnissa ja toiminnallisessa identiteetissä. Opinnäytetyön tulokset luokiteltiin teemakokonaisuuksiksi, joita olivat mielihyvän kokeminen, kehittyminen ja haasteiden kohtaaminen sekä

yhteyden kokeminen. Näiden todettiin olevan olennaisia osatekijöitä psykososiaalisen hyvinvoinnin kokemisessa. (Kuusisto 2014)

## 5 VILLEN TARINA

### 5.1 Ville

Opinnäytetyömme tapaustutkimukseen valikoitui henkilö nimeltään Ville. Ville on miespuolinen nuori aikuinen (määrittely tässä opinnäytetyössä 20-29-vuotias), joka käy ratsastusterapiassa kaksi kertaa kuukaudessa. Ville asuu tuetusti ilman vanhempiaan kodinomaisessa asumisyksikössä, jossa hän saa ympäri vuorokauden tukea ja ohjausta arjessaan.

Villen kotina toimii asumisyksikkö, joka sijaitsee pääkaupunkiseudulla keskellä juuri valmistuvaa pientaloaluetta. Yksikön läheisyydessä on runsaasti palveluita. Asumisyksikkö on 11 asukkaan ryhmäkoti, johon kuuluu erillinen pieni neljän huoneiston rivitalo lievää tukea elämäänsä tarvitseville henkilöille. Yksikkö on valmistunut 2016 loppuvuodesta, joten tilat ovat nykyaikaiset, tilavat ja esteettömät. Asumisyksikön sisällä tilat on jaettu kolmeen erilliseen soluun, jossa jokaisessa on oma yhteinen olohuone. Jokaisessa asunnossa on omat pienet keittiöt ja kylpyhuoneet. Talon yhteisissä tiloissa on sauna ja kodinhoituhuone, jossa on mahdollisuus autettuun tai itsenäiseen pyykkihuoltoon. Yksiköstä löytyy myös yhteinen keittiö ja monitoimitila, joissa on mahdollisuus ruokailla ja viettää aikaa. Myös yksikön pihalla on mahdollisuus mukavaan yhdessäoloon ja oleiluun takapihalla olevalla terassilla. Henkilökunta on ympäri vuorokauden auttamassa ja tukemassa jokaista asukasta heidän yksilöllisten tarpeidensa mukaisesti. Myös erilaiset kommunikointimenetelmät ovat vahvasti läsnä asukkaiden ja henkilökunnan vuorovaikutuksessa. Päivittäisessä arjessa on vahvasti esillä esimerkiksi puhetta tukevat tukiviittomat, sosiaaliset tarinat sekä kuva- ja esinekommunikaatio. Yksilökeskeisen suunnittelun perusteella jokaiselle asukkaalle on luotu oma päivä- ja viikkostrukturi. Yksikön toimintaa suunnitellaan aina yhdessä asukkaiden kanssa viikoittaisissa asukaskokouksissa. Olennainen osa yksikön toimintaa on

aktiivinen liikkuminen ja ulkoilu. Arjen suunnittelussa yksikössä otetaan huomioon asukkaiden aistiyliherkkyydet sekä käyttäytymiseen liittyvät vaikeudet porrastamalla toimintaa sekä ennakoimalla.

Villellä on autismikirjon häiriö. palveluntarpeen arviointiin on kirjattu Villen kiinnostuksen kohteita ja vahvuuksia. Villen erityisiin kiinnostuksen ja mieltymyksen kohteisiin liittyy vahvasti ruoka ja ruoka-ajat. Keittiöön pääsystä seuraakin suuri innostus. Ruoka on Villen kiinnostuksen kohde ja ruokailuihin on luotu oma ruokastruktuuri, jonka avulla Ville pystyy nauttimaan ruokailusta rauhallisesti. Ville nauttii etenkin kahvin juonnista ja kahvittelu on hänelle tärkeä hetki päivässä. Ville nauttii kovasti myös ulkoilusta, ja se onkin tärkeä osa hänen päiväänsä niin arkena kuin viikonloppunakin. Ulkoilu myös rauhoittaa Villen mieltä ja auttaa häntä keskittymään paremmin. Ville osaa ja osallistuu myös jonkin verran erilaisiin kodin askareisiin. Esimerkiksi pyykkien vieminen pesuun on Villestä mieluisaa, ja hän tekeekin sen heti pyydettyä ohjaajan tuella. Myös valmiiksi annettujen vaatteiden pukeminen onnistuu hyvin ohjaajan tuella ja ohjauksella. Villelle tärkeitä asioita ovat muun muassa pehmolelut, joita hän kantaakin mielellään mukanaan niin kotona kuin ulkoillessakin. Pehmolelut tuovat Villelle turvan tunnetta. Myös suihkussa ja kylvyssä käyminen on Villelle mieluista puuhaa, ja se onkin sisällytetty hänen aamu- ja iltastruktuuriin. Vesi toimii Villelle myös rauhoittavana ja rentouttavana elementtinä.

Kodin askareita ja touhuja pystytään ohjaamaan kuvakortein, ja Villen kanssa kommunikoidaan myös kuvakorttien avulla. Villen kanssa on aloitettu nykyiseen kotiin muutettaessa kommunikointikeinojen kartoitus, sillä ennen Villen nykyiseen kotiin muuttoa hän muutti usein laitoksista toiseen. Peruskoulun jälkeen hänen kanssaan ei ole säännöllisesti hyödynnetty erilaisia puhetta korvaavia kommunikointimenetelmiä. Nykyään Villen kodissa kuitenkin keskitytään paljon siihen, että Villelle annetaan mahdollisuus kommunikointiin ja että hän saa kommunikoida sekä tuoda esiin omaa tahtoaan kuvakorttien avulla.

## 5.2 Kommunikaatio

Ville ei tuota normaalia puhetta, mutta ymmärtää kuitenkin jonkin verran selko-kielistä puhetta. Kotona ja ratsastusterapiassa Villen puhetta tuetaan graafisella kommunikoinnilla eli kuvakorteilla. Villellä on kotona oma kuvakansio, jonka käyttöä harjoitellaan. Alakoulussa Villen kanssa on käytetty kuvakortteja mutta peruskoulun päätyttyä ja laitosasumiseen siirryttäessä kuvakorttien säännöllinen käyttö väheni huomattavasti ja nyt kuvat on otettu uudelleen käyttöön. Villellä on myös kuvilla tehty päivittäinen struktuuri, joka helpottaa hänen touhujaan arjessa. Kuvakansion käyttö on tällä hetkellä ohjaajien varassa, eikä Ville itse vielä hakeudu kuvien luokse, mikäli hänellä on jotain asiaa. Tätä harjoitellaan vielä, ja tavoitteena on itsenäisempi kuvien käyttö tulevaisuudessa.

Villen kommunikointia ja sen oppimista on vaikeuttanut puheen opetuksen puute varhaislapsuudessa. Laitosasumisissa kommunikaatiomenetelmiin ja niihin perehtymiseen ei ole ollut resursseja samalla tavalla kuin tämän hetkessä asumismuodossa. Myös useat muutot laitoksesta toiseen ovat olleet vaikuttavia tekijöitä kommunikointimenetelmien hyödyntämisen suhteen. Diagnoosiin saamiseen liittyvät vaikeudet ovat vaikuttaneet 1990-luvulla Villen kielellisen kehityksensä kehittämiseen ja siihen liittyvän kuntoutuksen saamiseen. Vaikeus saada autismikirjon häiriön diagnoosi on viivästyttänyt useammalla vuodella monen autismikirjon häiriön henkilön pääsyn kuntoutuksen piiriin. Usein syynä on ollut diagnoosin epävarmuus tai kuntoutusta koskeva tietotaidon puute. Vaikka diagnoosia ei pystytty välttämättä antamaan, 1990-luvun puolivälin jälkeen vanhempia alettiin ohjata kasvatukselliseen kuntoutukseen avun saamiseksi kielelliseen kehitykseen. (Kerola 2009, 173). Villen muuttaessa asumisyksikköön pois laitosasumisesta, hänelle alettiin hakea kommunikaatio-ohjausta. Erilaiset kommunikaatiomenetelmät otettiin huomioon ja kuvien käyttö todettiin Villelle toimivimmaksi. Hänelle suunniteltiin kommunikointikansio yhdessä asumisyksikön henkilökunnan kanssa. Henkilökunta on kommunikaatiokansion suunnittelussa ja sen käytön opettelussa avainasemassa. Kommunikaatiokansio on aina hyvä tehdä yhdessä sellaisten henkilöiden kanssa, jotka osallistuvat autismikirjon häiriöisen henkilön hoitoon. Tällaisia ovat muun muassa perhe, puheterapeutit sekä muut henkilön hoitoon osallistuvat henkilöt. (Kerola 2009, 174).

### 5.3 Villen haasteita

Villellä on autismikirjon häiriöön liittyvää haastavaa käyttäytymistä. Näihin haasteisiin Ville saa kotonaan tukea ja apua asumisyksikön henkilökunnalta. Villen haastavan käyttäytymisen laukaisee usein se, että hän ei tule ymmärretyksi tai että hän ei ymmärrä puheen kautta tapahtuvaa kommunikointia. Haasteisiin, joita Ville kohtaa arjessaan, pyritään vaikuttamaan esimerkiksi ratsastusterapialla. Haastava käyttäytyminen ilmenee yleensä tavaroiden heittelynä, lyömisenä sekä ovien hakkaamisena. Joskus saattaa esiintyä myös puremista. Haastava käytös alkaa yleensä Villen jäädessä yksin tai tilanteessa, jossa hän kokee, ettei tule ymmärretyksi. Villen kanssa harjoitellaan aiemmin mainittua kuvilla kommunikointia, jotta haastavaa käyttäytymistä saataisiin vähennettyä. Näin hänellä olisi mahdollisuus kuvien avulla kertoa, mitä hän haluaa tai sattuko häntä johonkin. Haastava käytös on saatu vähenemään, kun ohjaajat ovat lisänneet kuvien käyttöä, ja Villelle on luotu kuvien avulla päivän struktuuri, jotta hän itse tietää päivän kulun. Näin on saatu epävarmuus päivän kulusta poistettua, ja käytös on muuttunut parempaan suuntaan. Ennen kuvien käyttöönottoa esimerkiksi ruokailutilanteet olivat haastavia, koska esimerkiksi kahvin odottaminen oli vaikeaa, kun Ville ei tiennyt, milloin on kahvin aika. Kuvien avulla on luotu tarina, jossa kerrotaan, että ensin odotetaan, sen jälkeen syödään ja ruuan jälkeen hän saa kahvin. Kuvien avulla Ville pystyy odottamaan kahvia rauhassa, ja ruokailut sujuvat rauhallisemmin. Kuvia käytetään myös runsaasti ratsastusterapiassa.

### 5.4 Ratsastusterapia Villen tukena

Villen yksi kuntoutuksen muodoista on ratsastusterapia. Ville on käynyt ratsastusterapiassa jo useamman vuoden, ja sitä kautta ratsastusterapeutin ja Villen välille on syntynyt vahva luottamus. Villen vanhempien, ratsastusterapeutin ja tämän opinnäytetyön tiimin näkökulmasta Ville vaikuttaa pitävän ratsastuksesta,

vaikka ei puheella sitä kykene ilmaisemaan. Villelle ratsastusterapiassa asetettuihin tavoitteisiin liittyy toiminnanohjauksen lisääminen, haastavaan käyttäytymiseen puuttuminen sekä Villen liikkuvuuden lisääminen. Toiminnanohjauksella tarkoitetaan Villen kohdalla sitä, että sillä pyritään lisäämään hänen itseohjautuvuuttaan, jotta hänen omatoimisempi arkeensa osallistuminen mahdollistuisi. Toiminnanohjauksella pyritään lisäämään itseohjautuvuutta, jotta voidaan pyrkiä omatoimisempaan arkeen. (Rokka 2011, 85) Vaihtoehtoiset kommunikointimenetelmät ovat nykyään Villen arjessa vahvasti mukana myös ratsastusterapiassa. Kuvakorttien hyödyntäminen niin kotona kuin tallilla on todettu olevan hyvä tapa lisätä kommunikaatiota ja vuorovaikutusta Villen ja ratsastusterapeutin välille.

Ratsastusterapia on auttavana ja tukevana muotona sekä menetelmänä haastavaan käyttäytymiseen puututtaessa. Tuomivaaran mukaan ratsastusterapialla on mahdollisuus vaikuttaa kehon kautta asiakkaan mieleen. Ratsastusterapian on myös tarkoitus auttaa käytöshäiriöistä tulemaan tietoisiksi tunteistaan ja hyväksymään omia tunteitaan (Tuomivaara 2011, 347-348.) Arjessa väkivaltaisesti tai muuten häiriökäyttäytyvät ihmiset ovat ratsastusterapiassa usein yhteistyöhaluisia. Hevosen suuri koko ja auktoriteetti toimivat terapiassa tilanteessa vaikuttavana tekijänä. Ratsastusterapian toiminnalliset haasteet ja ympäristön poikkeavuus arjesta vaikuttavat käytökseen. Käyttäytymiseen johtavat ärsykkeet ja tunnetilat kanavoituvat uudenalaiseen toimintaan, jolloin häiriökäyttäytymistä ei esiinny. (Ikäheimo 2013, 162.) Ratsastusterapeutin haastattelussa nousi vahvasti esille toiminnanohjaus. Autismikirjon häiriöön liittyvä omaan maailmaan sulkeutuminen on Villen kohdalla vähentynyt ratsastusterapian yhteydessä, sillä ratsastuksen aikana Ville keskittyy ratsastukseen tai hevosen hoitoon mallikkaasti. Omaan maailmaan tai ajatuksiin uppoutuminen on autismikirjon häiriölle tyypillistä. (Autismi -ja aspergerliitto.) Ratsastusterapialla on pyritty vaikuttamaan myös Villen liikkuvuuteen ja lonkissa olevaan jäykkyyteen.

## 6 TUTKIMUSMENETELMÄN KUVAUS

### 6.1 Tapaustutkimus

Tapaustutkimus määritellään tutkimusstrategiana, jonka tarkoituksena on tutkia syvällisesti yhtä tai muutamaa kohdetta tai ilmiökokonaisuutta. Tapaus kuitenkin nähdään rajautuneena kokonaisuutena tai yksikkönä. (Jyväskylän yliopisto. Menetelmäpolkuja. Menetelmäpolku. Tutkimusstrategia. Tapaustutkimus. 2015.) Tapaustutkimuksen tarkoituksena on tutkia esimerkiksi jotain tiettyä sosiaalista kohdetta, jolla voidaan tarkoittaa yksilöä, ryhmiä, laitoksia tai yhteisöjä. Tutkimuksen kohteena voi taten olla kohteen tai kohteiden taustatekijät, ajankohtainen asema ja tilanne, ympäristötekijät, sisäiset tai ulkoiset aiheessa vaikuttavat tekijät. Usein kuitenkin on kysymys mahdollisimman monista yhdessä vaikuttavista seikoista, joista pyritään saamaan siten mahdollisimman laaja ja tarkka kuvaus. (Anttila 2007) Tapaustutkimus pyrkii tuottamaan rajatusta tapauksesta yksityiskohtaisia ja intensiivisiä tietoja. (Jyväskylän yliopisto. Menetelmäpolkuja. Menetelmäpolku. Tutkimusstrategia. Tapaustutkimus. 2015.)

Tapaustutkimus on empiirinen tutkimus, jossa käytetään monipuolisilla ja monilla eri tavoilla hankittua tietoa, jotta voidaan analysoida esimerkiksi jotain tiettyä toimintaa tai tapahtumaa rajatussa ympäristössä. Tapaustutkimukselle hyvin ominainen piirre on monien metodien ja aineistojen käyttö, tutkimuskohteen luonne, sen ajallinen rajaaminen ja pyrkimys teoreettiseen selittämiseen. (Peuhkuri 2005, 292.) Anttilan mukaan tapaustutkimukset ovat niin sanottuja syvätutkimuksia jostakin sosiaalisesta yksiköstä, ja ne antavat aiheesta täydellisen, hyvin organisoidun kuvan. Tapaustutkimusta pidetään hyödyllisenä, kun halutaan hyvää taustainformaatiota jostakin tutkittavasta aiheesta tai kohteesta, sillä se on intensiivinen menetelmä ja sen avulla pystytään saamaan esiin aiheelle oleellisia tekijöitä, prosesseja ja vuorovaikutuksellisia suhteita. Tapaustutkimuksen jälkeen muilla tutkimusmenetelmillä voidaan kohdistaa lisää huomioita aiheeseen ja tutkimus-



kohteeseen. (Anttila 2007) Tapaustutkimus määritellään myös niin sanotuksi intensiiviseksi tutkimusmenetelmäksi. Tapaustutkimus kohdistetaan ajankohtaisiin asioihin, ja se mahdollistaa myös observoinnin sekä haastattelujen hyödyntämisen. Tutkittavan henkilön osallistuminen ei ole riippuvaista, vaan tutkimus voidaan toteuttaa myös muun tiedon pohjalta. (Yin 1987, 23.)

## 6.2 Aineiston keruu ja menetelmät

Hyödynsimme avointa haastattelua aineiston keruuna opinnäytetyössämme. Avoin haastattelu eli strukturoimaton haastattelu on keskustelua, jossa käytetään avoimia kysymyksiä. Haastattelua viedään eteenpäin kysymällä syventäviä lisäkysymyksiä. Haastattelu on keskustelunomainen ja aiheen määrittely on väljää. (Oppariapu. Apua opinnäytetyön kirjoittamiseen. Haastattelut.) Haastattelu on monipuolinen ja mielenkiintoinen tutkimusmenetelmä opinnäytetyössä. Haastattelun tai haastattelujen perustaa luo eettisyys, jolla tarkoitetaan muun muassa sitä, että tarpeelliset suostumukset on hankittu jo ennen haastattelujen toteuttamista, menetelmään ja tulevaan haastatteluun perehtyneisyys, anonymiteetin takaaminen, asianmukainen tallennus ja rehellisyyteen liittyvät osat, kuten plagiointiin ja yhteistyöhön liittyvissä kunnia kysymyksissä. (Tervakari 2005)

Haastattelun pohjana on keskustelu. Keskustelussa on silti otettava huomioon siihen liittyvät erilaiset jaot. Haastatteluja voidaan toteuttaa monin eri tavoin. Esimerkiksi jaot voivat tapahtua kohtaamistavan tai haastattelutavan mukaan. Tällä tarkoitetaan esimerkiksi kasvokkain tapahtuvaa haastattelua tai etähaastattelua. Kasvokkaisissa ja etähaastatteluissa vallitsee erilaiset vuorovaikutustilanteet, jolloin on otettava huomioon siihen liittyviä asioita, kuten kysymysten muotoilu ja laatu, tiedon rajat, kohtaaminen ja siihen liittyvät roolit. Haastatteluissa on mahdollista tapahtua ennalta odotettuja ja odottamattomia asioita, jotka voivat vaikuttaa haastattelun laatuun ja tuloksiin. Kyseiseen tilanteeseen on hyvä varautua jo ennalta. Haastattelun purkuun ja analysointiin tukena voivat toimia myös videot, kuvat, muistiinpanot sekä äänitykset. Edellä mainitut, haastattelua tukevat asiat

kuuluvat haastattelumenetelmään, ja niitä voidaan helposti hyödyntää. (Tervakari 2005) Hyödynnämme haastattelua menetelmänä tukeaksemme tapaustutkimustamme. Haastattelusta tuleva tieto toimii opinnäytetyössämme materiaalina ja yhtenä monipuolisena tietolähteenä. Tapaustutkimukselle tyypillisenä tapana hyödyntää monipuolisesti lähteitä. (Anttila 2007)

Toinen hyödyntämämme menetelmä oli havainnointi. Havainnointi on aineistonkeruumenetelmänä ja etenkin opinnäytetyön edetessä erinomainen lähtökohta. Havainnoinnin tarkoituksena on seurata ja samalla kerätä tutkittavasta aiheesta, kohteesta tai ympäristöstä havaintoja. Olennaista on, että havainnoitsija pystyy erottamaan omat havaintonsa eikä pohjaa havaintojaan siihen, kuinka muut kuvailevat tai kertovat havainnoistaan. Havainnoinnissa on tärkeää hyödyntää dokumentointia. Dokumentointitapoja voi olla esimerkiksi muistiinpanojen tekeminen, valokuvaaminen, äänittäminen tai videointi. (Jyväskylän yliopisto. Avoimet. Menetelmäpolkuja humanisteille. Havainnointi eli observointi.) Työmme on tapaustutkimus eli empiirinen tutkimus ja hyödynsimme havainnointia, vaikka se on usein ominainen laadulliselle tutkimukselle tiedonkeruumenetelmänä. Havainnoinnin tarkoitus on tuoda esiin näkökulmia sekä kokemuksia. Havainnoidessa juuri erilaiset näkökulmat ja kokemukset tulevat hyvin esille. Etenkin tutkimukset, jotka kohdistuvat vähemmän tutkittuihin kohteisiin ja ympäristöihin, antavat hyvän mahdollisuuden havainnoinnin hyödyntämiseen menetelmänä. (Ruohonen, Rissanen & Manninen, 2009) Tutkimuksessamme havainnointimme kohdistuu Villen ratsastusterapiaan.

## 7 TUTKIMUKSEN KULKU

### 7.1 Tutkimuskysymykset

Aloitimme tutkimuksen menetelmän perustelulla ja tutkimuskysymysten määrittelyllä. Tutkimuskysymyksemme ovat:

1. Miten ratsastusterapiaa hyödynnetään autismikirjon häiriössä?
2. Kuinka ratsastusterapia tukee Villen toimintakykyä?

Valitsimme tapaustutkimuksen tutkimusmenetelmäksi, sillä opinnäytetyötiimimme koki sen aiheeseemme sopivimmaksi tutkimusmenetelmäksi. Menetelmän hyödyntäminen sopi myös tavoitteeseemme loistavasti. Muodostaessamme tutkimuskysymyksiä, kysymysten oli tarkoitus kattaa ja auttaa ymmärtämään, mitä tutkimuksella haetaan, ja miten ratsastusterapia tukee erityisesti tutkimukseen osallistuvaa henkilöä.

### 7.2 Tapaustutkimuksen kulku

Seuraava osa tutkimustamme oli tapauksen valinta, tiedonkeruu- ja analyysitekniikoiden määrittely. Aiheemme valikoitui pitkälti tiimin jäsenten yhteisten kiinnostuksien kautta ja myös aiheen kohtalaisen vähäisen tutkimusmäärän takia. Ratsastusterapiaa autismikirjon häiriön yhteydessä on tutkittu jonkin verran, ja tulokset ovat olleet näiden suhteellisen vähäisten tutkimusten mukaan kuitenkin hyvin myönteisiä. Tutkimukset Suomessa ovat suurelta osin opinnäytetyö- ja pro gradu- tasoisia tutkimuksia, joita toimme esiin jo aiemmin opinnäytetyössämme.

Tutkimus oli tapaustutkimus, ja tutkimukseen osallistui yksi ratsastusterapeutti ja yksi henkilö eli Ville sekä hänen omaisensa eli Villen vanhemmat. Tapaustutkimukseen liittyi muun muassa haastatteluja. Haastattelujen tarkoituksena oli haastatella ratsastusterapeuttia (LIITE 2) ja Villen vanhempia (LIITE 3). Tapaustutkimukselle ominaista on hyödyntää runsaasti eri lähteitä. (Soy 1997) Siihen perustaen päätimme kerätä tietoa tutkimuksen kohteista esimerkiksi haastattelujen kautta. Ajatuksemme haastatteluiden takana oli tuoda ymmärrystä Villen autismitietämisen häiriöstä ja saada käsitys siitä mitä ratsastusterapia Villen kohdalla merkitsee. Ennen haastatteluja pyysimme Villen omaisilta luvan hänen osallistumisesta opinnäytetyöhön sekä luvan ratsastusterapian kuvaamisesta havainnointia varten (LIITE 1). Ville on täysi-ikäinen, mutta pyysimme eettisistä syistä luvan opinnäytetyöhön osallistumisesta myös Villen vanhemmilta.

Tutkimuksen määrittelyn jälkeen valmistauduimme tiedon keräämiseen. Valmistauduimme haastatteluun keräämällä tietoa aiheesta ja kasvattamalla teoriaosuuttamme jo opinnäytetyön suunnitelman kirjoitusvaiheessa. Suunnitelman aikaan laadimme myös haastattelun rungon avoimeen keskusteluun ratsastusterapeutin kanssa ja aiheeseen johdattelevia kysymyksiä Villen vanhemmille. Toteutimme haastattelun ratsastusterapeutin kanssa jo toisen oppimistehtävän aikana. Oppimistehtävän tarkoitus oli tukea opinnäytetyön eri vaiheita, kuten esimerkiksi haastattelua. Haastattelu tapahtui havainnoinnin yhteydessä tallilla, jossa Ville käy ratsastusterapiassa. Haastattelu toteutettiin avoimena haastatteluna 4.10.2017. Ennen opinnäytetyön varsinaista tekoa odotimme, että ohjaava opettaja oli hyväksynyt opinnäytetyön suunnitelman opinnäytetyön seminaarissa 14.12.2017.

Aineisto tapaustutkimusta varten kerättiin havainnoimalla ja kuvaamalla ratsastusterapiaa sekä haastattelemalla. Olimme koko opinnäytetyöprosessin ajan tiiviisti yhteydessä sähköpostitse ratsastusterapeuttiin. Havainnoinnin tarkoituksena oli mahdollistaa samalla haastattelu ratsastusterapeutin kanssa. Kävimme seuraamassa ratsastusterapiaa paikan päällä 4.10.2017. Tavoittemme oli kuvata ratsastusterapia alusta loppuun ja tarkkailla Villen, hevosen ja ratsastusterapeutin välistä toimintaa. Tarkoituksemme oli saada kattava käsitys siitä, kuinka

Villen kanssa ollaan päästy kohti hänen yksilöllisiä tavoitteitaan, ja mitä ratsastusterapiassa käytännössä tapahtuu. Ratsastusterapeutin haastattelua varten oli luotu jo edellä mainittu haastattelurunko, ja haastattelu toteutettiin, avoimena haastatteluna keskustellen. Villen omaisia haastattelimme sähköpostitse. Villen vanhemmat saivat vastata hyvin vapaasti kysymyksiin. Tavoitteemme oli haastattelujen pohjalta tuoda esiin monipuolisia näkökulmia ratsastusterapeutin sekä asiakkaan omaisten tiedon ja mielipiteiden kautta. Tämä auttoi myös opinnäytetyön tiimiämme saamaan käsitystä siitä, kuinka hyvin tai heikosti toimiva ratsastusterapia Villelle on. Ratsastusterapiaa toimintakyvyn tukimuotona Villen kohdalla käsittelemme myöhemmin. Ratsastusterapeutin kanssa käyty avoin haastattelu keskittyi autismikirjon häiriöön, ratsastusterapiaan sekä Villen ratsastusterapiassa asetettuihin yksilöllisiin tavoitteisiin joita toimimme esiin jo Villen tarinaa esiteltäessä. Haastatteluista kertyneen aineiston pohjalta keräsimme haastatteluja havainnoivat koosteet ratsastusterapeutin haastattelusta ja Villen omaisten kanssa toteutetusta sähköpostihaastattelusta. Haastatteluista materiaalia kertyi runsaasti, ja keräsimme tämän jälkeen myös koosteen ratsastusterapian havainnoinnista.

Haastattelun tavoitteena oli selvittää ratsastusterapeutin omaa ammatillista taustaa ja sitä kautta luonnollisesti jatkaa Villen kanssa toteutettuun ratsastusterapiaan ja Villen tavoitteisiin ratsastusterapiassa. Ratsastusterapeutti kertoi, että hän on aikaisemmalta koulutukseltaan fysioterapeutti. Ratsastusterapeutti kertoi myös ratsastusterapeutin koulutuksesta yleisesti. Terapeutti kertoi myös, minkälainen hevonen sopii terapiaan. Ratsastusterapeutin mukaan terapiahevoseksi sopii hevonen, jolla on tietynlainen luonne. Esimerkiksi liian rauhallinen hevonen ei ole välttämättä se parhain, vaikka näin opinnäytetiimimme oletti. Ratsastusterapeutin mukaan utelias ja osallistuva hevonen on sopiva ratsastusterapiaan. Ratsastuksen aikana vaihtelevat tilanteet, jotka tapahtuvat turvallisesti ovat myös hauskoja. Hevoselta vaaditaan sopivaa luonnetta, jotta ratsastusterapia on turvallista. Hevoselta vaaditaan myös sopeutuvuutta ratsastajan kehonliikkeisiin ja ratsastusterapiassa käytettäviin apua tuoviin elementteihin, esimerkiksi rampin käyttöön. Ratsastusterapeutti mainitsi myös, että ratsastusterapiassa käytetään usein avustajaa. Villen kohdalla avustajan tehtävä on huolehtia hevosesta, kun taas terapeutti huolehtii Villestä.

Ratsastusterapeutin haastatteluun viitaten, Villen merkittävänä tavoitteena ratsastusterapiassa on toiminnanohjaus. Villeä pyritään aktivoimaan siihen, että hän itsenäisesti ja oma-aloitteisesti ohjautuu toimimaan niin tallilla kuin kotonaan. Fyysisiin ongelmiin ratsastusterapialla Villen kohdalla pyritään vaikuttamaan tuomalla rentoutusta Villen jäykkiin jalkoihin ja ryhtiin. Villen haastava käytös on tullut esiin ratsastusterapiassa. Kyse on ollut usein turhautumisesta, mutta terapiahevonon on ollut hyvin kärsivällinen ja suhtautunut tyynesti haastavaankin käyttäytymiseen. Nykyään Ville suuntaa hermostumisensa enemmän ratsastusterapeuttiin kuin hevoseen. Hevosen ja ihmisen välinen suhde näkyy kyseisellä tallilla vahvasti. Ratsastusterapeutti kertoi esimerkkinä hevosen hörisevän ja tulevan Villen luokse, kun hän saapuu tallille. Hevonen tulee ikään kuin tervehtimään Villeä. Haastavaan käyttäytymiseen on saatu paljon kuvakorttien kautta apua, sillä Villen ei tarvitse turhautua siitä, etteikö tulisi ymmärretyksi tai että hän ei ymmärtäisi, mitä ratsastusterapeutti häneltä pyytää.

Villen vanhempia haastattelimme sähköpostin välityksellä, sillä tapaaminen kasvotusten ei ollut mahdollista. Sähköpostin välityksellä tapahtunut haastattelu toteutui kuitenkin hyvin ja saimme riittävästi materiaalia Villen vanhempien näkökulmista. Haastattelimme Villen molempia vanhempia, isää ja äitiä. He vastasivat haastatteluun yhdessä.

Aineistoa kerääntyi kentältä ja seuraava vaiheemme oli tiedon kerääminen kentältä ja sen tallennus. Keräsimme materiaalit yhteiseen tiedostoon tiimimme jäsenille. Havainnoinnista ja haastatteluista sekä omista muistiinpanoista kertyi tutkimukseen runsaasti kuva-, video-, äänitys- ja kirjoitettua materiaalia. Tapaustutkimuksessa tiedon kerääminen kentältä tulee olla systemaattista, ja sitä on tallennettava laitteisiin ja tiedostoihin, jotta niihin voidaan mahdollisesti palata. Dokumentointi ja sen tallennus on merkittävä osa tapaustutkimusta. (Soy 1997)

Saatavillamme oli runsaasti tietoa ja aloitimme tiedon arvioinnin ja analysoinnin. Haastattelujen rungot niin ratsastusterapeutille kuin Villen omaisille ovat liitteenä opinnäytetyössämme. Rakensimme haastattelut tukemaan opinnäytetyön ensisijaisia tutkimusmenetelmää eli tapaustutkimusta. Haastatteluiden kautta saimme

lisää tietoa Villestä sekä Villen tavoitteista ratsastusterapiassa. Mielestämme havainnointi- ja haastattelut menetelminä tukivat toisiaan. Siten havainnointi ja siitä tehdyt muistiinpanot sekä videotallenteet ja valokuvat toimivat meille hyvänä apuna opinnäytetyön prosessissa, vaikka kuvia ja videomateriaalia ei opinnäytetyössämme julkisesti julkaistu Villen identiteetin säilyttämisen vuoksi.

Tietoja, joita keräsimme tutkimuksen aikana, tutkimme ja tulkitsimme pitkälti koko opinnäytetyön valmistumisen ajan. Tapaustutkimuksessa tutkija tai tutkijat tutkivat huomioiden tulosten välisiä yhteyksiä ja tarkkailevat niitä etenkin suhteessa alkuperäisiin tutkimuskysymyksiin. (Soy 1997) Tutkimusta tehdessä olisi helposti voinut kiinnittää huomiota myös tutkimukselle epäolennaisiin asioihin, joten tutkimuskysymyksiin ja tutkimuksen tavoitteisiin peilaaminen oli opinnäytetyömme tapaustutkimukselle ehdottoman tärkeää. Tämä painottui koko opinnäytetyön teon aikana.

Viimeinen vaihe tutkimuksen osalta oli raportin valmistaminen. Opinnäytetyömme valmistuessa ja päättyessä tavoitteemme oli kuvata ja tuoda kattava kooste tapaustutkimuksestamme. Tapaustutkimuksessa tutkimuksesta valmistetaan raportti. (Soy 1997) Toimimme runsaasti kerättyä materiaalia havainnollistamaan opinnäytetyötämme ja sitä kautta toteutettua tapaustutkimusta. Opinnäytetyömme tuloksissa ja johtopäätöksissä koko työmme tiivistyy raportinomaiseksi tutkimusyhteenvedoksi.

## 8 TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET

### 8.1 Tutkimuksen tulokset

Haastattelujen ja havainnoinnin perusteella ratsastusterapia on toiminut Vилlelle mieltä rauhoittavana ja fyysisesti rentouttavana toimintana. Ratsastusterapia on myös tukenut Villen kommunikointitaitojen kehittymistä. Vилlelle asetettuja tavoitteita on osiltaan saavutettu jo ennen opinnäytetyömme aloitusta, mutta opinnäytetyömme aikana syntyneenä tuloksena ratsastusterapia on tukenut valtavasti Villen toimintakykyä. On ollut ilo seurata sekä tehdä tutkimusta aiheesta, josta on syntynyt myönteistä tutkimustulosta.

Huomattavimmat tulokset saimme havainnoinnin yhteydessä. Villen vanhemmat ovat olleet todella tyytyväisiä ratsastusterapiaan ja siitä syntyneisiin positiivisiin vaikutuksiin, esimerkiksi Villen ryhdissä. Villen vanhemmat totesivat haastattelussa myös sen, että Vилle itse pitää ratsastuksesta. Ratsastusterapeutin ja Villen omaisten haastatteluista tehtyjen koosteiden jälkeen esiin nousivat omat havainnointimme ratsastusterapiasta. Havainnointi toteutui hyvin avoimin mielin ja mielenkiinnolla ratsastusterapiaa, Vилleä ja ratsastusterapeuttia kohtaan. Poimimme omia havaintojamme, joihin kiinnitimme erityistä huomiota ja saimme havainnoillemme myös paljon teoreettista perustelua.

*Saavuttuamme seuraamaan ratsastusterapiaa, olennaisesti esillä oli tutkimusympäristö. Tutkimusympäristö sijoittui olennaisesti hevostallille. Hevostallille saavuttuamme omat aistit tuntuivat heräävän. Maisema, ympäristö, hajut ja äänet olivat opinnäytetyötiimillemme tuttuja, mutta aistit tuntuivat herkistyvän silti aina tallille saavuttaessa. Hevostalli on haju-, näkö- ja tuntoaisteja stimuloiva ympäristö. Tallipiha toimii myös sosiaalisena ympäristönä, sillä toimintaan liittyy hevon kanssa tehtävä yhteistyö. Hevonen hakeutuu luonnollisesti kontaktiin ihmisen kanssa ja houkuttelee asiakasta reagoimaan (Rokka 2011, 85).*



*Kävimme havainnoimassa ratsastusterapiatuntia. Tunnille osallistui Ville. Villellä on autismikirjon häiriö, ja hän ei kommunikoi puhumalla. Ratsastustuntia seuraamalla huomasimme Villen hyvän suhteen terapeuttiin. Ville oli rauhallinen hevosen selässä ja kuunteli terapeutin selkeitä ohjeita ja toimi niiden mukaisesti. Ratsastusterapeutti on perehtynyt asiakkaansa ongelmiin, osaa toimia tilanteissa asetettujen tavoitteiden mukaisesti ja osaa toimia tilanteissa oikein (Ikäheimo 2013, 159).*

*Ville antoi terapeutin koskettaa itseään ja ohjata fyysisesti makuuasentoon hevosen selän päälle makoilemaan. Ratsastusterapian monitahoinen asia on turvallisuus. Hevonen, talliympäristö ja ratsastusterapeutti edustavat monella eritasolla asiakkaalle turvallisuutta. Terapeutti on johdonmukainen ja turvallinen aikuinen (Ikäheimo 2013, 159). Ville otti terapeuttiin itsenäisesti kontaktia ja haki häneltä selkeästi ohjausta, mitä seuraavaksi tulisi tehdä. Terapeutin tulee osata johtaa vuorovaikutusta sekä opettaa ymmärtämään hevosta. Tärkeitä ovat myös terapeutin omat taidot kommunikoida ratsastajan kanssa (Ikäheimo 2013, 162).*

*Ville ohjasi hevosta terapeutin ohjeiden mukaan kehollaan. Myös hevosesta näkyi, kuinka se keskittyi ratsastajan antamiin apuihin. Kuntoutujan kehon kielestä myös välittyi ilo onnistumisen myötä. Hevonen tunnistaa hyvin, mitä ihminen pyytää siltä ja tarkoittaako hän todella sitä (Ikäheimo 2013, 163). Ville ei tuota puhetta vaan kommunikoi eleillä ja ilmeillä. Hevonen on herkkä, kontaktikykyinen, rehellinen ja palveluhaluinen eläin. Hevonen antaa ratsastajalleen sylin ja jalat sekä herättää erilaisia tunteita. Ratsastusterapiassa toiminnat hevosen kanssa tai ilman tuovat tunteita pintaan (Tuomivaara 2011, 360). Hevonen luo autismikirjon häiriön henkilölle mahdollisuuden saada kontaktia elävään olentoon. Samalla se tarjoaa asento-, tasapaino- ja tuntoaistimuksia ratsastajalle. Terapiahevonen on luotettava ja turvallinen. Harjoitukset tuovat paljon onnistumisen tunteita (Tuomivaara 2011, 362).*

*Ohjeiden mukaisesti Ville haki hevoselle ruokaa ja syötti hevosta ja maistoi myös itse samalla ruokaa. Toimintakyky saa jatkuvaa harjoitusta tallin toiminnoissa, ja samalla tapahtuu monipuolisesti motoristista oppimista. Näiden avulla voidaan saada positiivisia muutoksia käytökseen. (Ikäheimo 2013, 165.) Ratsastusterapia*

*kehittää Villen karkea- ja hienomotoriikkaa, sekä nostaa hänen kuntoaan. Tavoitteina onkin ryhdin parantaminen sekä tasapainon ja rytmin kehittäminen. Ratsastusterapiassa hevosen käynnin liikestimulaatiota on mahdoton jäljitellä. Askelluksessa ei toistu kaavamaisuus, vaan liike on elävää dynaamista liikehdintää. Ratsastajan istuessa käyntiä kulkevan hevosen kyydissä, jatkuvat vuorottaiset kiertoliikkeet liikuttavat vuoroin ratsastajan kumpaakin kehonpuoliskoa rytmikkäästi ja symmetrisesti. (Tuomivaara 2011, 364.) Fyysinen liike vaikuttaa ratsastajaan aina, kun hän istuu hevosen selässä (Hyvätti 2009, 69).*

Ratsastusterapian fyysiset hyödyt ja ympäristön tuomat hyödyt nousivat esiin välittömästi aloitettuumme havainnoinnin tallilla 4.10.2017. Nämä näkyivät vahvasti muun muassa Villen motoriikassa sekä hänen fyysisessä olemuksessa. Englanninkielinen termi “therapeutic riding” kuvaa hyvin Suomessa toteutettavan ratsastusterapian lähtökohtia. Ratsastus voi olla hevosen selässä istumista, jota käytetään terapeuttisiin ja hoidollisiin tarkoituksiin. Terapiasta saadut vaikutukset perustuvat hevosen liikkeisiin, ja fyysinen liike vaikuttaa aina ratsastajaan, kun ratsastaja istuu hevosen selässä. (Hyvätti 2009, 69.) Vिलlelle ratsastusterapia toimii nimenomaan kehon jäykkien osien rentouttajana ja vaikuttaa suoraan esimerkiksi jäykkiin lonkkiin ja ryhtiin. Ratsastusterapian tarkoituksena ei ole ollut niinkään ratsastustaitojen kehittäminen, vaan hevosta käytetään työkaverina, jonka liikkeet käynnin aikana vaikuttavat fyysisesti muun muassa selkään ja lantioon. Hevosen liikkuesssa liike vaatii ratsastajalta aktiivista reagointia. Istunta-asento selässä vaikuttaa pään ja vartalon hallintaan sekä tasapainoon. Hevosen liikkeet mobilisoivat lonkkia, lantiota ja selkärankaa. Ratsastusterapiassa Villen kanssa tehtiin erilaisia liikerataharjoitteita. Samaa liikerataa suoritettiin muutamaan kertaan, jotta Villen vartalo rentoutuisi. Erilaisten harjoitteiden jälkeen Villen vartalo alkoi rentoutua silminnähden. Ratsastusterapian on todettu vaikuttavan fyysisiin ja fysiologisiin muutoksiin. Se vaikuttaa tasapainoon, asentoon, nivelten liikkuvuuteen sekä lihaskontrolliin. Hevosen liike tuo vahvan psykomotorisen elämyksen, joka kehittää motorisia taitoja ja havaintotoimintaa. (Mattila-Rautiainen 2011, 140–141).

Toiminta hevosen kanssa vaatii keskittymistä. (Ikäheimo 2013, 163.) Ratsastus voi tapahtua ilman satulaa, jotta hevosen liikkeet välittyvät asiakkaalle parhaalla

mahdollisella tavalla. Ratsastajan on tarkoitus ottaa terapian aikana vastaan hevosesta välittyvät liikkeet, eikä niinkään vaikuttaa hevosen etenemiseen. Ratsastusterapeutin mukaan ratsastuksessa välineitä voidaan vaihdella. Välillä voidaan käyttää satulaa tai olla ilman. Vilellä apuvälineenä käytetään myös hevoselle tarkoitettua vyötä sekä Vilellä jo valmiiksi olevaa siirto- ja nostovyötä hänen vyötäröllään. Villen kestävyys kehittyi myös maastossa liikkuesssa ja käsien käyttö hevosta hoitaessa ja tallitoimissa. Ratsastusterapiassa Vilellä oli mukana avustaja, joka talutti hevosta, jotta Ville pystyi keskittymään kehon hallintaan terapeutin avustuksella. Avustajan tarkoitus on pitää huolta hevosesta, jotta ratsastusterapeutti voi keskittyä asiakkaaseen. (Järvinen 2011, 224.)

Hevosen liike vaikuttaa monella tapaa. Tunto-, liike- ja tasapainoaisesti parantavat tietoisuutta omasta kehosta, sillä monella autismitietäjien häiriön henkilöillä on usein aisteihin liittyviä poikkeavuuksia. (Sandström 2011, 70) Hevosen kanssa työskentely tarjoaa myös monipuolisesti kuulo-, haju- ja näköaistikokemuksia. (Suomen Ratsastusterapeutit ry.) Näitä aisteja Ville on päässyt hyvin kokemaan talliympäristössä. Ratsastusterapian tavoitteet ovat itsehillinnän kehittyminen, keskittymiskyvyn paraneminen ja ohjeiden noudattaminen. Etenkin Vilelle haasteena on ollut se, ettei hän ei uppoaisi omaan ajatusmaailmaansa, vaan keskittyisi ratsastusterapeutin antamiin ohjeisiin. Ville keskittyi hevoseen ja ratsastusterapeuttiin hienosti. Hevonen ja talliympäristö tarjoavat selkeät rajat- sekä kokonaisvaltaista ja monipuolista toimintaa. (Fysio- ja ratsastusterapia Koodi. Ratsastusterapia.) Talliympäristössä ja varsinkin hevosten läheisyydessä tulee käyttäytyä rauhallisesti, ja tässä Ville on kehittynyt runsaasti ratsastusterapiavuosien aikana. Vilestä välittyy tallitoiminnan kautta iloa ja onnistumisen tunteita, kun hevonen hyväksyy hänet sellaisenaan kuin hän on. Näiden onnistumisen tunteiden avulla Villen mieli rauhoittuu, ja hän kokee tulevaisuutta ymmärretyksi. Villen kanssa kotona työskentelevät ohjaajat tukevat myös Villen ratsastusterapiassa käyntiä. Tämä kävi ilmi esimerkiksi Villen vanhempien haastattelussa. Ennen Villen siirtymistä omaan tuettuun asuntoon, hänen isänsä vei häntä ratsastusterapiaan. Nykyään asumisyksikön ohjaajat tilaavat kuljetuksen sekä osoittavat mielestämme myös tällä tavoin tukea Villen osallistamisessa ratsastusterapiaan.

Ratsastusterapiassa on pyritty puuttumaan myös Villen haastavaan käyttäytymiseen. Ratsastusterapeutin mukaan Villen toiminta on muuttunut hyvin paljon ratsastusterapiavuosien aikana. Ville ei enenkään terapiahevoseen kohdistakaan enää minkäänlaista väkivaltaa. Terapian alussa Ville oli turhautunut ja löi hevosta, mutta tätä ei ole enää tapahtunut. Kukaan ei ole turhaan väkivaltainen, vaan tilanteessa on aina jokin asia, mikä laukaisee ihmisessä väkivaltaisen reaktion. (Kerola & Sipilä 2007, 13). Vilelle ratsastusterapia on toiminut rauhoittavana toimintana, mikä on näkynyt hänen arjessaan myös vahvasti. Ahdistusta on vähentänyt myös ratsastusterapiassa käytössä olleet kuvakortit, jotka ovat auttaneet Villeä kommunikoinnissa. Ratsastusterapeutti käyttää myös kuvia terapian aikana, ja näin Villen on selkeästi helpompi ymmärtää, mitä seuraavaksi tehdään ja mitä tarvikkeita hänen tulee ottaa mukaan, kun hevosta lähdetään hakemaan tarhasta ratsastusta varten. Graafisten kommunikaatiokeinojen käyttöä tulisi harjoitella kaikissa arjen tilanteissa ja erilaisissa paikoissa, ja lähtökohtana tulee olla todellinen kommunikaation tarve. Tämä tukee sanavaraston kehittymistä sekä graafisten merkkien oppimista. Kuvakommunikaatiota harjoitellaan aina vuorovaikutuksessa toisen kanssa (Trygg 2010, 99–101). Villen kohdalla kommunikaatiokuvien käyttö kotona ja ratsastusterapiassa tukevat toisiaan, ja vaihtoehtoisten kommunikaatiomenetelmien opettelu on lähtenyt hyvin käyntiin ja auttanut Villeä keskittymään ja rauhoittumaan. Kommunikaatiomenetelmiä on runsaasti, kuten teoriaosuudessa jo esittelimmekin. Toimme esiin useita menetelmiä, jotta kokonaiskuva siitä, mitä vaihtoehtoja Vilelläkin olisi kommunikaatiomenetelmien hyödyntämisessä. Kuvakortit ja kuvakansio on todettu Vilelle kuitenkin hyödyllisimmäksi vaihtoehdoksi, kuten jo aiemmin toimme esille.

Yksi Villen yksilöllisesti asetetuista tavoitteista ratsastusterapiassa on ollut toiminnanohjauksen lisääminen. Ratsastusterapeutin haastattelun mukaan toiminnanohjaukseen on pyritty lisäämään muun muassa sillä, että kuvakortteja hyväksikäyttäen Ville saa hevosta hoitaessa, kuten harjatessa tai syöttäessä, tehdä itse valintoja, mitä tehdään seuraavaksi. Ratsastusterapeutti tukee Villeä koko valinnan ajan. Tämä lisää mielestämme Villen osallistamista hyvin ratsastusterapia-toimintaan. Tulokset jäivät toiminnanohjauksen osalta opinnäytetyössämme puutteellisiksi, mutta tämän kaltaisen toiminnanohjauksen lisäämisen tarkoituk-

sena on ollut ratsastusterapeutin mukaan lisätä sitä, että Ville itse lähtee tekemään, eikä jää odottamaan, että asioita vain tapahtuu. Uskomme, että toiminnanohjauksen lisääminen lisää Villen oma-aloitteisuutta.

## 8.2 Pohdintaa tuloksista ja johtopäätöksistä

Opinnäytetyömme prosessi on ollut käynnissä eri vuodenaikoina elokuusta 2017 huhtikuuhun 2018. Olimme varautuneet hyvin opinnäytetyön aikana tapahtuviin muutoksiin ilmastossa, joka talviaikaan vaikuttaa esimerkiksi ratsastuksen mahdollisuuteen. Tällä tarkoitamme sitä, että pakkasrajana ratsastukselle on -10 astetta. Mikäli pakkasraja ylittyi, myös ratsastusterapia oli peruttu. Ongelmana tässä oli se, että ratsastusterapiaa ei myöskään ole Villen tapauksessa enempää, kuin kaksi kertaa kuukaudessa. Tämä oli siis uhkana havainnointien toteuttamiselle. Vuodenvaihteen 2017-2018 jälkeen tiimimme oli tarkoitus käydä tekemässä useampia havainnoiteja ratsastusterapiatunnista, mutta henkilökohtaisten syiden ja tuntien peruutusten vuoksi havainnointi jäi yhteen kertaan. Tiiminä koimme olevamme varautuneita tähän, mutta havainnoinnit jäivät silti puutteelliseksi omiin tavoitteisiimme nähden. Mahdollisuutena olisi ollut ainoastaan opinnäytetyön prosessin pidentäminen ajallisesti seuraavalle syyslukukaudelle 2018. Tähän emme kuitenkaan ryhtyneet. Havainnointien vähäisen määrän takia hyödynsimme paljon haastatteluista syntynyttä materiaalia ja havainnointia, joka toteutettiin jo aiemmin. Tuloksen luotettavuus on aikataulun myötä kärsinyt, mutta opinnäytetyötiimimme on tullut tämän kautta siihen tulokseen, että kyseinen tutkimus on silti vahvistanut ratsastusterapian olevan myönteinen ja toimintakykyä tukeva menetelmä autismikirjon häiriön henkilölle ainakin tässä tapaustutkimuksessa. Mikäli ajallisesti olisimme pitkittäneet tutkimusta, olisivat tulokset todennäköisesti kattavammat ja tutkimus laajempi.

## 9 POHDINTA JA ARVIOINTI

### 9.1 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Opinnäytetyöprosessimme käynnistyi keväällä 2017 opinnäytetyömme aiheen valinnalla. Opinnäytetyö alkoi virallisesti vasta elokuussa 2017. Yhteisten kiinnostusten kautta päädyimme toteuttamaan opinnäytetyötä ryhmänä ja muodostimme hyvän sekä toimivan tiimin yhdessä. Opinnäytetyömme aihe pysyi pääpiirteittäin suunnittelunaikana samana, mutta sen lopullinen muoto ja tutkimustapa selkeytyi marras-joulukuussa 2017.

Opinnäytetyömme teoriaa kirjoitettaessa ja tutkittaessa tiimimme yllättyi ratsastusterapian vähäisistä autismikirjon häiriötä koskevista tutkimuksista. Eräs syy vähäiseen ratsastusterapian tutkimukseen on neurologisen potilasaineiston heterogeenisyys ja neurologisten häiriöiden moninaisuus. Nämä asettavat rajoja tieteelliselle tutkimukselle. On vaikea määrittää, mitä mitataan ja dokumentoidaan. (Mattila-Rautiainen 2011, 147–148.) Internet-lähteet ovat toimineet työsämme ensisijaisen tärkeinä. Autismikirjon häiriöstä ajankohtaista ja päivitettyä tietoa löytyy internetistä runsaasti niin englanninkielisiltä sivustoilta, kuin suomenkielisiltä sivustoilta. Internet-lähteitä käyttäessämme jouduimme olemaan lähdekriittisempiä, mikä toi omat haasteensa tiedonhakuun. Ratsastusterapiasta löysimme kuitenkin runsaasti lähdemateriaalia niin internetistä, kuin kirjallisuudesta. Ratsastusterapiasta ja sen taustalla vaikuttavista toiminnoista löytyi runsaasti opinnäytetyössämme hyödynnettäviä lähteitä. Olimme hyvin yllättyneitä, sillä opinnäytetyö ja pro gradu –tutkimuksia merkittävämpiä tutkimuksia ei ole etenkin Suomessa ratsastusterapiaan ja autismikirjon häiriöön liittyen tehty juuri ollenkaan, vaikka ratsastusterapiaa on hyödynnetty jo 1980-luvulta asti Suomessa. Opinnäytetyössämme hyödynsimme itse keräämäämme aineistoa haastattelusta ja havainnoinneista. Tietolähteinä keräämämme materiaali tapaustutki-

musta varten oli korvaamatonta. Haastattelut ja havainnointi auttoivat meitä pääsemään yhä lähemmäksi aiheitamme, ja opimme mielestämme asioita, joita ei kirjoistakaan voi oppia. Tästä esimerkkinä tunteet, joita ratsastusterapia herättää sitä seurattaessa. Ratsastusterapian aitous sekä hevosen ja Villen välinen yhteys olivat erityisen hienoa seurattavaa.

Kuten aiemmin hieman toimme esiin, opinnäytetyömme havainnointien määrään vaikuttivat kohtaamamme haasteet, kuten sääolosuhteet, aikataululliset ongelmat sekä tuntien vähäinen määrä ja niiden peruutukset. Havainnointimme koostui yhdestä kerrasta, mutta useista näkökulmista ja eri havainnoitsijoilta. Tiimimme koko kompensoi tätä hieman, ja sen ansiosta saimme myös runsaasti havaintomateriaalia ratsastusterapiasta. Mikäli olisimme lisänneet havainnointien määrää ja olisimme pitkittäneet opinnäytetyöprosessia, tulokset olisivat olleet todennäköisesti hieman laajemmat. Toteamme tähän myös sen, että sijoitimme havainnoinnit väärään vuodenaikaan ja liian lyhyelle aikavälille. Tulokset, joita keräsimme, olivat silti hyvin myönteisiä Villen kohdalla ja uskomme, että ratsastusterapia on terapia- ja hoitomuotona hyvin suositeltava monelle Villen kaltaiselle henkilölle. Jo ennen tutkimuksen aloittamista uskoimme siihen, ettei tutkimus tuota negatiivisia tuloksia, ja tässä olimme oikeassa. Tutkimuksen aikana emme tehneet, kuulleet tai nähneet ratsastusterapiassa mitään negatiivisia huomioita. Ainoa hieman negatiivinen huomio nykyisestä tilanteesta, tai ennemminkin toive, nousi Villen vanhempien haastattelussa. Villen vanhemmat toivovat ratsastusterapian positiivisten vaikutuksien myötä ratsastusterapian lisäämistä niin, että Villellä olisi mahdollisuus ratsastukseen useammin, esimerkiksi kerran viikossa.

Tutkimustulosten luotettavuus pohjautuu näin ollen hieman lyhyehkölle tutkimukselle, mutta tuloksia voidaan silti pitää luotettavina, ja niiden merkityksiä voidaan hyödyntää mahdollisissa jatkotutkimuksissa. Tapaustutkimuksen idea on myös sen jatkettavuus. Olemme keränneet aiheesta runsaasti tietoa, jota voidaan hyödyntää tulevaisuuden tutkimuksissa. Tapaustutkimus lisää tietoa tutkitusta aiheesta, ja vaikka opinnäytetyömme tulee päätökseen, on aiheesta nyt enemmän tietoa ja myös luotettavia, aitoja ja myönteisiä tuloksia. Pyrimme kuvaamaan opinnäytetyömme vaiheet mahdollisimman tarkkaan. Mielestämme vaiheiden tarkka kuvaus lisää lukijan kokemusta tutkimuksen luotettavuudesta.

Olemme tehneet opinnäytetyötä herkän aiheen parissa, ja eettiset kysymykset opinnäytetyömme aikana ovat olleet läsnä koko matkan ajan. Villen yksityisyyden suojaaminen on ollut meille hyvin tärkeää, ja olemme kunnioittaneet sitä koko opinnäytetyön ajan. Jo reilusti ennen opinnäytetyömme aloitusta otimme yhteyttä Villen vanhempiin, vaikka Ville on nuori aikuinen ja täysi-ikäinen. Eettisistä syistä ja Villen kommunikointitaitojen vuoksi pidimme hyvin tärkeänä, että pysyimme Villen vanhemmilta luvan Ville kuvaamiseen, videoimiseen ja osallistumiseen opinnäytetyöhömme. Olimme hyvin onnellisia Villen vanhempien ollessa myöntyväisiä Villen osallistumisen opinnäytetyöhömme.

Tieteellinen tutkimus on eettisesti hyväksyttävä, kun tutkimus on tehty tieteenkäytännön edellyttämällä tavalla ja sitä kautta saadaan luotettavia tuloksia. Tieteelliselle käytännölle rajat määritellään lainsäädännössä. Tutkimuksessa tulee noudattaa rehellisyyttä tulosten tallentamisessa ja arvioinnissa. Tutkijoiden tulee kunnioittaa muiden tutkijoiden töitä ja viitata niihin asianmukaisilla tavoilla. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta TENK. Tiedevilppi. Hyvä tieteellinen käytäntö.) Tutkimuksen lähtökohtana toimii ihmistieteiden eettiset periaatteet, joita ovat itsemääräämisoikeus, vahingoittamisen välttäminen, yksityisyys ja tietosuoja. Tutkimuksen tekijät vastaavat itse eettisyydestä ja moraalisisista ratkaisuksista. Tulee varmistaa, ettei tutkimukseen sisälly turhia riskejä, jotka vähentäisivät sen arvoa. Tampereen yliopisto. Tutkimus. Tutkimuksen etiikka.)

Eettinen keskustelu ja päätöksen teko ei ole vain yhden ihmisen vastuulla, vaan siihen osallistuu koko työryhmä. Eettisyys rakentuu jatkuvasta keskustelusta ja pohdinnasta. Toimintaympäristössä saattaa tulla eteen muuttuvia tekijöitä, jotka pitää huomioida. Näkökulman muuttuessa on pohdittava kysymystä oikeasta ja väärästä sekä oikeudenmukaisuudesta. Sosiaalialalla työskentely perustuu arvoihin, ihmisoikeuksien kunnioittamiseen. Olemme huomioineet nämä seikat työssämme, jotta olemme saaneet arvojamme kunnioittavan työn, joka ei loukkaa Villeä ja hänen vanhempiaan, eikä hänen kanssaan työskenteleviä henkilöitä. (Talentia. Etiikkaopas. 2017). Työssämme olemme kehittäneet ja ylläpitäneet ammattitaitoamme refleктоimalla ja keskustelemalla asioista, jotta työhön on



saatu tuotua jokaisen jäsenen ammatillisia vahvuuksia. Meidän tuli myös rakentaa luottamus tiimiimme, jotta jokaisen oma eettisyys ja arvot tulivat esille ja niitä ei kritisoitu. Mielestämme tämä on ollut yksi tiimiimme vahvuus, arvot ja eettinen ajattelu. Ihmisarvo, ihmisoikeudet ja sosiaalinen oikeudenmukaisuus ovat keskeisiä periaatteita ja ammattietiikan lähtökohdat. Näillä keinoilla edistetään hyvän elämän toteutumista (Jaakkola 2017).

## 9.2 Ammatillinen kasvu ja sosionomin (AMK) kompetenssit

Ammatillinen kehittyminen näkyy opinnäytetyössä etenkin ymmärryksenä siitä, kuinka tärkeää on huomioida asiakas yksilönä ja tutustua hänen yksilöllisiin tarpeisiin. Olemme oppineet ratsastusterapian merkityksen asiakkaalle sekä sen, kuinka tärkeää on mahdollistaa asiakkaille terapia tai harrastus eläintenparissa hänen niin halutessaan. Opinnäytetyöstämme ilmenee myös, kuinka sosionomin ammatissa voidaan tukea yhdenvertaisuutta tukemalla asiakasta hänelle tärkeissä asioissa. Keräämämme teoriatieta on auttanut meitä ymmärtämään paremmin autismitietoa sekä eläinavusteisen toiminnan ja ratsastusterapian merkitystä ihmisille. Olemme saaneet myös tärkeää tietoa erialisista kommunikaatiokeinoista ja niiden käytön tärkeydestä yhdenvertaisuuden tukemisessa.

Opinnäytetyömme edetessä näkemyksemme eläinavusteisen toiminnan ja ratsastusterapian tärkeydestä on vahvistunut ja koemme, että on tärkeää tuoda terapiamuotoa ja harrastusta enemmän esille, jotta mahdollisimman monella olisi mahdollisuus päästä hyötymään eläinavusteisen toiminnan ja ratsastusterapian hyödyistä. Sosionomin (AMK) koulutus on monipuolinen ja se mahdollistaa työskentelyn monenlaisissa eri sosiaalialan työpaikoissa ja erilaisten asiakkaiden parissa. Sosionomin (AMK) mahdollistaa myös hyviä jatkokoulutautumismahdollisuuksia ja yksi sellainen on esimerkiksi sosiaalipedagoginen hevostoi-

minta, joka mahdollistaa työskentelyn hevostenparissa sosiaalisessa kuntoutuksessa. (Turun Yliopisto. Koulutus. Täydennyskoulutus. Sosiaali- ja terveysala. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta)

Opinnäytetyömme on mielestämme tukenut ammatillista kasvua ja selkeyttänyt työmahdollisuuksia sekä avannut tietoisuutta siitä kuinka laajalla kentällä sosionomi (AMK) voi työskennellä. Opinnäytetyön toteutus tapaustutkimuksena on saanut meidät pohtimaan tuotoksen eettistä puolta. Mitä tietoa voimme käyttää ja kuinka havainnot ja tiedot asiakkaasta tuodaan esille, niin ettei hänen yksityisyytensä paljastu. Eettisiä kysymyksiä pohdittaessa olemme joutuneet tarkastelemaan myös havaintojamme ja saamiamme tietoja kriittisesti, jotta saimme mahdollisimman luotettavaa ja ajantasaista tietoa aiheeseemme liittyen.

### 9.3 Kehittämistyö jatkossa

Pohdimme opinnäytetyön aikana myös runsaasti aiheen kehittämiseen liittyviä ongelmia ja asioita. Pohdinnoistamme nousi esiin esimerkiksi se, että aiheen tutkimiseen vaaditaan mielestämme kiinnostusta, mahdollisesti hevostuntemusta ja käsitystä autismikirjon häiriöstä. Mielestämme erityisesti hevostuntemus auttaa ymmärtämään ratsastusterapiatoiminnan kokonaisuutta, jota pidämme tärkeänä. Jokainen hevonen ja terapiahevonen omaa omanlaisensa luonteen, mikä on hyvin tärkeää ottaa huomioon sekä ymmärtää. Tulevaisuuden kehittämistyö voisi mahdollisesti liittyä ratsastusterapian lisäämiseen autismikirjon häiriön henkilöillä. Esimerkiksi mahdollisuutta ratsastusterapiaan voisi tarjota enemmän. Toinen kehittämiseen liittyvä aihe on ratsastusterapian vaikuttavuuden tutkiminen autismikirjon häiriöön liittyen. Kyseessä olisi hyvin laaja tutkimus, mutta tiimimme uskoo, että tutkimus voisi tuottaa erittäin laajoja ja kattavia perusteluja ratsastusterapian lisäämiselle niin kuntoutus- kuin terapiamuotona.

### 9.4 Loppusanat

Olemme tyytyväisiä opinnäytetyöhömmе, sillä monista matkan varrella olleista mutkista huolimatta opinnäytetyömme tavoite on saavutettu. Opinnäytetyömme tuo lukijalleen myös lisää ajankohtaista tietoa, etenkin autismikirjon häiriöstä ja ratsastusterapiasta itsestään sekä ratsastusterapian hyödyntämisestä autismikirjon häiriössä. Myönteiset tulokset lämmittivät opinnäytetyötiimimme mieltä ja motivoivat meitä.

Loppuun tahdomme kiittää ratsastusterapeuttia, joka osallistui opinnäytetyöhömmе ja tutkimukseemme päähenkilöä Villeä sekä hänen vanhempiaan. Ilman teitä opinnäytetyömme ei olisi ollut mahdollinen. Kiitos.

## LÄHTEET

- Alho-Näveri L, Ikonen T, Karjala M, Kortelainen S, Ruotsalainen T, Salmi K, Sauna-aho O. (2011) *Autismikäsikirja 1.0*. (Eteva kuntayhtymä). Saatavilla [http://www.eteva.fi/Global/Tiedostot/Eteva/Op-paat%20ja%20julkaisut/Autismikasikirja\\_1.pdf](http://www.eteva.fi/Global/Tiedostot/Eteva/Op-paat%20ja%20julkaisut/Autismikasikirja_1.pdf)
- Anttila, P. (2007). Ylemmän AMK-tutkinnon metodifoorumi. Case-tutkimus Virtuaali Ammattikorkeakoulu. Saatavilla 7.2.2018. <http://www2.amk.fi/digma.fi/www.amk.fi/opintojak-sot/0709019/1193463890749/1193464144782/1194348546586/1194356433452.html>
- Autismi- ja asperger. Autismikirjo. Saatavilla 28.2.2018. <https://www.autismiliitto.fi/autismikirjo/autismi>
- Autismi- ja aspergerliitto. Autismikirjo. Saatavilla 25.1.2018 <https://www.autismiliitto.fi/autismikirjo>
- DUODECIM Terveyskirjasto. Autismi. Huttunen M., 2016. Saatavilla 25.1.2018. [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00355](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00355)
- Fine, Aubrey H. (2010) Artikkel. Teoksessa A. H. Fine, *Handbook on Animal assisted therapy – Theoretical foundations and guidelines for practice* (s. 3-16) Pomona California, USA: Elsevier
- Fysio- ja ratsastusterapia Koodi. Ratsastusterapia. Saatavilla 12.3.2018 <http://www.terapiakoodi.fi/>
- Green Care Finland. Menetelmät. Saatavilla 20.11.2017 <http://www.gcfinland.fi/green-care-/menetelmat/elainavusteiset-menetelmat/>
- Helin-Kiiski, S., Konnu, P. & Lintukangas, S. (2014) *Ratsastusterapia ja sen mahdollisuudet MS potilaiden kuntoutuksessa – kirjallisuuskatsaus* (Opinnäytetyö, Saimaan ammattikorkeakoulu, hoitotyön koulutusohjelma). Saatavilla [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/85800/Lintukangas\\_Sarianna.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/85800/Lintukangas_Sarianna.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Hellanmaa, M. & Lindström, J. (2009) *Ratsastusterapian merkitys autistisen kehitysvammaisen lapsen kuntoutuksessa* (Opinnäytetyö, Laurea-ammattikorkeakoulu, Fysioterapian koulutusohjelma). Saatavilla [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/4947/Hellanmaa\\_lindstrom.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/4947/Hellanmaa_lindstrom.pdf?sequence=2&isAllowed=y)
- Honkanen, T. (2013). *Turpaterapiaa ja karvaista kaveruutta: ihmisen ja eläimen välinen suhde sekä eläinten koetut vaikutukset hyvinvointiin ja elämäntyytyväisyyteen* (Pro gradu –tutkielma, Tampereen yliopisto, Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö). Saatavilla <http://tampub.uta.fi/handle/10024/85050>
- Huhtanen, K. (2011) *Puhetta tukevat ja korvaavat kommunikointimenetelmät Suomessa*. (3. p.). Helsinki: Kehitysvammaliitto ry Kouvola.
- Hyvätti, N. (2009). *Ohjat omiin käsiin. Hevonen lastensuojelun sosiaalityön tukena*. TS-Yhtymä Oy / Digipaino: Suomen Ratsastajainliitto Oy.
- Ikäheimo, K. (2013). *Karvaterapiaa, eläinavusteinen työskentely*. Yliopistopaino Helsinki: Solution Models House
- Isomäki, J. & Kivilahti, A. (2012) *Ratsastusterapiaa ja sosiaalipedagogista hevostoimintaa tarjoavien yrittäjien nykytilanne Suomessa* (Opinnäytetyö, Hämeen ammattikorkeakoulu, hoitotyön koulutusohjelma). Saatavilla [http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/43108/Isomaki\\_Kivilahti.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/43108/Isomaki_Kivilahti.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Jaakkola, H. (toim.) (3/2017) *Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet on uudistettu*. (Talentia-lehti.) Saatavilla <https://www.talentia-lehti.fi/sosiaalialan-ammattilaisen-eettiset-ohjeet-on-uudistettu/>
- Jokimäki, E., Laitinen M. & Salo, S. (2011) *Haastavat tilanteet - opas vanhemmille*. Rovaniemi: Painatuskeskus Finland. Saatavilla [http://www.sosiaalikallega.fi/hankkeet/tukeva/kolpeneen-pilotti/HAASTAVAT%20TILANTEET-OPAS%20%20VANHEMILLE\\_oikoluettu\\_MM.pdf](http://www.sosiaalikallega.fi/hankkeet/tukeva/kolpeneen-pilotti/HAASTAVAT%20TILANTEET-OPAS%20%20VANHEMILLE_oikoluettu_MM.pdf)
- Jyväskylän yliopisto. (2015). *Avoimet. Menetelmäpolkuja humanisteille. Havainnointi eli observointi*. Saatavilla 6.2.2018. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineistonhankintamenetelmat/havainnointi-eli-observointi-osallistuminen-ja-kenttaetyoe>

- Jyväskylän yliopisto. (2015). Menetelmäpolkuja. Menetelmäpolku. Tutkimusstrategia. Tapaustutkimus. Saatavilla 7.2.2018. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/tapaustutkimus>
- Järvinen, T. (2011) Avustaja ratsastusterapiassa. Teoksessa Mattila-Rautiainen S. *Ratsastusterapia* (s. 224-225.) Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kerola, K. (2009). *Autistisesti käyttäytyvien lasten kuntoutus-strukturoitu opetus*. Teoksessa Kommunikoinnin häiriöt syitä, ilmenemismuotoja ja kuntoutuksen perusteita (s.168-190) Helsinki: Yliopistopaino
- Kerola, K. & Sipilä, A-K. (2007) Haastava käyttäytyminen: syitä, muutoksen mahdollisuuksia, Oulu: Kalevaprint Oy
- Kuusisto, T. (2014) *Ratsastusharrastus hyvinvoinnin lähteenä–Ratsastusharrastajien kokemuksia psykososiaalisesta hyvinvoinnista harrastuksen parissa* (Opinnäytetyö, Turun ammattikorkeakoulu, toimintaterapian koulutusohjelma). Saatavilla [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/79727/Kuusisto\\_Taru.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/79727/Kuusisto_Taru.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- L 3.4.1987/380 Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista. Saatavilla <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1987/19870380>
- Leskinen, A. (2014). *Kuvakommunikaatio autistisen lapsen ratsastusterapiassa - kuvamateriaalia terapiatallille* (Opinnäytetyö, Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Fysioterapian koulutusohjelma). Saatavilla [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/79513/Leskinen\\_Anni.pdf?sequence=1](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/79513/Leskinen_Anni.pdf?sequence=1)
- Male, E. (2014). ETEVA *Haastava käyttäytyminen*. Saatavilla <http://www.eteva.fi/Global/Tiedostot/Eteva/Kehitysvammapsykiaatria/Haastava%20k%C3%A4ytt%C3%A4ytymisen%20Eteva%202014.pdf>
- Mattila-Rautiainen, S. (2011) Ratsastuksen vaikutus hyvinvointiin. Teoksessa Mattila-Rautiainen S. *Ratsastusterapia* (s. 140-151). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Mattila-Rautiainen, S. (2011) *Ratsastusterapia*, Jyväskylä: PS-kustannus

- Mattila, M-L. (2013) AUTISM SPECTRUM DISORDERS - An epidemiological and clinical study. Väitöstyö. Saatavilla <http://jultika.oulu.fi/files/isbn9789526203386.pdf>
- Mattila, M-L. (2014) Autism spectrum disorders: an epidemiological and clinical study. Väitöskirja. Saatavilla <http://jultika.oulu.fi/files/isbn9789526203386.pdf>
- Oppariapu. Apua opinnäytetyön kirjoittamiseen. Haastattelut. Saatavilla 2.4.2018 <https://oppiapu.wordpress.com/menetelmat/haastattelut/>
- Palola, L. Ratsastusterapia Leni Palola. Ratsastusterapia käytännössä. Saatavilla 20.11.2017 <http://ratsastusterapia.net/ratsastusterapia/>
- Papunet. Apuvälineet. Kommunikointiohjelma. Saatavilla 8.3.2018 <http://papunet.net/tietoa/kommunikointiohjelma>
- Papunet. Puhetta korvaava kommunikointi eli ACC. Saatavilla 8.3.2018 <http://papunet.net/tietoa/puhetta-korvaava-kommunikointi-eli-aac>
- Papunet. Puhetta korvaava kommunikointi. Kuvat kommunikoinnissa. Saatavilla 8.3.2018 <http://papunet.net/tietoa/kuvat-kommunikoinnissa>
- Papunet. Puhetta korvaava kommunikointi. Saatavilla 8.3.2018 <http://papunet.net/tietoa/tukiviittomat-kommunikoinnissa>
- Peuhkuri, T. (2005) Tapaustutkimuksen valinnat. Esimerkkinä saaristomeren rehevöitymis ja kalankasvatuskiista. Teoksessa Räsänen P., Anttila A-H. & Melin H. *Tutkimusmenetelmien pyörteissä* (s. 291-308) Jyväskylä: PS-kustannus.
- Ratamaa J. Fysio-ja Ratsastusterapia. Ratsastusterapia. Saatavilla 20.11.2017 <http://www.ratsastusterapia.com/?ratsastusterapia>
- Rokka, A. (2011) Hevonen, talli ja niiden tuomat mahdollisuudet ratsastusterapiassa. Teoksessa Mattila-Rautiainen S. *Ratsastusterapia* (s. 80-87). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Ruohonen, S. Rissanen, R. & Manninen, P. (2009) Virtuaali ammattikorkeakoulu. Havainnointi. Saatavilla 26.11.2017 <http://www2.amk.fi/digma.fi/www.amk.fi/opintojak-sot/030906/1144934265902/1144934468296/1144934658929/1146047793749.html>
- Sandström, M. (2011) Ratsastusterapian neurofysiologia. Teoksessa Mattila-Rautiainen S. *Ratsastusterapia* (s. 20-78) Jyväskylä: PS-kustannus.

- Soini, K. Ilmarinen, K., Yli-Viikari, A. & Kirveenummi, A. (2011) Green Care sosiaalisen innovaationa suomalaisessa palvelujärjestelmässä. *Yhteiskuntapolitiikka* 76 (3), 320-330. Saatavilla <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/102903/soini.pdf?sequence=1>
- Somppi, T. (2014) *Hevonen työvälteenä* (Pro gradu –tutkielma, Jyväskylän yliopisto, opettajankoulutuslaitos). Saatavilla <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/43640/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201406051947.pdf?sequence=1>
- Soy, S. K. (1997). *The Case Study as a Research Method*. University of Texas. Saatavilla 7.2.2018. <https://www.ischool.utexas.edu/~ssoy/usesusers/l391d1b.htm>
- Suomen Ratsastusterapeutit ry. Ratsastusterapia. Saatavilla 25.1.2018. <http://www.suomenratsastusterapeutit.fi/ratsastusterapia/>
- Suomen Ratsastusterapeutit ry. Saatavilla 25.1.2018. <http://www.suomenratsastusterapeutit.fi/ratsastusterapia/>
- Suomi, A., Juusola, M. & Anundi, E. (2016). *Vihreä hoiva ja voima*. Tallinna: Artemia.
- Talentia (2017). Etiikkaopas. Saatavilla 24.4.2018. [http://talentia.e-julkaisu.com/2017/eettiset-ohjeet/docs/Talentia\\_Etiikkaopas\\_2017.pdf](http://talentia.e-julkaisu.com/2017/eettiset-ohjeet/docs/Talentia_Etiikkaopas_2017.pdf)
- Tampereen yliopisto. Tutkimus. Tutkimuksen etiikka. Saatavilla 24.4.2018 <https://www2.uta.fi/tutkimus/tutkimuksen-etiikka/tutkimusten-eettisessa-arvioinnissa-sovellettavat-ohjeet>
- Tervakari, A. (2005). TTY/DMI/Hypermedialaboratorio. Saatavilla [http://mat-www.ee.tut.fi/hmopetus/hmjatkosems04/liitteet/JOS\\_hypermedia\\_Tervakari140105.pdf](http://mat-www.ee.tut.fi/hmopetus/hmjatkosems04/liitteet/JOS_hypermedia_Tervakari140105.pdf)
- Terveyden ja hyvinvoinninlaitos (2012). Ohtanen. Saatavilla 10.2.2018. <https://mekat.thl.fi/ohtanen/4427.aspx>
- Trygg B (2010) *Graafinen kommunikointi esineet, kuvat ja symbolit puhetta tukevassa ja korvaavassa kommunikoinnissa*. Kouvola: Solver Palvelut.
- Tuomivaara, P. (2011) Käytöshäiriöinen lapsi ratsastusterapiassa. Teoksessa Mattila-Rautiainen S. *Ratsastusterapia* (s. 347-372.) Jyväskylä: PS-kustannus.



- Turun Yliopisto. Koulutus. Täydennyskoulutus. Sosiaali- ja terveysala. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta. Saatavilla 18.4.2018 <http://www.utu.fi/fi/yksikot/braheadevelopment/koulutus/taydennyskoulutus/sosiaali-ja-terveysala/sosiaalipedagoginen-hevostoiminta/Sivut/home.aspx>
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK). Tiedetilppi. Hyvä tieteellinen käytäntö. Saatavilla 24.4.2018 <http://www.tenk.fi/fi/hyva-tieteellinen-kaytanta>
- Törmälehto, E. (2011) Autismi ja ratsastusterapia. Teoksessa Mattila-Rautiainen S. *Ratsastusterapia* (s. 331-346.) Jyväskylä: PS-kustannus.
- Vernerinet.net. Kehitysvammaisuus. Mielen terveys. Saatavilla 7.3.2018 <http://vernerinet.net/yleis/haastava-kayttaytyminen>
- World Health Organization (2017). Autism spectrum disorders. Saatavilla 25.1.2018 <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/autism-spectrum-disorders/en/>
- Yin, R.K. (1987). Case Study Research. Design and Methods. Beverly Hills, California, USA: Sage Publications.
- YK-liitto. YK:n yleissopimus vammaisten henkilöiden oikeuksista ja sopimuksen valinnainen pöytäkirja. Saatavilla 6.3.2018 [http://www.ykliitto.fi/sites/ykliitto.fi/files/vammaisten\\_oikeudet\\_2016\\_net.pdf](http://www.ykliitto.fi/sites/ykliitto.fi/files/vammaisten_oikeudet_2016_net.pdf)

## LIITE 1: Opinnäytetyöhön osallistuminen/suostumus

Sivut 1/2

Hei,

Olemme kolme sosionomi (AMK) opiskelijaa Diakonia-ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyötä liittyen aiheeseen *Ratsastusterapia asiakkaan toimintakykyä tukemassa*. Opinnäytetyömme työstäminen sijoittuu ajalle 8/2017–4/2018. Pyydämme lupaa tutkia omaisenne osallistumista ratsastusterapiaan.

Tarkoituksemme on toteuttaa tapaustutkimus, johon liittyy havainnointia ratsastusterapian aikana. Havainnoinnin olennainen osa on kuvaaminen ja videoiminen. Kuvia ja videoita ei julkaista vaan kuvat ja videot ovat tarkoitettu osaksi analysointia ja siihen liittyvään tutkimiseen ja hetkeen palaamiseen. Opinnäytetyön arvioinnin jälkeen kuvat ja videot poistetaan laitteesta, jolla ratsastusterapia tunnit on kuvattu. Emme puutu tuntiin mitenkään muuten, kuin seuraamalla sivusta. Tämän vuoksi pyydämme kuvaus- ja videoimislupaa ratsastusterapia tunnista? Alla suostumus ja allekirjoitettava osa suostumusta.

Mikäli teillä herää kysyttävää, vastaamme mielellään kysymyksiin, koko opinnäytetyön suorittamisen ajan.

Ystävällisin terveisin,

Sosionomiopiskelijat

Kaisa Rantanen

kaisa.rantanen@student.diak.fi

Jonna Murtomäki

jonna.murtomaki@student.diak.fi

Aino Koikkalainen

aino.koikkalainen@student.diak.fi

## Suostumus

Olemme saaneet riittävästi tietoa opinnäytetyöstä, osallistumme opinnäytetyöhön ja annamme suostumuksen

omaisemme: \_\_\_\_\_ kuvaamiseen sekä videoimiseen ratsastusterapiatunneilla Diakonia-ammattikorkeakoulun sosionomi opiskelijoiden Aino Koikkalaisen, Jonna Murtomäen ja Kaisa Rantasen käytettäväksi opinnäytetyössään.

---

Paikka ja päivämäärä

---

Allekirjoitus ja nimenselvennys

## LIITE 2: Haastattelurunko ratsastusterapeutille

### HAASTATTELURUNKO AVOIMEEN HAASTATTELUUN

#### Taustatiedot

- Mikä koulutus pohja
- Missä opiskellut ratsastusterapeutiksi
- Kuinka kauan toiminut ratsastusterapeutina
- Mikä motivoi opiskelemaan ratsastusterapeutiksi
- Millainen kokemus opiskelu oli

#### Terapiahevonen

- Mitä hevoselta vaaditaan ratsastusterapiassa

#### Kokemuksia terapeuttina työskentelystä ja Villen kanssa työskentelystä

- Kerro ja kuvaile työtäsi ratsastusterapeutina
- Villen tavoitteet ratsastusterapiassa
- Mistä Villen tavoitteet muodostuvat
- Kuvaile miten Villelle asetettuja tavoitteita on lähdetty saavuttelemaan
- Mitä tavoitteita on jo mahdollisesti saavutettu
- Mitä merkityksiä ratsastusterapialla on Villelle

### LIITE 3: Haastattelurunko omaisille

#### HAASTATTELURUNKO OMAISILLE

##### Taustatiedot

- Suhde asiakkaaseen

##### Kokemuksia

- Kokemuksia ratsastusterapiasta
- Millä tavoin näette ratsastusterapian hyödyllisenä omaisellenne
- Millaisia toivomuksia teillä on tulevaisuudelle ratsastusterapiasta