

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaalian koulutusohjelma

Milla Ristola

KOIRA-AVUSTEISEN TOIMINNAN LISÄÄMINEN SOSIAALISEN
TYÖLLISTÄMISEN TYÖPAJALLE – VAIKUTTAVUUS TYÖYHTEISÖSSÄ

Opinnäytetyö 2013

TIIVISTELMÄ

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaalialan koulutusohjelma

RISTOLA, MILLA

Koira-avusteisen toiminnan lisääminen sosiaalisen työllistämisen työpajalle – vaikuttavuus työyhteisössä

Opinnäytetyö

59 sivua + 2 liitesivua

Työn ohjaaja

YTM lehtori Merja Nurmi

Toimeksiantaja

Tukipuu 2G–Green Power 2013–2015 -hanke

Syyskuu 2013

Avainsanat

green care, ekologinen psykologia, eläinavusteinen terapia, sosiaalinen työllistäminen, sosiaalinen vuorovaikutus

Opinnäytetyössä tutkittiin Green Care -ideologiaan pohjautuvaa koira-avusteista työkentelymenetelmää sosiaalisen työllistämisen työpajalla. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuoda koira-avusteinen työmenetelmä työyhteisölle näkyväksi, sekä selvittää, miten koiran läsnäolo vaikuttaa työpäivän kulkuun, työssä viihtymiseen ja sosiaalisiin vuorovaikutustaitoihin. Tutkimus toteutettiin Anjalankosken Työttömät ry:n meneillään olevaan tuetun työllistymisen Tukipuu 2G–Green Power 2013–2015 -hankkeelle yhdistyksen Kouvolan Inkeroisessa sijaitsevassa toimintapisteessä. Tutkimuksen aikana työpaja työllisti kahdeksan henkilöä, jotka siten osallistuivat tutkimukseen.

Tutkimus käsittää sosiaalialan jäsentymistä Green Care -ideologian taustateoriaan. Opinnäytetyössä tarkastellaan eri näkökulmista ihmisen ja luonnon elementtien välistä hyvinvointi- ja vuorovaikutussuhdetta. Aineistonhankintamenetelminä käytettiin osallistuvaa havainnointia, avointa haastattelua, koira-aiheisia tunnekortteja sekä työhyvinvointia mittaavaa, työpäivän kulun kokemuksiin perustuvaa, palautelaatikkoon annettuja vastauksia. Tuloksia verrattiin sekä koottiin, koirattomien ja koirallisten päivien kesken saatujen vastausten perusteella. Tutkimuksessa käytettiin fenomenologista lähestymistapaa, koska toteutukseen liittyivät vahvasti vuorovaikutuksellinen ja kokemuksellinen näkemys tietyssä toimintaympäristössä.

Tutkimus osoitti koiran läsnäololla olevan merkittäviä positiivisia vaikutuksia. Työyhteisössä lisääntyivät keskinäinen vuorovaikutus, yhteisöllinen kokemuksellisuus sekä työn merkityksellisyys. Koiran koettiin tuovan luottamuksellisuutta vastavuoroisuudellaan. Koira-avusteista toimintaa pidettiin myös mielekkäänä. Se lisäsi myönteistä mielikuvaa sosiaalisesta minuudesta, jolloin se loi luottamusta omien kykyjen mukaiseen toimintaan. Myös tiedonhalu koira-avusteista menetelmää kohtaan lisääntyi. Tutkimuksen tuloksien perusteella johtopäätöksenä voidaan todeta, että koiran mukanaan tuomat hyvinvointivaikutukset edistäisivät heikossa työmarkkina-asemassa olevien toimintakykyä. Lisäksi, lisäämällä koira-avusteista toimintaa sosiaalisen työllistämisen työpajoille voidaan kehittää erilaisia työllistymismahdollisuuksia.

ABSTRACT

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

University of Applied Sciences

Social Services

RISTOLA, MILLA

Increasing Dog-Assisted Activity in Social Employment
Workshop – Impact in the Workplace

Bachelor's Thesis

59 pages + 2 pages of appendices

Supervisor

Merja Nurmi, Senior Lecturer

Commissioned by

Tukipuu 2G–Green Power 2013–2015 -Project

September 2013

Keywords

green care, ecological psychology, animal-assisted therapy,
social employment, social interaction

In this study Green Care ideology based on a dog-assisted working method in workshop of social employment was examined in. The aim of this study was to bring out a dog-assisted method to the workplace, also to clarify a dog's impact how working day goes, satisfaction at work and social interaction. The research was conducted in ongoing project of supported employment Tukipuu 2G–GreenPower 2013–2015 in Inkeroinen and was operated in the facilities of Anjalankosken Työttömät. During this the workshop employed eight people who participated in this study.

The study includes the social structures on the background of ideological theory in Green Care ideology from different points of view as well as the elements of well-being and interpersonal relationship between a man and nature. As methods for collecting material were observation, open interviews, dog-themed cards as well as responses given after a working day. The results were compared and collected, based on the given answers between the days with or without a dog. The study used a phenomenological approach because strong association with the implementation of relational and experiential approach in given environment was related to it.

The study showed that the presence of a dog has a significant positive impact. Increasing interaction, collaborative and experiential significance of the work was shown in the workplace. A dog was regarded as bringing confidentiality with its presence. Dog-assisted activities were also considered meaningful. It added a positive image of the social self and therefore created more confidence to a person's own skills at work. In addition, curiosity to dog-assisted methods increased. Based on the results of the study it can be concluded that the adding a dog-assisted method in social employment workshops would develop a variety of new opportunities to employ.

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO	6
2	TUKIPUU 2G–GREEN POWER 2013–2015 -HANKKEEN LÄHTÖKOHDAT	7
	2.1 Yhteiskunnan vaatimuksia heikossa työmarkkina-asemassa oleville	7
	2.2 Yhdistyksen ja hankkeen tarjoamat työllisyyspalvelut	9
3	GREEN CARE	11
	3.1 Ideologian käsitteistö	11
	3.2 Green Care -toiminnan sosiaalityön ammatillinen jäsentyminen	12
4	GREEN CARE JA SOSIAALITYÖN MERKITYSTÄ KUVAAVAT TOIMINNAT	14
	4.1 Ekologinen minuus eli luontosuhde	14
	4.2 Luontosuhteen merkitys yksilölle	15
	4.3 Ekopsykologiset menetelmät	16
	4.4 Eläinavusteisten interventioiden toteutus Suomessa	17
5	IHMISEN JA ELÄIMEN VÄLINEN VUOROVAIKUTUSSUHDE	19
	5.1 Eläimen läsnäolon merkitys	19
	5.2 Koira vuorovaikutuksen toisena osapuolena	21
	5.3 Erilaisia hyvinvoinnin näkemyksiä ihmisen ja koiran välillä	22
6	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	23
	6.1 Tutkimusympäristö ja tutkimustehtävä	23
	6.2 Tutkimuskysymykset	24
	6.3 Tutkimussuuntaus	25
7	AINEISTONKERUU	26
	7.1 Havainnointi	26
	7.2 Strukturoimaton keskustelu ja koira-aiheiset tunnemenetelmäkortit	28
	7.3 Työilmapiirin mittaaminen palautelaatikkoon annettavilla hymiöillä	29

7.3.1	Aikataulullinen toteutus	30
7.3.2	Tutkimuksen toteutuksen kuvaus	31
7.3.3	Koiran mukanaolo tutkimuksen toteutuksessa	31
8	TUTKIMUSTULOKSET	32
8.1	Koirattomien päivien työyhteisön yleinen näkemys työn merkityksestä	33
8.2	Työyhteisön yleisesti koetut miitteet työviihtyisyydestä	34
8.3	Työpäivän kulkuun liittyvät näkemykset koirattomina päivinä	36
8.4	Työyhteisön toiminnalliset muutokset koirallisina päivinä	39
9	TUTKIMUSTULOSTEN YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET	43
9.1	Saatujen tulosten teoreettisen viitekehyksen arviointia menetelmiseen	43
9.1.1	Ekososiaalinen lähestymistapa	44
9.1.2	Green Care ja ekopsykologinen näkökulma	45
9.1.3	Ihmisen ja eläimen välinen vastavuoroisuus	46
9.2	Tutkimuksen pätevyys ja luotettavuus	47
10	POHDINTA	48
10.1	Menetelmät	48
10.2	Koira-avusteisen menetelmän mahdollistaminen työyhteisöön jatkossa	50
10.3	Lopuksi	51
	LÄHTEET	53
	LIITTEET	
	Liite 1. Työpäivän kulun tunnelmista kuvaavat hymiöt	
	Liite 2. Tutkimuksen toteutuksessa mukana ollut Hupi	

1 JOHDANTO

Työelämä sekä työttömyyden muoto ovat muuttuneet viime vuosikymmenien aikana. Alueellisesti tai yleisesti vähenevät tarjolla olevat työpaikat tuntuvat katoavan. Samalla myös työmarkkinoille pääsy on muotoutunut kilpailuksi, välityömarkkinoiden osuuden kasvaessa. Kulttuurissamme ansiotyö mielletään osaksi identiteetin muodostumiseen ja sen katsotaan määrittävän ihmisen asemaa yhteiskunnassa. Tukityöllistymistä ei aina mielletä oikeaksi työsuhteeksi, vaan loukuksi, jonka byrokratia määrittää. Yhä useammin työttömyyden torjumiseksi, kolmannen sektorin toimijat kehittävät kokonaisvaltaisesti tukityöllistetyille suunnattuja palveluja eri työllistymisprojektein. Työllistymisprojektien avulla lisätään yksilön hyvinvointia, toimintakykyä sekä ylläpidetään psyykkisiä voimavaroja. Kyseisillä keinoilla edesautetaan siirtymään työelämään nopeammin. (Era, Turunen & Vuopala 2007, 171.)

Myös sosiaalityön tulee kehittyä yhteiskunnan mukaan. Ongelmien ollessa moninaisempia, ratkaisuja haetaan eri elementtien avulla. (Suopanki 2011, 31.) Meneillään olevassa sosiaalialan kehittämishankkeessa Hyvinvointi 2015 -ohjelmatyössä, pyritään vastaamaan hyvinvointipolitiikan muuttuviin rakenteellisiin muutoksiin. Yhdeksi ohjelman tavoitteeksi on asetettu etsiä keinoja ihmisten hyvinvoinnin, sosiaalisen turvallisuuden sekä toimentulon parantamiseksi. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2007, 7.) Uusien työskentelymallien avulla haetaan lisäarvoa hyvinvointiin lisääviin vaikutuksiin, vanhojen perinteisten toimintamallien oheen (Möttönen & Niemelä 2005, 76–77). Uutena mallina voidaan pitää myös Green Care -ideologian tuomista sosiaalisen työllistymisen kentälle. Suomessa vihreästä hoivasta haetaan siis lisäarvoa palvelujen tuottamiseen. Kasvavana sosiaalisena innovaationa on ennustettu, että Green Care -toiminta on osa vakiintunutta hoitojärjestelmää kymmenen vuoden kuluessa. Toiminnalle laaditaan sekä kehitetään standardeja ammatillisen koulutuksen lisäämiseksi. (Salovuori 2010, 27.) Siten ajankohtaisuus tämän opinnäytetyön aiheeseen on merkittävää, sillä aiempia tutkimuksia ei tälle asiakaskohderyhmälle ole tässä kontekstissa tehty (Yli-Viikari 2013).

Anjalankosken Työttömät ry:n hallinnoima Tukipuu 2G–Green Power 2013–2015 -työllistymishanke painottaa työmenetelmänä Green Care -ideologiaa hankeasiakkaiden työympäristöön. Tutkimusympäristönä on yhdistyksen yksi työpajoista ja siinä oleva kierrätysmyymälä Kouvolan Inkeröissä. Opinnäytetyö käsittelee Green Care -toiminnan koira-avusteista työmenetelmää. Työyhteisöön koira-avusteisen menetelmän lisäämisen tarkoituksena on tutkia, kuinka koiran läsnäolo vaikuttaa työpäivän

kulkuun, työssä viihtymiseen sekä sosiaalisiin vuorovaikutustaitoihin. Kehittämistyön keskeisenä tavoitteena on myös tuoda koira-avusteista menetelmää tunnetuksi työyhteisölle. Opinnäytetyössä verrataan koirattomien ja koirallisten työpäivien kesken saatuja tuloksia.

Green Care Finland ry kokoaa internetsivuillaan meneillään olevia koulutuksia eläinavusteisesta toiminnasta sekä Green Care -ideologian kehittämishankkeita tutkimuksineen. Varsinaisia tutkimuksia koira-avusteiseen toimintaan löytyy suhteellisen vähän. (Green Care Finland.) Sen sijaan ajankohtaisena aiheena on uutisoitu ihmisen erkaantumista luonnosta ja sen vaikuttavuudesta yksilön hyvinvointiin. Ajankohtaiseksi tutkimusaiheeksi on myös muodostunut ihmisen sekä koiran ainutlaatuinen vuorovaikutussuhde (Ks. Langinvainio 2013, 8). Opinnäytetyön teoreettinen osuus käsittelee työyhteisössä olevaa vuorovaikutuksellisuutta, koiran ja yksilön vastavuoroisuutta ja siitä muotoutuvan luontosuhteen merkitystä ohjata yksilön toimintaa. Lisäksi työssä käsitellään heikossa työmarkkina-asetmassa olevan yhteiskunnallista osallisuutta. Sosiaalialan konseptiin sivuavia eri teoreettisia lähestymistapoja luontoavusteiseen toimintaan ja eläinavusteisten interventioiden toteuttamista avataan neljännessä luvussa. Teoriaosuuden esittelyn tarkoituksena on saattaa näkyväksi niitä yksilön hyvinvointiin ja vastavuoroisuuteen vaikuttavia seikkoja, joita koira-avusteisella menetelmällä koetaan saavutettavaksi. Tämän käsitteistön pohjalta lähdin toteuttamaan opinnäytetyötä.

2 TUKIPUU 2G–GREEN POWER 2013–2015 -HANKKEEN LÄHTÖKOHDAT

2.1 Yhteiskunnan vaatimuksia heikossa työmarkkina-asetmassa oleville

Hallitusohjelmassa (2011) syrjäytymistä ja työttömyyttä käsitellään yhteiskunnallisena ongelmana. Pitkäaikaisen työttömyyden katsotaan lisäävän eriarvoistumista ja syrjäytymistä yksilön sosiaalisen verkoston kaventuessa, työyhteisöstä poistuessa. Syrjäytymistä pidetään prosessimaisena etenemänä jossa yksilö, perhe tai yhteisö ajautuu tavanomaisena käsitetyin elintason tai elämäntavan ulkopuolelle. (Raivio 2013.)

Yksilön jäädessä vaille taloudellista toimeentuloa, voidaan puhua *osattomuudesta*. Tämän kaltainen muutos on usein jopa traumatisoivaa. Pitkäaikaistyöttömyys saattaa hankaloittaa ammattitaidon ylläpitämistä, mikä lähes poikkeuksetta vaikeuttaa uudelleen työllistymistä. Yksilön kannalta tämä voi heijastua elämän merkittävyyden

tunteen katoamisen kokemisena ja arjen rytmin sekoittumisena. (Raivio 2013.) Nyky-yhteiskunnan muuttuessa informaatioyhteiskunnaksi, yksilön on helpompi tuntee avuttomuutta omista taidoistaan pärjätä työelämässä. Ihmisen tulisi voida tuntee kuuluvansa johonkin, toisin sanoen, olla osallinen. Tärkeätä olisi voida pystyä vaikuttamaan asioiden kulkuun yhteiskunnassa sekä toimiessaan omassa yhteisössään. (Ihalainen & Kettunen 2011, 100.)

Yksilön osallisuudessa ilmentyy tietty prosessinomaisuus, sillä osallisuuden kokemus vaihtelee elämäntilanteen muuttuessa. Sen sijaan palvelujärjestelmässä osallisuus tulisi ymmärtää yksilön voimavaroja mittaavaksi tekijäksi. Jos verrataan osallisuuden käsitettä työelämässä olevan näkökulmasta, se mielletään hyvinvoinniksi, turvallisuudeksi sekä mahdollisuudeksi tuntee olevansa osa kulttuurillisia elämyksiä. Työttömän näkökulmasta osallisuus tuntuu lähinnä velvoitteelta ja oikeudelta olla aktiivinen, jota pidetään yhtenä hyvän elämän mittareista. (Raivio 2013.)

Hankalasta elämäntilanteesta huolimatta, eri palvelujärjestelmät odottavat työttömän aktiivisuutta omatoimisuuteen samalla, kun hänen tulisi osallistua eri viranomaiskäytäntöihin. (Närhi & Kokkonen 2013.) Palvelutarpeet ja asiakas eivät silti aina kohtaa, vaikka pitkäaikaistyöttömät ovat osallistuneet palveluiden kehittämiseen ja arvioimiseen työvoiman palvelukeskusten eri kehittämissuunnitelmissa. Vaikka kehittäminen on tuottanut yksilöllisiä palvelusuunnitelmia, sosiaali- ja terveystaloudellisia, kuntoutuspalveluita sekä työllistymiseen ja koulutukseen liittyviä valmisteluja, koetaan ristiriitaa osallisuuden tuntemuksesta. Tämä entisestään saattaa vähentää motivaatiota osallistua eri työllisyysratkaisuihin, tai koetaan, ettei ohjata sopiviin työtehtäviin työttömille suunnatuissa palveluissa. Välillisille työmarkkinoille jäädään myös helposti paikalleen.

Saavutetusta tuesta ja kiinnittymisestä halutaan pitää kiinni, vaikkei työtehtäviä koettaisikaan miellyttäväksi tai tärkeiksi. Yksilön kokiessa tämänkaltaista olotilaa, tulee työpalveluja tarjoavien ylläpitää yksilön toimintakykyä. Psykkisten että fyysisten voimavarojen ylläpitämisellä, asiakkaan kynnyks hakeutua uudelleen avotöihin tai koulutukseen madaltuisi. Henkisen kunnon ylläpitävällä toiminnalla kohennettaisiin mielialaa, työttömän kokiessa riittämättömyyden tunteita. Lisäksi se valaisi uskoa omiin voimavaroihin.

2.2 Yhdistyksen ja hankkeen tarjoamat työllisyyspalvelut

Anjalankosken Työttömät ry on vuonna 1993 perustettu aatteellinen sekä yleishyödyllinen yhdistys. Toiminnan tarkoituksena on olla työttömien edunvalvojana, parantaa työttömien toimeentuloa ja kohottaa heidän henkistä sekä fyysistä toimintakykyään. Toimipaikat sijaitsevat Kouvolan kaupungin alueella Inkeroisessa, Myllykoskella, Keltakankaalla ja Koriolla. Alusta lähtien yhdistyksen toiminnalle on tyypillistä jatkuvan toimenkuvan kehittäminen työttömyyden torjumiseksi. Yhdistys on Työttömien Valtakunnallisen Yhteistoimintajärjestö–TVY ry:n jäsen. TVY ry kokoaa maamme samaa aatetta toimivia yhdistyksiä yhteen, työttömien oikeuksien turvaamiseksi. Samalla se edistää tuottamalla jäsenyhdistyksilleen kehittämisspalveluja ja koulutusta. (Välimaa 2006, 4.)

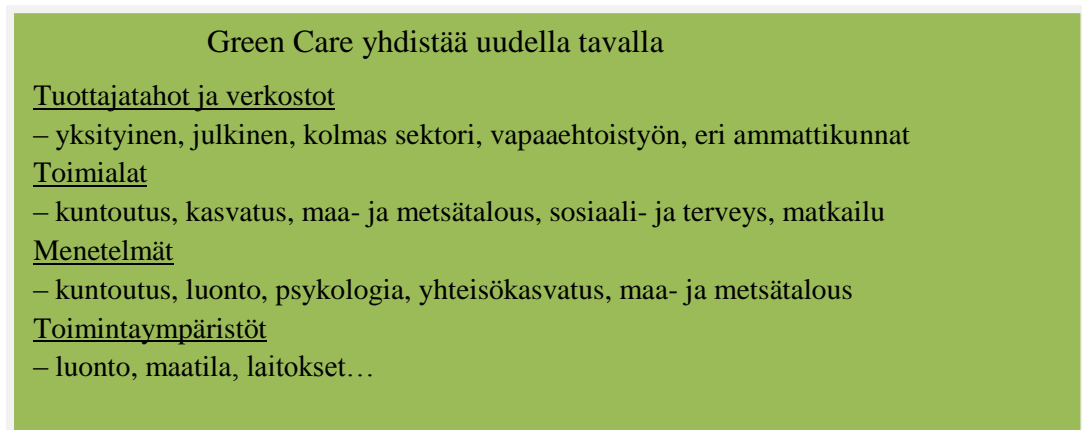
Anjalankosken Työttömät ry:n ekologiset arvot nousivat ensimmäisen kerran esille vuosina 2006–2008 kierrätyksen ja työllistämisen Myllytys-hankkeessa. Jo tuolloin oli määritelty, miten kierrätystä hyödyntämällä ja luontoa kunnioittaen voitiin luoda työttömille enemmän työtoimintamahdollisuuksia. Esimerkiksi koru- ja tekstiilipajojen työllistetyt ideoivat uusiokäyttöön toiminnan ulkopuolisilta henkilöiltä lahjoitettuja materiaaleja. Tämän jälkeen tuotteet myytiin uusissa kierrätysmyymälöissä, jotka avautuivat Tukipuu 2009–2012 Hyvinvointia työllistämällä -hankkeen aikoina. Ekologisen toiminta-ajatuksen rinnalle oli lisäksi saatettu hankeasiakkaiden työ- ja toimintakyvyn kartoittaminen. Terveystiedon edistämisen toimia lisättiin liikunta-, kulttuuri ja virkistyspalveluja tarjoamalla. Tämä työllistämishankkeen malli sai jatkoa, mutta uutena kehittämisalueena toimii Green Care -ideologia.

Meneillään olevassa Tukipuu 2G–Green Power 2013–2015 -hankkeen kohdeasiakasryhmä koostuu Kaakkois-Suomen TE-toimiston ja Kouvolan seudun työvoiman palvelukeskuksen kautta tulevista, heikossa työmarkkina-asemassa olevista työttömistä. Hankkeen rahoittaa Kaakkois-Suomen Elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskus. Tämän tuetun työllistämishankkeen tavoitteena on työllistää vuosittain 80 vaikeasti työllistyvää, pitkäaikaistyötöntä ja osatyökykyistä kouvolaista. Yhdistyksen aatteen taivoin, hanke tarjoaa työtoiminnan avulla mahdollisuuksia työllisyystilanteen kohentamiseen, tötaitojen sekä työkyvyn ylläpitämiseen ja sosiaalisen syrjäytymisen uhkien ehkäisemiseen. Hankeorganisaatiossa työskentelevät hankepääällikkö, hankesihteeri, palveluohjaaja, kiertävä vastaava työpajaohjaaja ja neljä muuta työpajaohjaajaa.

Hankkeen puitteissa työllistytään palkkatuen ja työkokeilun avulla yhdistyksen eri toimintayksiköihin, kuten kierrätysmyymälöihin, lounas-kahvioon, atk- ja toimistotehtäviin sekä kierrätykseen keskittyviin työpajoihin. Työpajoina toimivat polkupyörien huolto- ja korjaustyöpaja, Luova tekstiiliosasto, puutyö- ja korupaja sekä kierrätysmyymälöihin saatavien lahjoitustuotteiden kunnostaminen myyntikelpoiseksi tarkoitettu työpaja.

Työpajatoiminnassa yhteisöllisyydellä on merkittävä rooli. Käsitteet *luottamuksellisuus*, *osallisuus* ja *yhteenkuuluvuus* ovat osa suunnitelmallisesti rakennettua työpajatoimintaa. Käsitteillä tarkoitetaan edistää työyhteisön tasaveroista ja toisia työyhteisössä toimijoita kohtaan arvostavaa työkuultuuria. (Työpajatieto 2013.) Asiakkaan työarjessa on työpajaohjaajan tarjoama tuki, jonka yhteistyön avulla edistetään sekä autetaan työntekijää selkeyttämään elämänsä tulevaisuuden suunnitelmia.

Green Caresta haetaan uudenlaista näkökulmaa toteuttaa työpajatoimintaa ja tuoda näkyväksi sen menetelmällistä osuutta hankkeen asiakkaille. Green Care käsitetään sosiaalisena innovaationa (kuva 1), sillä vuorovaikutuksellinen merkitys eri sosiaalipalveluita tuottavien toimijoiden kesken toteutuu. Eri sosiaalialan verkostot, toimialat, menetelmät ja luontoympäristö eri toimintamahdollisuuksineen antavat puitteet yhteneväiselle toteutukselle.



Kuva 1. Green Care–sosiaalisen innovaation määritelmä (mukaillen Mitä on Green Care?)

Koira-avusteista menetelmää tahdotaan tuoda tunnetuksi työyhteisöön, sillä koiran läsnäolon merkitystä osallisuuden kokemiseen, arjenhallintaan ja kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin tahdotaan selvittää tällä asiakaskohderyhmällä. Lisäksi hankeasiakkailta on mahdollisuus osallistua ikäihmisten palvelutalossa tapahtuvaan ystävöimintaan ja siten löytää uusia ammatillisia valmiuksia sekä herätteitä, eläinavusteisen toiminnan parista.

3 GREEN CARE

3.1 Ideologian käsitteistö

Green Care -ideologian toiminta perustuu luonnon ja maaseutu ympäristön hyödynnettävyyteen. Ideologiaa voidaan toteuttaa kaupunki- ja laitospäristössä eri luontoelementtien avulla. Luontoelementeillä tarkoitetaan kaikkia luonnon elollisia ja elottomia elementtejä. Luontoon liitettävät äänet, kuvat sekä materiaalit ovat osa menetelmän toteuttamista. Luontomenetelmien eli luontointerventioiden ammatillisella käytöllä tavoitellaan eri asiakasryhmillä elämänlaadun ja yksilön hyvinvoinnin edistämistä. (Salonen 2010, 77; Yli-Viikari ym. 2009, 10; Sempik 2008, 223.)

Green Care -käsitteellä (Green Care, Green Cooperation, Social Farming, Care Farms, Farming for Health), on monia eri nimityksiä ja painotuksia maakohtaisesti Euroopassa. Käsitteen käytön eroavaisuuksiin vaikuttaa se, onko toiminta sijoittunut kuntoutukseen vai maatilatoiminnan hyödynnettävyyteen. (Yli-Viikari ym. 2009, 7, 11; Sempik 2008, 223; Suopanki 2011, 5.) Green Care -ideologiaa on käytetty vuodesta 1970, jolloin Alankomaissa alkoi sosiaalipalveluita tuottava Carefarm-toiminta. Vuonna 2005 hollantilaiset tutkijat perustivat eurooppalaisen Community of Practice - Farming for Health -tutkimusyhteistyöverkoston. Tästä tutkijaryhmästä osa haki rahoitusta Euroopan Tiede -teknologianeuvostolta, jolloin vuonna 2006 COST 866 -hanke Green Care in Agriculture edisti Green Care -käsitteen käyttöä sosiaali- ja terveysalalla. (Soini ym. 2011, 321; Sempik, Hine & Wilcox 2010, 12.)

Green Care -toiminnan monipuoliset mahdollisuudet eivät ole Suomessa vielä niin tunnettuja, kuin esimerkiksi ideologian kehittäjämaissa Norjassa tai Hollannissa. Kesällä 2010 Suomeen perustettiin Green Care Finland -yhdistys, jonka tarkoituksena on kehittää luonto-, eläin- ja maatala-avusteisten menetelmien käyttöönottoa. Yhdistyksen toiminnassa on mukana maaseudun elinkeinoharjoittajia, sosiaalialan ammattilaisia, oppilaitoksia, kehittäjiä sekä maamme merkittäviä tutkimustahoja.

Yhdistys huomioi luonnon elementtien tärkeyden merkityksen myös tuleville sukupolville, jotka enenevässä määrin erkaantuvat luonnon parantavasta voimasta. Yhdistys painottaa toiminnallaan kotimaisuuteen, paikalliseen kulttuuriin ja ihmisiin sekä maaseutuelinkeinoharjoittamisen mahdollisuuksiin. (Tervetuloa yhteisöön!; Salonen 2005, 122–123.)

3.2 Green Care -toiminnan sosiaalityön ammatillinen jäsentyminen

Suomessa Green Care -palvelut ovat jaoteltu kolmeen kehityssuuntaan ja toiminta-alueeseen: vihreään hoivaan, vihreään voimaan ja virkistykseen (kuva 2). Palveluita tuotettaessa sosiaali- ja terveydenhuollon lainsäädännön mukaisesti, puhutaan vihreän hoivan käsitteestä. Käsitteiden keskinäinen jaottelu sosiaalityön jäsenyyksessä, vihreä hoiva rinnastetaan kuntouttavan työotteen orientaatioon. Tällä tarkoitetaan luonto- ja eläinavusteisia menetelmiä terapian ja kuntoutuksen tarpeisiin, asumisyksiköissä toteutettaviin luontomenetelmiin sekä sosiaalialan ammattimaiseen työotteeseen Green Care -toiminnan avulla. (Salonen 2010, 78; Lehto 2012, 26.)

Vihreä voima ja virkistys ovat yksilön henkisen sekä fyysisen hyvinvoinnin ylläpitävää toimintaa. Sosiaalialalla vihreä voima mielletään ennaltaehkäisevään työotteeseen, varhaisen tuen mahdollisuuteen, ympäristökasvatukseen ja kuntoutukseen liittyviin ennaltaehkäiseviin palveluihin. Tarkka jaottelu sosiaalityössä näiden kahden käsitteen välillä on hankalaa, sillä vihreän hoivan ja vihreän voiman jäsentymien taustalta löytyy vahvasti moninaisia Green Care -ideologiaan ominaisia toimintatapoja. (Suopanki 2011, 20; Lehto 2012, 26; Mitä on Green Care?.)

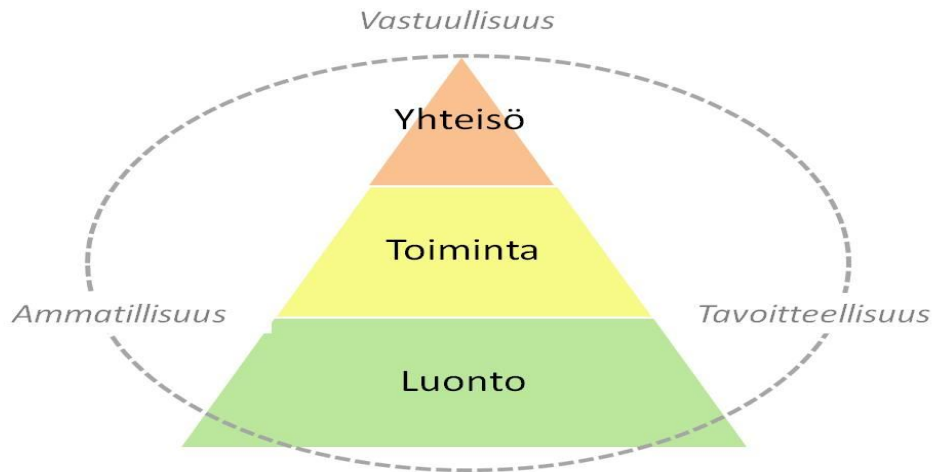
Vihreä ulkoilu mielletään vihreään virkistykseen, jolla tarkoitetaan luonnossa kulkeamista. Luonnossa oleilun on tutkittu virkistävän ja elvyttävän. Elvyttävyydellä tarkoitetaan psyykkisen olotilan kohentumista. Luonnosta saa voimaannuttavaa kokemusta, fyysisen toimintakyvyn lisääntymistä, mielen rauhoittumista ja virkistäytymistä. (Salonen 2010, 61,76; Mehtälä 2013, 19.)

GREEN CARE		
<p>Vihreä hoiva</p> <ul style="list-style-type: none"> – ammatillinen toiminta – toimintaa ohjaa menetelmällisyys, suunnitelmallisuus ja tavoitteellisuus – luontoavusteinen hoiva, hoito-, ja kuntoutustoiminta – elämänlaadun parantaminen ja toimintakyvyn lisääminen laitoshoidossa 	<p>Vihreä voima</p> <ul style="list-style-type: none"> – voimaannuttava ja ennaltaehkäisevä luontoavusteinen toiminta – luontoelämyksiin pohjautuvat palvelut – omaehtoinen palveluun hakeutuminen – asiakkaat yksityiseltä ja julkiselta sektorilta 	<p>Vihreä virkistys</p> <ul style="list-style-type: none"> – omaehtoinen virkistäytymisen – puutarha- ja eläinharrastukset – työhyvinvoinnin ylläpito – asiakkaat yksityiseltä sektorilta

Kuva 2. Green Care -määritelmän toiminta-alueet (mukaiillen Mitä on Green Care?)

Sosiaalialalla Green Care -nimikkeen käytön perusteena on tiettyjä edellytyksiä (kuva 3). Näitä ovat ammatillisuus, tavoitteellisuus ja vastuullisuus. Arvoperustana toiminnalle ovat asiakkaan kunnioittaminen ja arvostaminen, eläimen kunnioitus ja hyvinvointi sekä luonnon kestävä käyttö. Toimintaympäristönä käytetään luontoa tai osaksi elementtien hyödyntämistä. Kokemuksellisuus syntyy luontoympäristössä toimimisella. Yhteisöllä tarkoitetaan yhteisöllisyyden tunteen merkitystä, joka syntyy toimiessa vuorovaikutuksellisesti toisten ihmisten sekä luonnon kanssa. Yhteisö tarjoaa mahdollisesti myös muiden yhteisössä toimivien tuen, jotka puolestaan vahvistavat vuorovaikutuksen merkitystä.

Ammatillisuudella tarkoitetaan, että toiminnassa käytetään ammattialan etiikkaa ja lainsäädäntöä. Tavoitteellisuus on pitkäjännitteistä toimintaa, jonka edellytyksenä on henkilön tai asiakasryhmän kuntoutussuunnitelman laatiminen sekä toteuttaminen. Vastuullisuus on liiketoiminnan kehityksen periaatteiden soveltamista laadulliseen toimintaan. Sosiaalialalla laadullisen toiminnan merkitys korostuu toimijoiden keskinäisten kilpailuttamisen lisääntyessä. Itse toimintaa liittyviä tekijöitä sekä puitteita missä toiminta tehdään, tulee olla nähtävillä laatukäsikirja tai jokin muu kirjattuna oleva laatua todentava mittari. Tällöin yritys tai organisaatio voi arvioida palvelulle kohdistuneita laadullisia vaatimuksia. (Soini, Ilmarinen, Yli-Viikari & Kirveenummi 2011, 325–326; Yli-Viikari, Lilja & Miettinen 2013.) Anjalankosken Työttömät ry:llä laadun mittarina ovat yhdistykselle määritetyt arvokäsitteet sekä ammatillinen osaaminen sekä tekeillä oleva laatukäsikirja.



Kuva 3. Green Care -toiminnan edellytykset (Green Care Finland ry)

4 GREEN CARE JA SOSIAALITYÖN MERKITYSTÄ KUVAAVAT TOIMINNAT

4.1 Ekologinen minuus eli luontosuhde

Luontosuhde sekä sosiaalityön merkitys samassa kontekstissa ovat puhuttaneet maamme tutkijoita. Yksilön hyvinvointiin tähtäävä toiminta on merkittävää myös sosiaalityössä. Parhaiten sosiaalityön merkityksestä, yksilön osallisuudesta sekä yhteistyövällisyyden kokemusta kuvaa Green Care -menetelmän ekososiaalinen lähestymistapa. Ekososiaalisella lähestymistavalla viitataan yksilön holistiseen elämäntapaan. Se käsittää hänen fyysisen, psyykkisen sekä kulttuurillisen toimintaympäristön. Lopulta ajattelumallissa korostuu yksilön ymmärrys luonnosta, toisista ihmisistä sekä tapaa toimia oikein tai väärin näiden kesken. (Helne & Silvasti 2012, 16; Salonen 2012, 140.) Armi Lehto (2012, 44) kuvaa ekososiaalista lähestymistapaa ekokriittisenä mallina, koska se vertaa enemmän sosiaalisia ja ekologisia ongelmia kuin luontoympäristön hyödynnettävyyttä ihmisen hyvinvoinnin merkityksessä.

Tutkiessaan luontoympäristön merkitystä sekä vaikuttavuutta ihmisen ja luonnon väliseen hyvinvointisuhteeseen, Lehto totesi (ks. 2012, 16, 21) ekopsykologian olevan oikeellisempi lähestymistapa. Green Care -menetelmät yhdessä vastaavat näihin sosiaalityön merkitystä kuvaaviin toimintoihin toteuttaen eheyttävää, muutokseen tähtäävää sekä voimaannuttavaa työorientaatiota. Tällä tavoin Green Care ja sosiaalityön teoria voivat yhdessä muodostaa uudenlaisen vihreän ekososiaalisen teorian. Perusteluna uudelle teorian käsitteelle on se, että molemmissa on vastaavanlaiset asiakasryhmät sekä yhteneväiset teoriataustat. Yhteenvetona eri teorioista voidaan todeta seuraavasti: ekososiaalinen lähestymistapa käsittää luonnon olevan yksi osa kokonaisuutta, mutta

ekopsykologisessa näkökulmassa tarkastellaan luontoa, sen ympäristöä sekä luonnon eri elementtien hyödyntämistä toimintaan. Molemmilla lähestymistavoilla kuitenkin sisentyy ihmisen ja luonnon välinen vuorovaikutuksellinen suhde.

Kuten Lehto myös Suopanki (2011, 30) vertailivat Green Care -ideologian eri teoriataustoja. He kiteyttivät, että pelkästään ekososiaalisen sosiaalityön kantilta tarkasteltuna Green Care -ideologia jää turhan kapeahkoksi teoreettiseksi näkökulmaksi. Suopanki yhdistäisi sosiaalityön ekososiaalisen lähestymistavan, Green Caren terapeutin mallin sekä ympäristöpsykologian, yhteiseen teoreettiseen Green Care -ideologian lähestymistavaksi.

4.2 Luontosuhteen merkitys yksilölle

Etelä-Karjalan Allergia- ja Ympäristöinstituutin johtaja Kimmo Saarinen totesi Ylen uutisissa: ”Ihmistä on tullut sietämättömiä” (Winberg 2013). Tällä hän viittasi siihen, miten ihmiset ovat vieraantuneet luonnosta ja siten kokevat arvostuksen puutetta muillakin elämänarvojen osa-alueilla. Ekopsykologisen näkökulman on myös huomionut Kirsi Salonen (2010, 82–83), jonka mukaan Theodore Roszak käsitteli teoksissaan ihmisen erkaantumista luonnosta ja sen vaikutusta mielenterveyteen. Roszak korosti vastavuoroisuuden merkitystä suhteessa luontoon sekä yksilön sitoutumista ja olemista olla osaksi luontoa. Jos yksilö mieltää itsensä ylempiarvoiseksi, sen helpompaa on irtautuminen luonnosta. Yksilön erkaantuessa omasta sisäisestä luonnostaan, positiivinen ajatusmaailma luontoelementtejä kohtaan katoaa tai muuttuu. Tämä edistää sitä, että heikompaa, eli tässä tapauksessa luontoa, voidaan hallita ja riistää.

Ekopsykologisen teorian mukaisesti heikentynyt luontosuhde lisää psyykkistä pahoinvointia, stressiä ja ympäristöongelmia. Yksilöltä katoaa yhteys itseensä kokevana ja eettisesti tuntevana persoonana. Tällöin alamme toimia itseämme vastaan. Arvomaa- ilma, omat tarpeet sekä toiveet muuttuvat. Tämän seurauksena vähitellen kehitty stressin ja uupumisen tunnetila. (Salonen 2010, 82–83.)

Luontosuhde on elämässämme tiedostamatta olemassa, vaikka se usein mielletään olevan tietoinen valinta tai elämäntapa. Kuitenkin yksilötasolla olemme heikkoja luonnonkatastrofien ilmaantuessa. Emme pysty suojelemaan itseämme kehittyvästä hälytysteknologiasta huolimatta; emme toimimaan ilman happea tai luonnon mahdollistamaa ravintoa. Riippuvaisuus luonnonelementeistä on elämässämme kiistatonta.

Ekopsykologinen teoriatausta ilmenee vahvasti Green Care -menetelmällisessä toteutuksessa siten, että tasavertainen vastavuoroisuus eläinten, eri kulttuurista tulleiden ihmisten ja perheenjäsenten kanssa lisäävät hyvinvoinnin merkitystä. (Salonen 2006, 49, 51–52; Salonen 2010, 82–83.)

4.3 Ekopsykologiset menetelmät

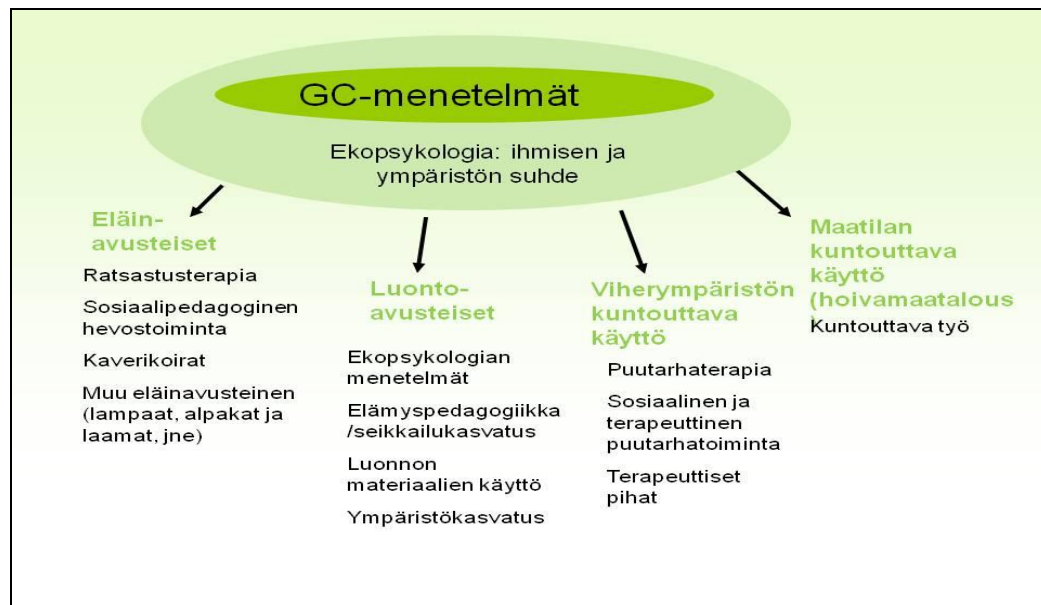
Ekopsykologisten menetelmien myönteisiä vaikutuksia on tutkittu muun muassa ympäristöpsykologian alueella. Ympäristöpsykologian tutkimustulosten mukaan, Green Care -menetelmien käytön on osoitettu tuovan ihmiselle voimavaroihin liittyviä terapeuttisia kokemuksia. Nyky-yhteiskunnassa korostuu kiire. Taloudelliset haasteet ovat elämässä arkipäivää ja vapaa-ajan harrastuksetkin voivat tuntua enemmän rasitteelta, kuin rentouttavalta irtiotolta arjen pyörteestä. On tärkeätä, etteivät arkipäivän toiminnot kohdistuvat itseämme ja etiikkaamme vastaan, koska tällöin seurauksena on väistämättä uupuminen. Henkisen kuormittavuuden uhatessa onkin tärkeätä kyetä vastaamaan omiin tunteisiin ja jaksamisen tarpeisiin. *Luonnon elvyttävän voiman* lisäksi, *luonnon elvyttävä vaikutus* tarjoavat ikään kuin huomaamatta mahdollisuuden irtautua negatiivisista tunteista. Luontokokemus elvyttää oman riittämättömyyden tunteen hallitsemista ja palauttaa yksilön tasapainoisempaan mielentilaan luonnossa olemisen kokemuksen avulla. (Salonen 2006, 23, 60.)

Muita ekopsykologisten menetelmien tuomia hyötyjä ovat *lumoutuminen*, jolla tarkoitetaan saavutettavaksi samankaltaista tajunnantilaa, kuin rentoutumisen tai hypnoosin aikana. Vesi ja vihreä kasvillisuus koetaan olevan tutkimusten mukaan elvyttävimpiä luontoelementtejä. Jokaisella on eri luontoelementtiä kohtaan oma mieltymyksensä, jota kannattaisi hyödyntää. Arkipäivästä irtautuminen ja elvyttävän paikan tai maiseman jatkuvuuden kokemus, antaa yksilölle voimaannuttavaa tunnetta hallita ympäristössään olevia elementtejä ilman arjen tuomia vaatimuksia. *Yhteensopivuuden kokemuksella* mielipaikan tai luontoelementin avulla saavutetaan yksilön omien tarpeiden mukaista mielihyvää. Esimerkiksi tietty kivi saunarannassa voi luoda tunteen omasta tilasta, jossa voi pyyteettä rauhoittua. *Eläimen kanssa kommunikoiminen* on sen sijaan *kokemuksellista vuorovaikutusta*. Eläin ei vertaile tai pohdi tehokkuutta, vaan toimii vastavuoroisesti kehonkielen mukaisesti. Tämä vapauttaa yksilöä sosiaalisten odotusten rajoittavista tekijöistä. (Salonen 2006, 61–62; Salonen 2010, 57.)

Ekopsykologiateorian mukaisesti Green Care -menetelmät koostuvat luontoavusteisiin, viherympäristön sekä maatilankuntouttavaan käyttöön ja eläinavusteisiin mene-

telmiin (kuva 4). Useimpiin toimintamuotoihin liittyvät erilaiset luonnossa tehdyt harjoitukset, jotka korostavat luontoympäristön ja sen -elementtien merkityksiä. (Suopanki 2011, 9.) Luontoavusteisten menetelmien ja viherympäristön toiminnan tuomia vaikutuksia onkin tutkittu pitkään. Myös eläinavusteisten toimintojen myönteisiä tuloksia ihmisen terveyteen ja sosiaaliseen kuntoutumiseen on huomioitu. (Soini ym. 2011, 321.) Eläinavusteisten myönteisiä vaikutuksia avaan viidennessä kappaleessa (ks. s. 19).

Maatilojen kuntouttavan työn merkityksestä ei ole paljoa tutkimustuloksia, vaikka menetelmänä sitä hyödynnetään eniten. Hoivamaatalouden on osoitettu olevan monipuolisine mahdollisuuksineen monivaikutteinen kuntoutumisympäristö. On hyvin tyyppillistä, että laitosolosuhteissa käytetään enemmän seikkailu- ja ympäristökasvatuksen menetelmiä, puutarhaterapiaa, terapeutista puutarhatoimintaa tai elämyspedagogiikkaa. Eläinavusteisia menetelmiä käytetään usein tukemaan asiakkaan sosiaalisia taitoja sekä fyysistä toimintakykyä. (Sempik ym. 2010, 37–38; Mitä on Green Care?.)



Kuva 4. Green Care -menetelmät (Mitä on Green Care? Menetelmät)

4.4 Eläinavusteisten interventioiden toteutus Suomessa

Olen tähän asti esitellyt Green Care -ideologian taustateoriaa, miten luontosuhde kokonaisvaltaisesti lisää yksilön hyvinvointia ja kuinka se liittyy sosiaalityön tehtäväkenttään. Seuraavaksi siirryn käsittelemään lähinnä vihreän hoivan -käsitteestä olevaa koira-avusteista toimintaa ja sen käsitteistöä. Lisäksi on oleellista taustoittaa koiran ja ihmisen välistä vuorovaikutussuhdetta ja sen merkitystä yksilöön.

Koska eläinavusteinen toiminta on Green Care -menetelmänä uusimpia, ei toiminnan käsitteistöäkään voida tarkalleen rajata. Koira-avusteisista menetelmistä puhuttaessa termistöön viittaavia käsitteitä ei ole tutkittu konteksteineen. Yleisesti kuitenkin mielletään toiminnan olevan ammatillista AAA-alakäsitettä, kun sitä toteutetaan ammattihenkilön yhteydessä. (Yli-Viikari 2009, 21; Kihlström-Lehtonen 2012, 15; Prepula 2013a.)

Suomessa eläinavusteiset interventiot mielletään sosiaalipedagogiseksi hevostoiminnaksi tai ratsastusterapiaksi. Hevosterapia on tällä hetkellä ainoa Kelan rahoittama eläinavusteinen toimintaterapiamuoto (Avoterapiat 2013). Eläinavusteinen interventio tulee englanninkielisestä termistä *Animal Assisted Interventions* (AAI). Tämä jaetaan kahteen alakäsitteeseen: *Animal Assisted Therapy* (AAT) ja *Animal Assisted Activities* (AAA). Eläinavusteinen terapia -nimitystä (AAT) käytetään, kun ammattikoulutuksen saanut terapeutti käyttää eläimiä apuna omassa työssään. Koulutusta sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan sosiaalisena kuntoutuksena järjestää Ypäjän Hevosopisto sekä Itä-Suomen yliopisto Koulutus- ja kehittämispalvelu yhdessä Aducaten kanssa. (Kruiger & Serpell 2006, 23; 2010, 34; Sosiaalipedagoginen Hevostoimintayhdistys ry 2011; Prepula 2013.)

Suomessa ei tällä hetkellä ole koirapedagogiseen toiminnan ammattiin valmentavaa koulutusta, mutta eläinavusteiseen terapiaan suuntautuvaa lisäkoulutusta on tarjolla eri opistojen sekä yksityisten yritysten tarjoamana. Koulutus koirapedagogiseen toimintaan on vasta alun suunnitteluvaiheessa. Ammatillisen tutkinnon tavoitteena olisi kehittää koulutusta sosiaalipedagogisen koiratoimintaan, sosiaalipedagogista hevostoimintaa mukaillen. Eläinavusteisissa toimintamuodoissa voidaan käyttää muitakin eläimiä apuna, kuin pelkästään koiria tai hevosia. Niitä ovat esimerkiksi kissat, lamfaat, laamat, alpakat ja lemmikkipossut. (Prepula 2013.)

Koira-avusteinen työmenetelmä on tullut näkyväksi Suomessa vasta vuodesta 2010, jolloin Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry on perustettu. Yhdistyksen toiminnan tarkoituksena on yhdistää koira-avusteisesta työmuodosta kiinnostuneita terveydenhuolto-, opetus- ja sosiaalialan ammattilaisia yhteen ja siten edistää kyseiseen menetelmään liittyvää koulutusta. *Koiratoiminnasta hyvinvointia* ry on vuodesta 2012 toimiva yhdistys, joka tekee koordinoitua työtä ja järjestää yhteistyötapaamisia koulutettujen ohjaajien tueksi. Tavoitteena heillä on koota ammattilaisverkostoja yhteen, levittämällä tietoa hyvinvointia tukevasta koiratoiminnasta. Lisäksi *tukikoirakot* ovat saaneet myönteistä julkisuutta. Pääosin mielenterveystyössä toimivat tukikoirakot antavat so-

siaalista tukea sitä tarvitseville henkilöille. Koirakolla tarkoitetaan koiraa sekä sen ohjaajaa. Koirakoista koulutetaan vertaisohjaajina toimivia työpareja. Toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen. Toiminnalle keskeistä on luoda asiakkaille hyvinvoinnin edellytyksiä, joka toimii samoin periaattein vastavuoroisesti koirakkona toimivalle parille. (Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä; Tukikoiranhanke 2009; Prepula 2013.)

Eri ammattiryhmien mukaan tuleminen eläinavusteiseen toimintaan on lisääntynyt merkittävästi viime vuosien aikana. Eläinavusteista toimintaa tai terapiaa tuottavilla yrityksillä on tällä hetkellä kysyntää. Esimerkkejä koirien käyttömahdollisuuksista tässä kontekstissa ovat muun muassa koulukoirat, tavoitteellisessa kuntoutustyössä toimivat koirakot, palvelutaloissa vierailevat koirakot sekä kirjastossa lapsille tukena olevat lukukoirat. Koira-avusteisia termejä toiminnasta on siis useita. Yhteistä niille ovat samankaltaiset toiminnalliset päämäärät.

Koira-avusteista vapaaehtoistyötä tekevät esimerkiksi Suomen Kennelliiton *kaverikoirat*. Tällä hetkellä oranssihuivisia työasuisia koiria kiertää vapaaehtoistyön merkeissä yli 800 ilahduttaen sekä elämyksiä tuoden eri asiakaskohderyhmien parissa. Kaverikoirat käyvät Kennelliiton kurssimuotoisen koulutuksen tai vaihtoehtoisesti liittyvät toimintaan mukaan liittymällä johonkin Suomessa toimivaan kaverikoiraryhmään. Huomioitavaa on, että Kennelliitto on rekisteröinyt Kaverikoira-nimikkeeseen, joka estää muiden toimijoiden käyttämästä kyseisen palvelun nimikkeellistä tunnusta. (Mitä on kaverikoiratoiminta?.)

Hali-Bernit ovat nimensä mukaisesti yleensä rodultaan berninpaimenkoiria. Hali-Berni-toiminta on alkanut vuonna 1999. Koirakot ovat suorittaneet yhdistyksen oman Hali-Berni-testin, jolla varmistetaan koiran soveltuvuus ja ominaisuus eri vierailukohteille sopiviksi. Vierailupaikat eri yksiköihin ja tapahtumiin koirakoille järjestää yhdyshenkilö. (Hali-Bernit.) Tärkeintä on kuitenkin se, että koiran tulee olla soveltuva tulevaan tehtäväänsä. Ainoastaan tasapainoinen, sosiaalisesti ihmisten sekä muiden lajitoverien kanssa toimeentuleva koira voi toimia tehtävässä.

5 IHMISEN JA ELÄIMEN VÄLINEN VUOROVAIKUTUSSUHDE

5.1 Eläimen läsnäolon merkitys

Suomen Kennelliiton 125-vuotisjuhlavuoden tutkimushanke kokoaa tietoa koiranpidon yhteydestä terveys- ja hyvinvointivaikutuksiin. Merkittävän kokoisessa Terveys-

den ja hyvinvoinnin laitoksen THL:n yhteistyössä toteutettava hanke valottaa jo aiempien tutkimusten tuloksia uudelleen. Hankkeessa toivotaan selvittää koiriin kohdistuneita asenteita yhteiskunnassamme. (Langinvainio 2013, 8.) Eläinten tuomia hyvinvointivaikutuksia ja niiden käyttöä ihmisen apuna on havainnoitu siitä lähtien, kun myönteiset terveystvaikutteiset hyödyt huomattiin lemmikkien omistajien keskuudessa.

Tarkemmin ihmisen ja eläimen keskinäistä vuorovaikutusta on alettu tutkia vasta 1980-luvulla. *Antrozooloogia*na tunnettu tutkimusalue keskittyy eläimen läsnäolon merkitykseen ihmisen elämässä sekä ihmisen vaikutusta eläimen maailmassa. Tuolloin havaittiin lemmikkieläinten ja heidän omistajiensa kesken syvää psykologista ja emotionaalista kiintymystä. Tätä kutsutaan *human-animal bondiksi*. Termi vakiintui kuitenkin jo aiemmin, kun lääkäri ja biologi Konrad Lorenz sekä lapsipsykologi Boris Levinson hyödynsivät koiraa lasten kommunikaation tukemisessa ja hoidon etenemisessä terapiatilanteissa. (Kruger & Serpell 2010, 30–31; Viinamäki 2005, 3–4.)

Aiemmin sivuutin eläimen pyyteetöntä otetta olla vuorovaikutuksessa ihmisen kanssa ja sitä, miten ihmisen erkaantuessa luonnosta inhimillisyyden tunne toisiamme kohtaan heikentyy. Toisaalta tulee käsittää, miten ja millä perusteilla eläimen käyttäytymistä tulkitaan ja verrataan ihmisen ollessa vuorovaikutuksen toisena osapuolena. Tester (1991, 31–32 Tuomivaaran 2003, 13 mukaan) toteaa, että näkemyksenä on, ettei ole yksiselitteistä tapaa, miten ihmisen ja eläimen eroavaisuuksia voidaan määrittää ilman huomioimatta kulttuurillista taustaamme. Tällöin merkityksenä puhutaan *Ies-sosiologiasta*, joka käsittää ihmisen ja eläimen välisen keskinäisen vuorovaikutussuhteen tarkastelua sekä eläimen merkityksellisen aseman tutkimista yhteiskunnassa.

Vastakkainasettelu antrozoolian ja ies-sosiologian kesken on se, että jälkimmäinen käsitetään laaja-alaisempaan sekä uudempaan lähestymistapana. Ies-sosiologiassa verrataan, miten luonto, eläimet sekä yhteiskunnan sosiaaliset merkitykset ovat vaikutuksissa toisiinsa. Kyseisen teorian mukaisesti ihmisen ja eläimen välinen suhde on täysin tulkinnanvaraista siltä osin, mistä näkökulmasta ja lähestymistavasta vuorovaikutussuhdetta tarkastellaan. Esimerkiksi lemmikkien omistajien oma näkemys ja kokemus vuorovaikutussuhteesta lemmikkinsä kanssa, on osa heikosti tutkimatonta sosiologian aluetta. Sosiologian teoriassa tutkimukset ovat kiinnittyneet ainoastaan ihmisten keskinäiseen vuorovaikutussuhteeseen, irrallisena luonnosta ja sen elementeistä. Ihmisten ja eläinten keskinäinen merkityksellinen suhde on ollut yllättäen tutkimuksissa huomioimatta, vaikkakin jo ihmisen ravinnon saamiseen eläin on ollut merkittävä osa joko apuna tai tuottajana. (Tuomivaara 2003, 13.)

5.2 Koira vuorovaikutuksen toisena osapuolena

On jopa hieman yllättävää, miten samankaltaisesti ihminen ja koira kokevat sekä aistivat ympäristössä tapahtuvia sosiaalisia vaikutteita. Mäki-Ketelä (ks. 2012, 69) väitöskirjassaan tarkastelee ihmisen sosiaalisen minän koostuvan sellaisista tekijöistä minkälaista palautetta yksilö saa ympäristöltään ja miten hän kokee itsensä toimiessaan osana ryhmää. Ihmisen *sosiaalinen minä*, rakentuu toisilta saadusta rakkauden ja arvostuksen tunteesta. Halu miellyttää muita ihmisiä, eli suhteiden luomisen tarpeiden tyydyttäminen, on osa yksilön toimintamallia ryhmässä ollessa. Niin ihmisillä kuin koirillakin läheisyyden merkitys korostuu ryhmässä tai laumassa toimiessa. Läheisyyden kokemus luo turvallisuutta. Turvallisuuden kokemusta lisää puolestaan se, miten muu ryhmä tai lauma vastavuoroisesti toimii.

Ero ihmisten ja koirien keskinäisen vuorovaikutuksen välillä on se, että koira toimii tunnetilansa mukaisesti reagoiden eleillään välittömästi. Tämä merkitsee sitä, että vastavuoroisuus on välittömästi huomattavissa. Koira toimii luonnostaan välittömänä tunteiden tulkkina mukailien ihmisen käyttäytymistä. Koira pyrkii myös luontaisesti välttämään epäsuotuisia vuorovaikutuksellisia kokemuksia. Sen sijaan ihmisen ollessa epämiellyttävässä tilanteessa hän kykenee peittämään tunteensa, mutta halutessaan voi käsitellä ikäviä tuntemuksiaan myöhemmin. Koira ei tähän kykene, vaikka sen käyttäytymiseen osaksi vaikuttavat muistikuvat, joita se hyödyntää luontaisesti toimiessaan eri tilanteissa.

Vuorovaikutuksellinen merkitys laumakäyttäytymisen lisäksi on siis tärkeää. Myös ihmisille vuorovaikutukselliset suhteet määräytyvät sen mukaisesti, minkälaisessa sosiaalisesti hyväksyttävässä asemassa tunnemme itsemme olevan. Työpajatoiminnan yhtenä tarkoituksena on tuottaa yksilölle niitä vuorovaikutuksellisia taitoja, joita hän työelämän ulkopuolellakin tarvitsee. Työyhteisössä toimiminen osana ryhmää lisäävät yksilön käsitystä olla tasavertainen muiden toimijoiden kanssa. Jokaisella yksilöllä on myös jonkinlainen mielikuva itsestään, ja jokainen antaa itsestään sen kaltaisen kuvan toisille, kuin kokee sen tarpeelliseksi. Toisin sanoen omista tunteista puhuminen voi olla vaikeata etenkin silloin, kun sen koetaan olevan itsetunnolle liian haastavaa tai oma elämäntilanne koetaan liian nöyryyttäväksi. (Heikkilä & Heikkilä 2007, 140–141.)

Eläimen kanssa kommunikointi on verbaalista vuorovaikutusta aidompaa. Ihmisen vuorovaikutustilanteet perustuvat kahteen toisistaan eroavaan ilmaisumuotoon:

sanattomaan ja sanalliseen viestintään. Sanattomassa viestinnässä ilmeet ja eleet ovat, kehon kielen lisäksi, viestinnän välineitä. Ristiriitaa näiden kahden ilmaisujen tulkitsemisen välillä voi tulla esimerkiksi silloin, kun verbaalisti ilmaisemme muuta, mitä kehomme viestii. Sosiaalityössä ammatillisesti tavoitteelliseen toimintaan pyrkiessä, luottamuksen muodostaminen on tärkeää. Psykkisesti tasapainoinen koira pyrkii luontaisesti toimimaan vastavuoroisesti, tukien ihmisen sosiaalisen minän tarpeita. (Hoivakoiria; Yli-Viikari 2011, 6; Prepula 2013.) Siten eläintä käyttämällä, se voi auttaa vastavuoroisuudellaan asiakastilanteessa luottamuksen syntyyn (Vilén, Leppämäki & Ekström 2008, 20; Salonen 2006, 61–62; 2010, 57). Nämä seikat auttavat selkeyttämään koiran käyttämistä ihmisen hyvinvoinnin tukena.

Yli-Viikari (2009, 21; 2011, 5–6 mukaan Odendaal 2000; Wilson 1991; Shiloh, Sorek & Terkel 2003) on todennut, että eri tutkimukset puoltavat eläimen läsnäolon aiheuttavan ihmisissä useita positiivisia vaikutuksia. Tutkimustulokset osoittivat, että eläintä koskettaessa ihminen kykenee rauhoittumaan, hänen verenpaineensa laskee sekä sydämen syke alenee. Koira silittävää ihmistä rauhoittavat koiran kehon lämpö, turkin pehmeys ja läheisyyden tunne. Rauhoittuminen, lohtu, välitön vuorovaikutus ja aktivoituminen tähän hetkeen ovat siis niitä seikkoja, joita koira-avusteista menetelmää käyttämällä voidaan hyödyntää. (Yli-Viikari, Lilja & Miettinen 2013, 18.)

Yli-Viikari, Lilja ja Miettinen (2013, 23) toteavat eläinavusteisuudella olevan yhtäläisyyttä ratkaisu- ja voimavarakeskeiseen työskentelymalliin, sillä itsetuntoa vahvistavat kokemukset antavat voimaannuttavia tunnekokemuksia. Eläimestä huolehtiminen antaa kokemuksellisuuden ja hyvän olon tunnetta. Toiselle hoivaa antamalla koetaan tarpeellisuuden ja hyväksytyksi tulemisen tunteita, jolloin empatiakyvyn lisääntyminen kanssaihmissiin voimistuu. Eläimen vastavuoroinen hyväksyntä hoivaan sekä vastuullinen toiminta elävästä olennosta lisäävät vastuunottoa myös omien asioiden hoitoon. Vähäisintä ei ole myöskään se, että eläimellä on aina aikaa nykyajan kiireisessä maailmassa. Eläimen kanssa toteutuva vuorovaikutus kohentaa itsetuntoa ja myönteistä mielikuvaa sosiaalisesta minuudesta.

5.3 Erilaisia hyvinvoinnin näkemyksiä ihmisen ja koiran välillä

Kuten edellisistä tutkimustuloksista voidaan päätellä, koiran läsnäololla on merkittäviä vaikutuksia ihmisen *henkiseen toimintakykyyn*. Kuitenkin tulisi muistaa, että koiran hyvinvoinnin vaikutukset ihmisen käyttäytymiseen eivät aina ole positiivisia. Kihlström-Lehtonen (2009, 5 mukaan Zisselman ym.1995; Beck & Katcher 2003;

Velde ym. 2005) pro gradu -tutkielmassaan, mainitsi myös eläimiin kielteisesti suhtautuvan näkemyksen. Ensinnäkään kaikki eivät pidä koirista. Tähän voi liittää ies-sosiologian teoriasta saatua tietoa siitä, miten eri kulttuurilliset taustat vaikuttavat suhtautumista eläimeen. Toisekseen koiran läsnäoloa voidaan pelätä tai muiden eläinten läsnäolo koetaan mielekkäämmäksi. Koiran käyttöä voivat estää myös fyysiset rajoitteet, kuten allergiat. Aaltola (2004, 44) kuvaa koiraa myös pidettävän usein alempiarvoisena uskontojen, tieteen, filosofian ja median korostaessa hierarkiasta johtuvaa erilaisuutta. Ihminen on kehittyneempi ja siten oikeutettu käyttämään eläintä omiin tarkoituksiensa palvelemista vastaavaksi.

Puolestaan ies-sosiologian ja ekopsykologian teoriaa vertaillen, niiden kesken löytyy yhteneväisiä piirteitä. Niitä ovat eläinsuojelullinen ja positiivinen suhtautuminen eläimiin. Tuomivaaran (2003, 43) mukaan ies-sosiologian tutkimustiedon kasvu lisää yhteiskunnallista herkkyyttä eläinten asemaa kohtaan. Samalla kun keskustelut eläinten ja ihmisten välisestä hyvinvointisuhteesta lisääntyvät, sitä mukaan mahdolliset kielteiset ajattelumallit kapenevat. Tällöin eläinten hyvinvointia lisäävistä vaikutuksista tiedotetaan enemmän julkisuudessa. Kaiken kaikkiaan olisi toivottavaa, että luontosuhteen merkitystä ei vähäteltäisi.

Filosofi Eero Ojanen (2013, 119, 121) kirjassaan toteaa, että ihminen on luonut koiran omaksi kuvakseen, jota voidaan jopa liiaksi korostaa. Tämän kaltaisesta näkemyksestä voidaan päätellä koirakielteisten ajattelutapojen lisääntyminen. Ihmisen tulee saada pidettyä oma erityinen asemansa, vaikka samalla hän on tietoinen menestyksestään vain silloin, kun hän kykenee kunnioittamaan muita. Ojanen kiteyttää Ies-sosiologian mukaisesti oman suhtautumisemme koiriin olevan sitä, mitä itse olemme ja ajattemme muista ihmisistä.

6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

6.1 Tutkimusympäristö ja tutkimustehtävä

Tutkimusympäristönä toimi Anjalankosken Työttömät ry:n yksi toimintapisteistä, Inkeröisen Päätien Koti & Kirppis ja siinä oleva myyntituotteiden kunnostukseen liittyvä työpaja. Kyseisen kohteen valitsemisen perusteluna oli sen toiminnan monimuotoisuus ja uuden työpajaohjaajan työn tukeminen. Päätien Koti & Kirppiksellä työskenteli tutkimustyön toteutuksen aikana kahdeksan henkilöä. Työaikojen vuoroluontoisuus

den, työtehtävien ja tukityön luonteen vuoksi, työpajalla sekä myymälässä oli vuoroiltaan työskentelemässä työpajaohjaajan lisäksi yleensä kolme henkilöä.

Työtehtävinään heillä oli työpajatoimintaan liittyvät myytäviksi lahjoitettujen huonekalujen kunnostaminen myyntikuntokelpoisiksi ja kierrätysmateriaalien uusiokäytön ideointi. Myymälässä työt olivat myyntitehtäviä, kassatyöskentelyä, yleisen siisteyden ylläpitämistä ja myytävien tuotteiden esillepanoja hinnoitteluineen. Työajat vaihtelivat myymälän aukioloaikoina, kunkin työntekijän työsopimuksen mukaisesti.

Kehittämistyöni taustalla oli Tukipuu 2G–Green Power 2013–2015 -hanke ja eläinavusteisesta toiminnasta kiinnostuneen hankepäällikön ehdotus, minun toteuttaa koira-avusteista menetelmää heidän kohdeasiakasryhmälle. Vilkan mukaan (2009, 97, 103) laadullisen tutkimusmenetelmän tärkeänä tehtävänä on olla emansipatorinen. Tällä tarkoitetaan tutkittavasta asiasta lisääntyvää tietoisuutta tutkittaville, jolloin voidaan vaikuttaa toiminta- ja ajattelutapoihin. Tämän tutkimuksen tehtävänä oli koira-avusteisen työskentelyn näkyväksi tekeminen työyhteisöön sekä siitä muodostuva kokemuksellisuuden ja tiedollisen näkemyksen lisääntyminen. Lisäksi tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, vaikuttaako koiran läsnäolo työpäivän kulkuun, työssä viihtymiseen ja sosiaalisiin vuorovaikutustaitoihin.

6.2 Tutkimuskysymykset

Tukipuu 2G - Green Power 2013–2015 -työllistämishanke määritteli keskeisen kehittämistyön tutkimustehtäväksi havainnoida sosiaalisen toimintakyvyn muutokset työyhteisössä koira-avusteisen menetelmän avulla. Siten tutkimustehtäväni pohjautuu seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

1. Miten työyhteisö kokee työpäivän kulun työtehtävineen?
2. Mitä toiminnallisia muutoksia koiran käyttäminen työyhteisössä tuo hankkeen asiakkaille?
3. Lisääntyykö vastavuoroisuus työyhteisössä koira-avusteista menetelmää käyttämällä?
4. Mahdollistaako koiran mukanaolo jaksamaan työpäivän työtehtävät paremmin?

Näistä lähtökohdista tehtäväni oli osallistua tutkittavaan työyhteisöön. Oma mielenkiintoni tähän tutkimusaiheeseen on merkittävää. Olen kiinnostunut itse aiheesta osin aiemman koulutustaustani sekä pitkään jatkuneen koiraharrastukseni vuoksi. Tulevaisuuden tavoitteenani on käyttää koira sosiaalisen kuntoutuksen tukena. Koiran käyttäytymisestä ja sen elekielen tulkinnasta olen oppinut aiemman koulutustaustani ja koiraharrastukseni ohella. Kontekstia laajemmin tarkasteltuna, mieltymykseni on olla tukemassa Green Care -ideologian näkyvyyttä tälle kohderyhmälle, sillä Suomessa ei ole aiemmin vastaavia tutkimuksia tehty. Toivoisin tämän tuovan lisäarvoa myös tällaisen toiminnan jatkokäytölle.

6.3 Tutkimussuuntaus

Tutkimusta ohjasivat useat eri näkökulmat, jotka asettivat tiedonkeruulle tiettyjä piirteitä. Hirsijärvi, Remes ja Sajavaara (2007, 160) kokoavat laadullisen tutkimuksen tyypilliseksi piirteiksi kokonaisvaltaista tiedonhankintaa, jolloin ihminen on tiedon keruun instrumenttina kohdejoukon ollessa valittuna tarkoituksenmukaisesti ja aineistoa tulkittaessa tapauskohtaisesti. Oleellista laadullisessa tutkimuksessa on tutkittavan subjektiivisesti tuotettu näkemys tutkittavaan asiaan, hänen toimiessaan luonnollisessa toimintaympäristössään. Subjektiivisesti todennettu näkemys tutkimustilanteessa antaa tutkijalle arvokasta tietoa tutkimuksen etenemisestä siitä, mihin kehittämistyössä tähdätään. Tilastollisen menetelmän käyttäminen olisi ollut näin pienen tutkittavien joukolla merkityksetöntä. Myöskään ennalta määrättyjen vastausten saaminen ei olisi ollut tarkoituksenmukaista, sillä tämän opinnäytetyön tutkimustehtävään ei ole valmiita vastauksia. Edellä mainittuihin näkökulmiin, hankkeen tarjoaman tutkimustehtävän mukaisesti tehtyihin tutkimuskysymyksiin sekä tarkoituksenmukaisesti valitun kohdejoukon perusteella päädyin hakemaan vastauksia *kvalitatiivisen* eli laadullisen lähestymistavan kautta.

Metodologisesti tutkimuksessa on viitteitä fenomenologisesta lähestymistavasta, sillä tutkimuksessa käsitellään eri teoriataustoja ja niiden tulkitsemista subjektiivisesti toteutetun kokemuksen perusteella. Viitattaessa fenomenologiseen lähestymistapaan on huomioitava yksilön tapa toimia tietyssä ympäristössä. Tällä tarkoitetaan yksilön tiettyä tapaa toimia, johon vaikuttavat esimerkiksi kulttuurillinen tausta tai paikkasidonaisuus. Siten tutkijalla on merkittävä rooli ymmärtää sekä käsittää tutkittavan kokemuksia että elämäntodellisuutta. Käsityksellä tarkoitetaan sitä suhdetta, joka muotoutuu kokemuksesta, ajattelusta sekä vuorovaikutuksesta tutkittaviin. Käsityksensä perusteella tutkija jäsentää, rajaa ja tulkitsee saatua uutta informaatiota.

Fenomenologiassa tutkimuksen toteutukselle keskeistä on mahdollisuus analysoida, kuvailla sekä ymmärtää yksilöiden käsityksiä. Siten tutkittavien elämäntilanteeseen ja tutkimustehtävään liittyvät teoriataustojen selventäminen. Tutkijan tulee pyrkiä roolinsa mukaiseen toimintaan, ettei vaikuttaisi tutkittavien tulkintoihin ja heiltä saatuihin vastauksiin. Tutkijana tähän voi vaikuttaa antamalla tilaa tutkittavan mielipiteiden ilmaisemiselle. Puitteet onnistuneelle toteutukselle ovat välittömän ilmapiirin luominen ja rauhallisen sekä kiireettömän paikan valitseminen. Keskeinen osa toteutusta on dialogisuus sekä kokemuksia kuvaava kerronta. Tutkimuksen tiedollista kokonaisuutta voidaan täydentää eri teoriamerkitysten avulla, tekstein sekä kuvin. (Puusa & Juuti 2011, 267–268; Vilka 2009, 135–137.) Tutkimus koostuu pääteorioista, joita ovat Green Care – luontosuhteen ja sosiaalityön merkitys yksilön osallisuuteen, ekopsykologinen teoria, antrozoologia sekä ies-sosiologia. Tämän tutkimuksen tulosten arviointi tapahtuu tulosten ja teoreettisen viitekehyksen yhteensopivuuden pohdinnalla ja kerronnalla. Tutkimuksesta saadut tulokset ovat totuudenmukaisia sekä ilman ennakkoletuksia kerrottuja.

Laadullisen aineiston analyysitavat voidaan jakaa eri luokituksiin, kuten aineistolähtöiseen, teorialähtöiseen tai teoriasidonnaiseen analyysiin. Aineistolähtöisessä analyysissä aineisto määrittää tutkimuksen kulkua. Saatu aineisto on sattumanvarainen ja sitä ei ole ennalta sovittu. Aineistoa tarkastellaan erittelyjen, erojen ja yhtäläisyyksien etsimisellä sekä niitä tiivistämällä. Teorialähtöisessä tutkimuksessa analyysi tapahtuu olemassa olevan teorian uudennaiselle käytölle. Tämän tutkimuksen analyysitapa on osin *teoriasidonnainen*. Tällöin analyysi ei pohjautu pelkästään teoriaan, vaan fenomenologisesti analyysiin vaikuttavat lisäksi tutkimuksesta saadut tulokset. (Puusa & Juuti 2011, 270–271; Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

7 AINEISTONKERUU

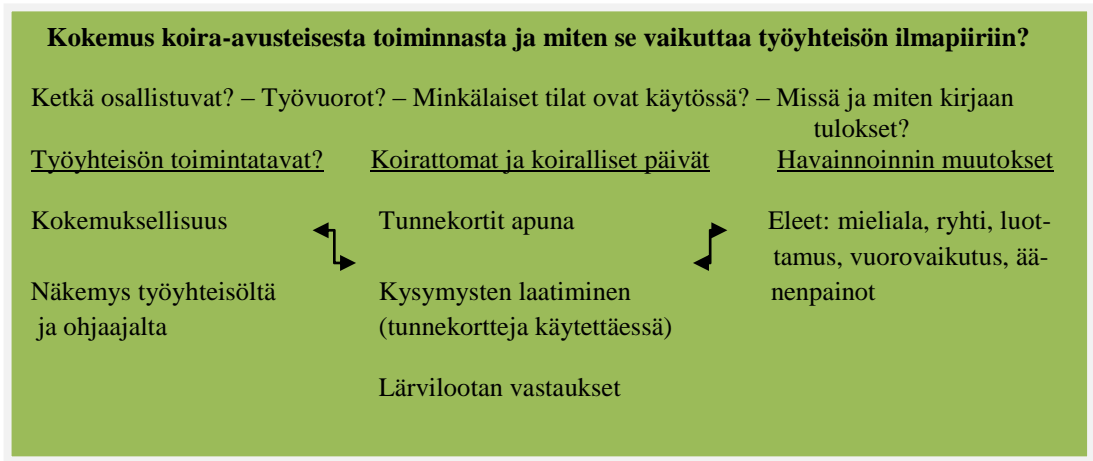
7.1 Havainnointi

Tiedonkeruumetodeina käytin osallistuja- ja vapaata havainnointia, koira-aiheisia tunnekortteja, avointa haastattelua ja keskustelua sekä palautelaatikkoon saatavia mielipiteitä työpäivän kulusta. Kvalitatiivisen tutkimuksen mukaisesti tietoa kerättiin todellisissa tilanteissa ja tiedonantajina oli tarkoituksenmukaisesti valittu kohdejoukko (Ks. Hirsijärvi, Remes & Sajavaara 2006, 160).

Havainnoinnin eli observoinnin avulla kerätään hiljaista tietoa, kuinka ihmiset toimivat tai sanovat toimivansa. Täten se sopii laadullisen tutkimuksen menetelmäksi. Etuutena on suuremmalta kohdejoukolta saatu samanaikainen tieto, mutta haittaavana tekijänä saattaa olla tutkijan tapa muuttaa tutkimustilanteen kulkua häiritsemällä tai antamalla omien tunteiden vaikuttaa tuloksiin. Havainnoinnin menetelmät jaetaan osallistuvaan tai ei-osallistuvaan välittömään havainnointiin. Osallistuvassa havainnoinnissa tutkijaan totutaan tutkittavassa ympäristössä hänen toimiessaan osana ryhmää. Yhteisössä toimiminen edellyttää tutkijan vuorovaikutuksellisten taitojen soveltamista, jotta hän pystyy toimimaan tietyssä roolissa. (Hirsijärvi, Remes & Sajavaara 2007, 207–209).

Tutkittavassa ympäristössä osallistuja havainnoijan rooli tiedetään edeltä. Seuraavaksi tutkijan tulee rakentaa luottamuksellinen ja hyvä suhde tutkittavien kesken. Halutesaan osallistuja havainnoijan on mahdollista tehdä tutkittaville tarkentavia kysymyksiä ja haastatteluja havaintojensa tueksi. Ei-osallistuvassa eli vapaassa havainnoinnissa tutkija pitäytyy ainoastaan havainnoijan roolissa ollen ulkopuolella ryhmää. (Hirsijärvi, Remes & Sajavaara 2007, 212.) Itse havainnointitekniikka on joko systemaattista tai strukturoimatonta. Jälkimmäistä käytetään silloin, kun tahdotaan tutkittavasta asiasta mahdollisimman paljon ennakkotietoa. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Ryhmässä roolini oli olla osallistuja havainnoija. Kyseiseen menetelmään päädyin sen takia, koska olen ollut tässä työyhteisössä mukana jo aiemmin toteuttamassa koulun eri projekteja. Työyhteisö oli tullut minulle jo siltä osin tutuksi työkuultuureineen, toimintatapoineen ja ajatuksineen. Opinnäytetyötä tehdessä suoritin samalla viimeistä kahdeksan viikon työharjoittelua sosionomiopinnoissani, mikä edesauttoi minua olemaan luontevasti osa työyhteisöä. Tutkimustehtävän mukaisesti kootun teorian mukaan poimin keskeiset havainnoinnin teemat. Työyhteisöä tarkkailin koirallisina ja koirattomina työpäivinä osallistuvan että vapaan havainnoinnin avulla. Havainnointitavoitteiden saavuttamiseksi tein suunnitelman toteutuksen prosessista (kuva 5).



Kuva 5. Suunnitelma havainnointitavoitteiden saavuttamiseksi

Suunnitelmaa laatiessa pohdin missä vaiheessa ja miten tiedon kerään. Tiedon tallentaminen voi olla tällä menetelmällä haasteellista. Tutkija saattaa joutua tilanteeseen, jossa on luotettava tutkimusta tehtäessä muistiinsa (Hirsijärvi, Remes & Sajavaara 2007, 208–209). Tiedon tallentamiseen käytin välitöntä kirjaamista ja sanelua sanelukoneelle. Sanelukoneen nauhoitukset poistin välittömästi tiedon kirjaamisen jälkeen. Tähän päädyin siksi, koska esimerkiksi videointi ei olisi ollut tässä kohteessa luvanvaraista. Osa havainnoinnista tapahtui myös myymälän puolella, missä oli satunnaisesti tutkimuksen aikana asiakkaita. Videointi olisi saattanut lisätä tutkimukseen osallistuville turhia ennakkoluuloja tutkimusta kohtaan, ja siten tulokset eivät olisi olleet luotettavia. Toinen syy havainnoinnin tekemiseen oli vähäinen teoreettinen saatavuus koira-avusteisesta toiminnasta. Tällä pyrin siihen, että tutkimuksen toteutuminen koira-avusteisuudesta tällä asiakaskohderyhmällä, voisi tuloksellisesti antaa enemmän uutta tietoa.

Koira-avusteisen menetelmän sopivuutta tutkittaessa tilanteet voivat olla ennakoimattomia: eläin kokee tilanteet mahdollisesti eri tavalla kuin ihminen niitä tulkitsee. Tämän kaltaisia tilanteita pyrin estämään käyttämällä omaa lemmikkikoiraani Hupia, sillä tunnen sen käyttäytymismallia sekä eleitä paremmin kuin esimerkiksi tutkittavan käyttäessä omaa koiraansa. Etuutena oman koirani käyttöön tutkimuksen toteutuksessa pidin myös sitä, ettei tutkittavan oma rooli sekoitu tutkimuksen aikana hänen käyttäessään lemmikkiään minun apunani.

7.2 Strukturoimaton keskustelu ja koira-aiheiset tunnemenetelmäkortit

Havainnointiaineiston tukena käytin lisäksi *tunnemenetelmäkortteja, puolistrukturoitua sekä strukturoimatonta keskustelua että haastattelua*. Avoin haastattelu perustuu

dialogisempaan keskustelumalliin, eikä tarkkoihin teemakysymysten ympärille rakennettuihin kokonaisuuksiin. Molemmille keskusteluun osallistuvalla osapuolella dialogisuus antaa mahdollisuuden myös kysyä tai tarkentaa aiheen ympäriltä muotoutuvista näkökulmista esiin nousseita kysymyksiä. (Vilka 2009, 104.) Puolistrukturoidut keskustelut liittyivät tutkimuskysymyksiin lisäksi teoreettisen viitekehyksen pohjalta laadittuihin kysymyksiin. Keskustelun aikana tulkitin vastapuolen eleitä ja äänenpainoja. Käyttämällä avointa keskustelua ja haastattelua, tavoittelin välittömän ilmapiirin syntymistä. Toivoin sen antavan konkreettista lisäarvoa havainnoinnin tulkinnoille.

Koira-avusteisten tunnenemenetelmäkorttien käytön tarkoituksena oli avata uusia näkökulmia tutkittavan tunnetilasta ja konkretisoida havainnointiaselman tuloksia. Opinnäytetyössä hyödynsin koira-aiheisia tunnekortteja keskustelun ohessa. Käytin niitä tunteiden herättämisen, tunnistamisen sekä ilmaisun apuna. Koira-aiheiset tunnekortit tilasin Lohjan seudun mielenterveysseura ry:n Tukikoirasta hyvinvointia -hankkeen projektipäälliköltä. Projektipäällikkö Prepula työskentelee ja kouluttaa tukikoirakoita Lohjalla. Kortit ovat kehitetty varsinaisesti tukikoirakko- ja sosiaalipedagogisen koira-toiminnan kokemuksista saadun tulosten perusteella. Toiminimi Hoivakoira mahdollisti kortit myyntiin tämän vuoden kesäkuussa.

Tunnekorttipakasta löytyy eri vuodenaajoista koostuvia koiravalokuvia, koiran erilaisista elekielistä ja tunnehetkistä. Viidestäkymmenestä kortista valitsin kaksitoista, mitkä katsoin parhaiten kuvaavan erilaisia tunteita. Koira-aiheisten tunnekorttien läpikäymiseen käytin työntekijöiden kahvitilaa, työpajaohjaajan toimistoa tai rauhallista työnurkkausta. Koin aiheeseen liittyvän mielipiteiden tulkitsemisen korttien avulla henkilökohtaisina tunneilmaisuuksina, joten huolehdin yksityisyydestä, eikä samassa tilassa ollut tuolloin ulkopuolisia. Sen sijaan keskustelua syntyi avoimesti kaikkien läsnä ollessa koira-avusteisesta menetelmästä sekä opinnäytetyön tarkoituksesta. Konkreettinen toteutus tapahtui siten, että pyysin ottamaan kaksi korttia kahdentoista kortin joukosta. Valintaan vaikuttivat tutkittavan sen hetkiset tunteet sekä mielipiteet siitä, miten hän kokee koirattomien ja koirallisten päivien tunnelmat työpaikallaan. Valintoja oli suotavaa perustella kerronnan avulla.

7.3 Työilmapiirin mittaaminen palautelaatikkoon annettavilla hymiöillä

Tutkittavassa työyhteisössä tahdottiin kiinnittää enemmän huomiota työhyvinvoinnin kehittämiseen. Yksi työhyvinvointia lisäävä tekijä oli työilmapiirin mittaaminen, joka oli toteutettu palautelaatikon avulla. *Palautelaatikko* oli nimetty Lärvilootaksi.

Työpäivän päätteeksi työntekijöiden tuli tipauttaa laatikkoon hymiö, joka kuvasi hänen mielestä parhaiten kulunutta työpäivää (liite 1). Työpäivän kulun tunnelmia kuvattiin viidellä eri hymiöllä. Hymiöt olivat nimetty seuraavanlaisesti: älyttömän hyvä päivä, hyvin sujui, ei mitään ihmeellistä, ei kovin hyvin ja ei kehnommin voisi sujua. Työhyvinvointia mittaavan Lärvilootan hymiöt askartelin keskeiselle paikalle työpajan ulko-oven viereen kesäkuun alussa ennen varsinaista tutkimusosuutta. Saatuja vastauksia hyödynsin opinnäytetyön tutkimustehtävään.

Hymiöiden lisäksi työntekijät saivat halutessaan jättää kirjallista palautetta työpäivän kulusta. Tein myös taulukon ohjaajalle, johon merkitsimme hymiöiden laadun ja määrät päivämäärineen. Lisäksi pyysin häntä kertomaan jos työtehtävissä oli tapahtunut merkittäviä muutoksia jonkun päivän aikana sillä perusteella, että se voisi vaikuttaa yleiseen työilmapiiriin ja siten tutkimuksen tuloksiin. Saaduista vastauksista poimin koirattomien ja koirallisten päivien hymiöiden tulokset taulukkoon. Tällä tavalla sain tuloksia yleisesti koettuihin tuntemuksiin työviihtyisyydestä ja työpäivän kulkuun vaikuttavista tekijöistä.

7.3.1 Aikataulullinen toteutus

Tutkimustehtävän suunnittelu alkoi hankepäällikön tapaamisella vuoden 2013 tammi-kuussa. Tuolloin hän esitti toiveita toiminnallisen koira-avusteisen menetelmän käynnistämisestä. Samalla sovimme opinnäytetyön toteutuksen paikasta ja aikataulutuksesta. Saman vuoden helmikuussa otin yhteyttä opinnäytetyöni ohjaavaan opettajaan YTM lehtori Merja Nurmeen tarkentaakseni seuraavaa työvaihetta ja esitin tutkimussuunnitelman seminaarissa. Huhtikuun aikana otin yhteyttä maamme Green Care toimijoihin ja tutkijoihin puhelimitse sekä sähköpostitse. Heiltä sain ajankohtaista tietoa ja raportteja siitä, miten kyseistä menetelmää kannattaa tutkimuksessa hyödyntää.

Teoriataustasta ilmeni myös koira-avusteisuuden negatiiviset lähtökohdat. Tämä oli hyvä tiedostaa jo ennen tutkimuksen suorittamista. Työn aloitin lukemalla hankekuvausta ja tutkimalla aiempaa esiteltyä teoriaa edeten teoriaosuuden jäsentämiseen. Teoriaosuuden jäsentämisen jälkeen tutkimuksen käytännön toteuttaminen alkoi touku-kuun lopulla työharjoittelussa. Opinnäytetyön tarkennettu aikataulu varmistui vasta tässä vaiheessa, yhdessä hankepäällikön ja Päätien Koti & Kirppiksen työpajaohjaajan tapaamisen yhteydessä. Merkittävänä pidettiin havainnointikertojen tasavertaista lukumäärää koirallisten että koirattomien päivien kesken.

7.3.2 Tutkimuksen toteutuksen kuvaus

Tutkimuksen toteutus eteni tietyn kaavan mukaisesti. Ensisijaisesti tutustuin uudelleen työyhteisöön, sen toimintakäytäntöihin ja työkuultuuriin. Alkuun selvitin kaikkien työntekijöiden työajat, jolloin osasin aikatauluttaa havainnointikerrat. Tämän jälkeen kartoitin yleisiä toimintaperiaatteita kyseisestä työyhteisöstä, etten sekoittaisi hyväksi saavutettuja toimintatapoja. Seuraavaksi kävin keskustelua kohdejoukon kanssa siitä, miten he kokevat työnsä ja työhyvinvointiin liittyvän sosiaalisen tunnelman. Myöhemmässä vaiheessa keskustelimme tunnelmista koira-avusteisen toiminnan lisäämisestä työyhteisöön. Alun keskusteluiden ja havainnoinnin tarkoituksena oli selvittää tyypillisten työpäivän kulun mietteet, jotta voisin verrata niitä keskenään koirattomina ja koirallisina päivinä. Avoin keskustelu ja yhdessä työtoimintaan osallistuminen auttoivat minua pääsemään paremmin osalliseksi työyhteisöön.

Ensimmäisillä havainnointikerroilla en ottanut koiraakaan mukaani. Tarkoituksellisesti en kertonut työntekijöille, milloin Hupi tulisi työyhteisöön osalliseksi ja milloin tulisin koiratta heidän työpaikalleen. Yllätyksellisesti sijoittuviin tutkimuksen suorituspäiviin ei siten sijoittunut ennako-odotuksia. Läsnaölopäiviä kertyi yhteensä kuusitoista. Ne koostuivat puolittain koirallisista että koirattomista päivistä. Katsoin kuitenkin kohde-ryhmälle tarpeelliseksi selvittää opinnäytetyön toteutuksesta ja Green Care -hankkeen koira-avusteisesta menetelmästä. Halutessaan kullakin oli mahdollisuus kieltäytyä osallistumasta toteutukseen. Ensimmäisistä kerroista lähtien tein havainnoiteja ja käydyistä keskusteluista ja kunkin tutkittavan aktiivisuudesta osallistua keskusteluihin. Havaintojen perusteella tein itsenäisiä päätöksiä siitä, missä henkilöjärjestyksessä lisäisin kullekin koira-aiheiset tunnekortit mukaan tutkimukseen. Päätökseen vaikuttivat henkilöiden meneillään olevat vuorovaikutukselliset sekä voimavaroihin liittyvät prosessit. Tärkeänä pidin sitä, että jokainen työntekijä tuli yksilöllisesti huomioiduksi ja osalliseksi tutkimukseen.

7.3.3 Koiran mukanaolo tutkimuksen toteutuksessa

Green Care -toiminnan eettisissä ohjeissa eläimiä kuvaillaan yhteistyökumppaneiksi eikä käyttöesineiksi (Green Care Finland ry). Pidin kyseistä ohjetta tärkeimpänä noudatettavana ohjenuorana. Koiran hyvinvoinnin takaaminen tässä tehtävässä oli sitä, ettei se saanut stressaantua sille asetetuista tilanteista ja sen fysiologisista tarpeista tuli huolehtia. Liian pitkiä työpäiviä Hupille ei kertynyt ja päivät olivat tauotettuja. Hupin ollessa mukana lattian liukkautta vähennettiin matoilla.

Ensimmäisillä tapaamiskerroilla kerroin, mistä asioista Hupi pitää ja miten se eleillään voi näyttää negatiivisen puolensa. Hupi on rodultaan belgianpaimenkoira tervueren, viralliselta nimeltään Rantavahdin Jeskamandeera (Liite 2). Nuoresta kahden vuoden iästään huolimatta Hupi on luonteeltaan avoin ja reipas kaikkia kohtaan, eleiltään helppolukuinen sekä ohjaajalleen uskollinen. Hupin kanssa oli helppo toimia uusissa ympäristöissä. Varsinaista kaverikoiraksi valmistavaa koulutusta Hupilla ei ole, mutta sen luonteen ja siihen mennessä tehtyyn tottelevaisuuskoulutuksen saavutetun koulutustason puolesta arvioin sen soveltuvan tehtävään. Luontaisesti en laskenut Hupia tilanteisiin, joissa se olisi voinut kokea uhkaa tai käyttäytyneet epäkunnioittavasti asiakkaita tai työyhteisöä kohtaan.

Koiran tuominen julkisiin myymälätiloihin ei aina ole sallittua. Sisäänkäynnin vieressä oleva tiedote kuitenkin toivotti koirat tähän myymälään tervetulleeksi ostosreissulle mukaan. Mahdollisilta allergeeneilta ei niin kutsutuilla kirpputoreilla voi välttyä. Eläinpölyä saattaa löytyä ennalta lahjoitetuissa huonekaluissa, eikä tuotteiden huolellinenkaan puhdistaminen poista kaikkia allergeeneja. Olin huomioon ottava asiakkaita kohtaan, ettei koirani ole se, joka tervehtii ensin, vaan halutessaan asiakas itse.

8 TUTKIMUSTULOKSET

Tutkimukseen osallistuivat kulloinkin työvuorossa olevat henkilöt. Havainnointiin osallistuivat kaikki työyhteisössä olleet henkilöt. Kuvakorteilla saatu aineisto on kerätty siten, että tutkimukseen osallistuivat ainoastaan ne henkilöt, jotka ovat analysoineet niin koirattomien kuin koirallisten päivien kulun tunnelmia korttien avulla. Tässä tutkimuksessa ei ole huomioitu niitä irrallisia keskusteluja, jotka liittyivät haluun tutustua pelkästään tunnekorttien sisältöön. Palautelaatikkoon saadut työilmapiirin mittaamiseen tarkoitetut hymiöt ovat kaikki lukumääräisesti huomioituna taulukkoon. Siltä osin tutkimukseen ovat osallistuneet kaikki työyhteisössä toimineet työntekijät. Jokainen heistä oli tästä tietoisia, joten halutessaan he olisivat voineet jättää osallistumasta työilmapiirin mittaamiseen.

Tulokset kirjoitin auki tutkimusongelmien esittämisjärjestyksen mukaisesti ilman laajempaa analysointia. Tarkennetut johtopäätökset sekä pohdinnan säästin erillisten otsikoiden alle peilaten niitä teoriasidonnaisesti teoreettiseen viitekehykseen. Saaduista tuloksista olen pyrkinyt koostamaan moninaiset ja keskeiset vastaukset siten, kuinka ne parhaiten vastaisivat tutkittua tehtävää. Tutkimustilanteissa olleet tapahtumat ovat

totuudenmukaisesti kirjoitettu, eikä niitä ole siten muutettu. Aineistosta tuli esille runsaasti samansisältöisiä vastauksia.

8.1 Koirattomien päivien työyhteisön yleinen näkemys työn merkityksestä

Työyhteisölle ei ollut Green Care -ideologia tai eläinavusteisesti toteutettu toiminta aiemmin tuttua. Ainoastaan yhdistyksen toisen yksikön toteuttama viherympäristön lisääminen työympäristöön oli ainoa työyhteisössä oleva käsitys hankkeen tarkoitukselta sekä sen toteutuksesta. Työympäristöön tuotujen viherkasvien hoitamista pidettiin liian työläänä. Perustelut, miten viherkasvit tuovat tilaan viihtyisyyttä heille itselleen sekä asiakkaille, eivät tuottaneet iloa tai muutosta mielipiteille. Yleisesti oleva passiivinen tunnelma lisäsi helposti myös muiden työyhteisössä toimivien alakuloa. Alkuun tunnelmat eivät siis olleet kovin vastaanottavia. Myöskään keskustelut omista lemmikeistä eivät tuoneet tilanteeseen muutosta. Tutkimuksen edetessä työyhteisön keskinäisessä kommunikoinnissa oli kuitenkin havaittavissa selviä muutoksia.

Työyhteisössä elettiin tavallaan muutoksen aikaa. Uuden työpajaohjaajan työskentelymalli oli enemmän kuntouttavan työtteen kaltaista verrattain aiempaan työpajaohjaajan. Kyseisellä työskentelytavalla sen odotettiin lisäävän työntekijöiden työmotivaatiota ja siten edistävän työhyvinvointia. Käytännön työssä tämä näkyi esimerkiksi siten, että kullakin työntekijällä oli mahdollisuus ratkaista enenevässä määrin työtehtäviensä etenemisjärjestys ja ottaa enemmän vastuuta omasta suoritettavista työtehtävistään. Koska työskentelymalli oli verrattain uudenlainen, sen katsottiin aiheuttavan ylimääräistä painetta työtehtävien tekemiseen ja oman työn arvioimiseen. Toisaalta se poisti jännitettä kullekin jaettavista työtehtävistä, koska tiedoksianto muuttui samanaikaisesti täsmällisemmäksi. Täsmällistä työtehtävien jakoa pidettiin turvallisena vaihtoehdolta.

Muutosvaihe toi mukanaan huomioita yksilöllisesti tukea tarvitsevien työntekijöiden avuntarpeesta. Työntekijöiden keskinäisistä vuoropuheluista ilmeni, että työtehtävien merkityksellisyyttä saatettiin arvottaa toisten tekemiin työtehtäviin tai töitä koettiin olevan liiaksi. Aiemmin työssäni mainitsin, ettei välityömarkkinoilla oleva koe olevansa ”oikeissa töissä” vaan enemmän toimenpiteessä. Kysyttäessä työn merkityksestä ja sen mielekkyydestä tämän kaltaiset huomiot tulivat usein keskusteluissa ja avoimessa haastattelussa ilmi:

”Joskus tämä tällänen työ tuntuu turhauttavalta. Ei tästä hyötyä ole, eikä töitäkään tällä seudulla ole tarjolla. Väliaikaista vaan. Kunhan päivä nyt jotenkin kuluisi, eikä tarttis kotonakaan olla. Näkeehän täällä sentää edes ihmisiä.”

”No... tämä nyt on tämmöistä. Toiset haluaa tehdä enemmän ja toiset vaan istuu tekemättä mitään. Kunhan ajan saa täällä kulumaan. Ei mul- la mikään kiire kotiinkaan ole. Kukaan oota siellä. Tästä nyt saa ainakin pientä korvausta.”

Vastauksista ilmenee subjektiivinen näkemys työtehtävien merkittävyydestä sekä työyhteisössä vallitsevasta yleisestä ilmapiiristä. Alakulo heijastui elämänhallintaan myös työajan ulkopuolelle. Arjen elämänlaatuun sivuutetut lausahdukset antoivat tulkinnan siitä, miten kukin yksilönä ajatteli kokonaisvaltaisesti omasta elämäntilanteestaan. Työajan ulkopuolella olevat arjen haasteet heijastuivat työpaikkakäyttäytymiseen. Keskusteluissa ilmeni, että joskus oli helpompaa ikään kuin heittäytyä valmiiksi passiiviseen työrooliin. Passiivisen työroolin omaksuminen vähensi olemassa olevaa henkistä kuormitusta.

Alakulo luonnollisesti lisäsi arvottomuuden tunnetta töitä kohtaan. Osa käänsi ajattelutavan vahvuudekseen. Myönteisesti työtehtävistä ajattelevat saivat tukea omaan osaamiseensa ja osasivat iloita saavutetuista tavoitteista. Työtoiminnan avulla koettiin saavutettavan vaikutuksia arjenhallintaan, kuten päivärytmin löytymiseen. Vaikka useimmat eivät itse työtä niinkään arvostaneet, silti toiveet työtehtävien vaatimuksien lisäämisestä tuntui kiinnostavalta. Oman työpanoksen tärkeyden tarkentuessa huomattiin työn merkityksellisyys usein vasta tässä vaiheessa. Näkemys omasta toiminnasta suoriutua annetuista työtehtävistä poikkesi toisistaan sen mukaan, miten kuormittavina työpäiviä pidettiin.

8.2 Työyhteisön yleisesti koetut miitteet työviihtyisyydestä

Palautteiden antaminen hymiöiden avulla työpäivän mielekkyydestä koettiin työlääksi. Työyhteisössä ei kuitenkaan keksitty muita keinoja palautteiden keräämiseksi. Asiasta keskusteleminenkin oli satunnaisesti vaivalloista. Katseet tahdottiin kääntää pois päin keskustelevalta henkilöstä ja ilmeet kertoivat, että asiaa vähätellään ja se on merkityksetöntä. Koettiin, ettei muutoksia kuitenkaan tapahdu ja palautteen antaminen oli siten

tarpeetonta. Mahdollisuus nimettömään ylimääräiseen kirjalliseen palautteeseen koettiin myös liian haastavalta toteuttaa.

Kuten taulukosta 1 ilmenee, koirattomien päivien palautteet ja määrät poikkesivat jonkin verran koirallisista päivistä. Koiralliset päivät ovat taulukossa tummemmalla sävyllä. Koirattomina päivinä palautteita kertyi enemmän, miten asiasta muistutettiin. Koirallisina päivinä hymiöitä tipautettiin laatikkoon myös ilman muistuttamista ja määrällisesti niitä oli enemmän. Hymiöillä kerätyt tulokset eivät suoranaisesti anna vastausta tiettyihin kysymyksiin, vaan yleisesti työntekijän työpäivän kulkuun liittyvistä tunneista. Annetuissa palautteissa löytyi useita yhtäläisyyksiä. Vastauksiin vaikuttivat työtehtävien laatu ja määrä, sekä se, keitä kulloinkin oli samassa työvuorossa töissä. Kesäkuun aikana myymälässä oli vilkkaampaa ja lahjoituksia paljon. Tällöin työtehtävien määrä tuntui useamman mielestä kohtuuttomalta, mutta toisaalta, sitä merkityksellisemmältä. Saatujen palautteiden sisältö mukautui sen mukaisesti, miten päivän työt rytmittyivät ja miten työpajaohjaajalla oli antaa yksilöllistä aikaa kullekin työntekijälle.

Taulukko 1. Annetut Lärvilaatikon palautteet kesä–heinäkuulta

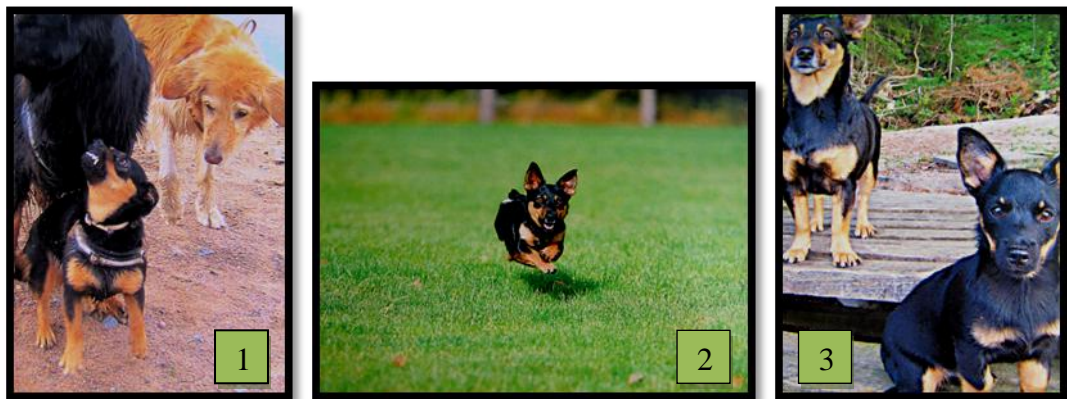
pvm	:)	:D	:/	:(:(:(pvm	:)	:D	:/	:(:(:(
12.6.		1	1		1	16.6.	2			1	
13.6.				1	1	2.7.	2	1			
14.6.	1		1	1		4.7.	1	2			
19.6.	1		2	1		7.7.	1	1			
20.6.	1					9.7.	2	1			
6.7.	1	1				16.7.		2			
18.6.	1			1		17.7.	1	2			
24.6.	1		1			18.7.		2			
27.7.	1					20.7.	1	2			

Työaikoihin toivottiin usein muutosta, tai ne muuttuivat esimerkiksi vapaapäivien vuoksi. Nopeastikin vaihtelevat työajat toivat ylimääräistä stressiä. Kuitenkaan tässä yhteydessä ei ilmennyt negatiivisuutta siitä, että työt olisivat tuntuneet sen enempää kuormittavimmilta. Joskus työaikatoiveet muuttuivat sen mukaan, keitä toivottiin olevan samassa vuorossa. Parhaimmaksi koetun työkaverin kanssa oli mutkattomampaa suoriutua työpäivistä. Työpäivät eivät tällöin tuntuneet niin pitkästyttäviltä hiljaisempien aikojen aikana. Muutoin työilmapiiiri oli välittävä.

Toisia autettiin ja hankalissa tai uusissa tehtävissä tarvittaessa neuvottiin. Toisen työ-kaverin neuvominen koettiin tärkeäksi, joka näkyi välittömänä iloisuutena ja ryhmä-hengen kohentumisena. Toisten mielipiteitä uskallettiin kysyä ja niitä kunnioitettiin.

8.3 Työpäivän kulkuun liittyvät näkemykset koirattomina päivinä

Kortteja käyttämällä pyysin mielipidettä työpäivän kulun tunnelmista. Seuraavassa käsittelen korteilla saatuja vastauksia, kysyttäessä koirattomien työpäivien kulun tunnelmista (kuva 6). Tunnekorttien käyttö koettiin alkuun hieman hämmentävänä. Epävarmuutta aiheutti oman mielipiteen ilmaiseminen näin konkreettisoin keinoin. Kuviteltiin, että oma työnkuva voisi tulosten jälkeen muuttua. Kuitenkin selventäminen korttien käytön tarkoituksesta lievensi aiemmin koettua epävarmuutta. Koira-aiheisten tunnekorttien läpikäymisen jälkeen menetelmää kuitenkin pidettiin mielekkäänä ja onnistuneena. Toteutukseen jätti osallistumatta työyhteisössä yksi henkilö, koska hän koki tunnekortit liian haastavana ja hankalana.



Kuva 6. Koira-aiheiset tunnekortit yhdestä kolmeen (Kuvat: Suomen Hoivakoira T:mi)

Ensimmäisen tunnekortin kuva aiheutti alkuun hieman huvittuneisuutta. Siihen liitettiin työpäivän kulun tunnelmia seuraavanlaisesti:

”Ainaha sitä pitäisi jaksaa kuunnella myös toisia. Pistetään leikiksi, ja kuvitellaan, että tieto kulkee. Pajaohjaaja on kuitenkin hyvä tyyppi. Ihan kiva porukka täällä muutenkin on. Välillä vaan ärsyttää, kun ei tiedä mitä pitäisi tehdä tai mitä tältä hommalta ootetaan.”

”Ei jaksa, saatikka ehdi keskittyä kaikkiin tyäjuttuihin.”

Tiedonkulkuun kiinnitettiin usein huomiota keskusteltaessa työn merkityksestä. Avointa tiedottamista pidettiin huomionosoituksena oman työn arvostamiselle sekä yhteenkuuluvuudelle. Täsmätiedottaminen oli tyypillistä ja yhteisiä palavereja oli kuukausittain. Keskusteluista kuitenkin ilmeni, että tietynlainen passiivisuus omatoimiseen tiedonhankintaan oli usein syynä asioiden etenemiseen. Tähän seikkaan kiinnitettiin työyhteisössä huomiota esimerkiksi siten, että sisäiset tiedotteet tehtiin kirjallisina ja yleiset tapahtumat ilmoitustaulun lisäksi, olivat avattuna internetissä työntekijöiden keskustelupalstalle. Työyhteisöä kuitenkin luonnehdittiin pääosin avoimena tiedottamisen esteistä huolimatta ja työtovereita pidettiin reiluin yhteistyökumppaneina.

Ensimmäinen kortti toi mieleen myös työpäivän kulkuun vaikuttavasta vireystilan laskusta. Riittämättömyyden tunteen kokeminen aiheutti ärsyyntymistä. Omia voimavaroja verrattiin yleisesti muihin työyhteisössä toimiviin. Omien voimavarojen ollessa ääri rajoilla uusien työtehtävien vastaanottaminen saattoi tuntua liian kuormittavalta. Toisaalta omia resursseja toimia vaativimmissa työtehtävissä ei koettu hyödynnettävän tarpeeksi. Näissä tuntemuksissa oli kuitenkin ristiriitaa verrattuna aiempiin kommentteihin siitä, miten työpäiviä pidettiin satunnaisesti pitkästyttävänä ja työn merkitystä riittämättömänä.

Toiseen korttiin puolestaan liittyivät odotukset kesäloman alkamisesta. Yleisesti tästä kortista pidettiin paljon kuvassa esiintyvän koiran elekielen vuoksi. Useat sanoivat kortin olevan hyvänmielen kuva. Sitä symbolisoitiin vapauttavana kuvana. Kortti loi positiivisia tuntemuksia myös siitä mielihyvystä, kun töitä voi tehdä omien voimavarojensa mukaisesti, eikä pakotetusti.

Kolmannen kuvakortin positiivinen ajatus liittyi siihen, ettei työvuoroja tarvinnut tehdä yksin ja työtoverin tai ohjaajan apu oli tarvittaessa saatavilla. Korttiin liitettiin lisäksi haikeuden ja neuvottomuuden tunteita. Epäselvyys töiden jatkumisesta sekä ”byrokratian ehdoilla oleminen ja eläminen” tuntuivat ahdistavilta. Kortin kuvassa istuvaa koiraa kuvailtiin viranomaiseksi, joka hieman ylimielisesti seuraa sivusta yksilön elämäntilannetta. Epäusko ja epävarmuus omasta tulevaisuudesta tai elämässä pärjäämisestä yleensä olivat yleisimpiä puheenaiheita. Tämä heijastui myös eleissä: tunnelmat tätä korttia käsiteltäessä oli hieman vaivaantunut. Tulkitsin koirattomina päivinä asiasta keskustelemisen haasteellisena. Havainnoidessani tilannetta katseet olivat yleensä suunnattuna ikkunasta ulos tai asiasta ei tahdottu mielellään edes keskustella.

Samankaltaisiin tunteisiin viitattiin myös kortteihin neljästä kuuteen (kuva 7). Nämä kortit olivat eniten valittuina muun muassa seuraavanlaisin kommentein:

”On jotenkin eksynyt olo, että mitä sitten, kun tämä jakso loppuu? Kuinka sitä tulee oikeen toimeen. Ja sitten alkaa se virastoissa juokseminen.”

”Kyllähää tässä sellainen fiilis on, että yjönä tässä, kaiken lisäksi vielä vähän hukassa.”

Viidennen kuvakortin keskustelun aiheisiin liittyivät tuntemukset väsymisestä ja yksinäisyydestä. Väsymisen tunteita aiheuttivat jatkuva taloudellinen ahdinko, yksinäisyys ja riittämättömyyden tunne. Lisäksi itsearvostusta heikensi itse tukityöllisyys. Vastajat kokivat työpaikkansa nöyryyttävänä muistutuksena siitä, kun ei muuten pärjää ja muita vaihtoehtoja ei ollut saatavilla. Työtehtäviä kohtaan olevan uupumuksen kerrottiin johtuvan ennemminkin työn suunnitteluun tai arvioimiseen liittyviksi, kuin itse toiminnallisiin seikkoihin sijoittuviksi. Yksinäisyyteen kohdistetut kommentit eivät niinkään johtuneet vuorovaikutussuhteista työpaikalla, vaan yksinäisyyttä koettiin työajan ulkopuolella. Tällöin omasta hyvinvoinnista huolehtiminen tuntui liian kuormittavalta, mikä puolestaan vaikutti työssä jaksamiseen sekä omaan vireystilaan yleisesti. Yksinäisyyttä kokivat lähinnä he, joilla ei ollut harrastustoimintaa työajan ulkopuolella. Riittämättömyyden tunnetta kokivat he, joiden perheen piirissä oli henkiseen jaksamiseen vaikuttavia huolia.



Kuva 7. Yleisimmin valitut tunnekortit työpäivän ja arjen kulun tunteista (Kuvat: Suomen Hoivakoira T:mi)

8.4 Työyhteisön toiminnalliset muutokset koirallisina päivinä

Tähän asti olen käsitellyt tuloksia siitä näkökulmasta, miten tutkittavat kokevat työssäolon ja mitä tunnekorteilla saatuja tuntemuksia kortit herättivät koirattomina päivinä. Seuraavaksi käsitelen tunnekorteilla ja havainnoinnin avulla saatuja tuloksia koiran ollessa mukana työpaikalla. Tutkimustehtävien mukaisesti tässä osuudessa tulokset ovat enemmän työyhteisössä tapahtuvista vastavuoroisuutta käsittelevistä muutoksista.

Työyhteisössä tapahtui paljon havaittavia muutoksia koiran ollessa paikalla. Merkittävimpänä näistä oli positiivisempi suhtautuminen työtehtäviin ja vuorovaikutustaitojen lisääntyminen. Vuorovaikutusta tapahtui kehonkielellä sekä sanallisesti. Sanatonta viestintää esiintyi enemmän koiraa silittäessä. Hupi sai osakseen halauksia ja päälle suukottelua. Koiraa silittäessä tilanteeseen keskityttiin, rauhoituttiin ja hetkestä poistui turha jännittyneisyys.

Havaittavissa oli myös sosiaalisen hyvinvoinnin lisääntyminen. Keskustelun yhteydessä katsekontaktia otettiin toisiin työtovereihin keskustelun yhteydessä enemmän. Myös muiden ollessa samassa huoneessa, keskustelun aiheet omista henkilökohtaisista ja mieltä askarruttavista asioista lisääntyivät. Lisäksi työtehtäviä pyrittiin tehdä tehokkaammin ja täsmällisemmin. Koiran ollessa samassa tilassa puhuttiin hiljaisemmalla ja rauhoittavalla äänellä. Kaiken kaikkiaan ilmapiiri oli huomattavasti vapautuneempi.

Hupin ottaessa kontaktia sille hymyiltiin, naurahdeltiin ja puheltiin. Koiralle esimerkiksi kerrottiin vähemmän mieluisasta tai suunnitteilla olevasta työtehtävästä. Hupia myös kutsuttiin luokse tai siihen otettiin katsekontaktia, jotta koira reagoisi ja sitä voitiin silittää. Hupin käyskennellessä samassa huoneessa työt saattoivat keskeytyä useammin, mutta keskittyminen itse työtehtävään tämän jälkeen parani ja työtehtävät tehtiin iloisemmalla mielellä. Joskus sanottiin tuntevan huonoa omaatuntoa työn keskeytyksestä, koska koiraan saatettiin keskittyä enemmän kuin itse työhön. Koiraa ei kuitenkaan koettu rasitteena työtehtävien tekemiseen. Koiran mukanaolo työpaikalla herätti kahdenlaisia tunteita:

”Työpäivä menee nyt paljon nopeammin, kun Hupi on mukana. Ja sitten on kiva, kun on joku aina vierellä, mille voi puhella. Täältä puuttuu seuraava ja juteltavaa olisi.”

”Liikaa huolta koiran mukanaolosta. Etenkin jos oma koira olisi mukanaani täällä. Saisi olla silmät selässä koko ajan. Ei siitä oikeen mitään tulisi.”

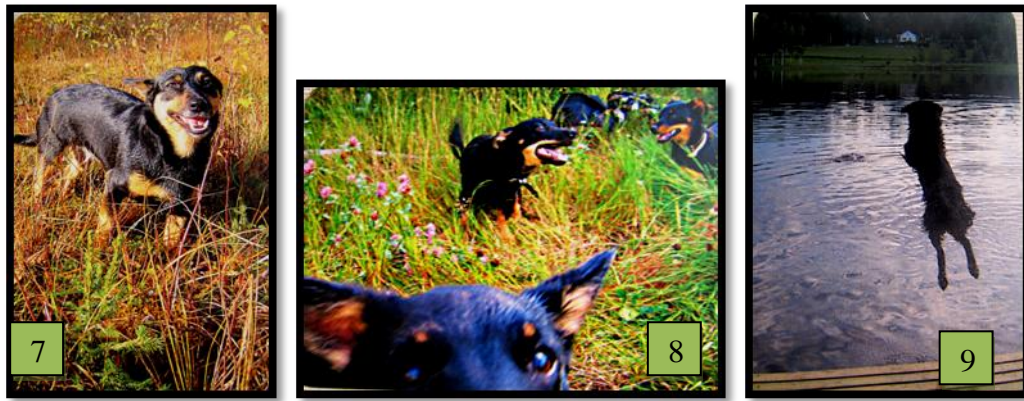
Tarkastellessani koirani käytöstä mielellisenä sosiaalisena toimijana tein mielenkiintoisia havaintoja. Työyhteisössä oli henkilö, joka ei ottanut mitään kontaktia koiraan. Hupikin käyttäytyi alun tuttavuuden jälkeen häneen hieman välinpitämättömästi, eikä tehnyt enempää tuttavuutta. Se luontaisesti valikoi, millä tavoin ketäkin lähestyttiin. Joillekin se oli riehakkaampi kuin toisille. Hupi saattoi hymyillä, heiluttaa häntää kii-vaammin ja mennä enemmän oma-aloitteisesti niiden henkilöiden luokse, jotka pitivät siitä enemmän.

Koirani eleet mukautuivat sen mukaisesti, mitä toinen osapuoli viestitti. Hiljaisempien henkilöiden luokse se tassutteli reippaasti ja teki itsensä näkyväksi puskemalla. Hupin tämän kaltainen luontainen käyttäytyminen teki heihin vaikutuksen ja huomaamatta monista tuli hyvinkin puheliaita. Mielenkiintoista oli myös havaita, miten jotkut työntekijät eivät aluksi osanneet olla niin luontevia seurassani, ennen kuin vierailin Hupin kanssa ensimmäisen kerran heidän työpaikallaan. Kommentit koiran läsnäolosta olivat positiivisia:

”Hyvä mieli tulee, kun koira tulee moikkaamaan ja koirakaverilta saa huomiota. Eihän tätä iloista hössöttäjää voi katsoa hymyilemättä!”

”Kyllähän tuollainen työkaveri olisi kiva! Se on aina niin hyvällä tuulella. Pystyisipä ite samaan, että koko ajan fiilikset olis noin korkeella. Ei vain ole mahdollista tässä tilanteessa. Voi kun täällä olisi aina joku lemmikki. Kissakin kelpaisi. Tuohon kassanviereen vaan pajailtavaksi ja juttuseuraksi. Vaikkei se noin iloinen olisikaan, niin sitä olisi hiljaisempina aikoina kiva seurata.”

Tunnekorteilla saadut tulokset työpäivän kulkuun muuttuivat koirattomien päivien tunnelmiin verrattuna yllättävän paljon. Valituista korteista huokui ilo (kuva 8). Keskustelu työtehtävien kuormittavuudesta tai työpäivän kulun kokemuksista sujui jouhevammin ja luontevammin. Koirallisina päivinä työhön sekä koettuihin omiin voimavaroihin suhtauduttiin huomattavasti myönteisemmin.



Kuva 8. Valittuja tunnekortteja koirallisina päivinä (Kuvat: Suomen Hoivakoira T:mi)

Yllä olevassa seitsemännessä kortissa olevan koiran eleitä verrattiin työpäivän kulun yleiseen tunnelmaan. Muutos aikaisempiin vastauksiin yksinäisyyden tunteesta ja jakamisesta olla työelämässä mukana muuttuivat huomattavasti. Työtehtäviä kuvattiin mukaviksi ja helpoiksi, eivätkä ne rasittaneet liiaksi.

Seuraavasta tunnekorttikuvasta pidettiin erityisesti. Tällä tahdottiin viestittää työyhteisön yhteenkuuluvuuden tunnetta. Ilmapiiriä kuvailtiin kivaksi sekä rennoksi. Jotkut kuvailivat kortin koiralaumaa työpaikalla olevina henkilöinä, koska vertauskuvainnollisesti vastaajat kokivat työyhteisössä olevien olevan samassa tilanteessa eli väliaikaisissa töissä. Kortin etualalla oleva koira miellettiin sellaiseksi henkilöksi, joka on paremmassa osassa elämässään kuin joku toinen. Hankalasta aiheesta keskusteleminen kansani siis muuttui luontevammaksi ja siitä uskallettiin puhua humoristisestikin. Eriyisesti pidettiin siitä tunteesta, että joku välittää keskustella erilaisista aiheista.

Kuvakortti, jossa koira hyppää iloisesti veteen, toi muistoja aiemmin järjestetystä työhyvinvointia lisäävästä virkistyspäivästä. Kokemus kansallispuistoon tehdystä retkestä oli jäänyt useamman mieleen. Yhteinen osallistuminen lisäsi yhteenkuuluvuuden tunnetta työyhteisössä. Arvostusta lisäsi ylimääräisesti työajalla annettu aika tutustua muissa yksiköissä työskenteleviin työtovereihin ja vaihtaa kokemuksia heidän kesken. Muutamilla työpäivien jälkeinen liikunnallinen käveleminen lisääntyi. Luonnossa kulkeminen ja lisääntynyt liikunta koettiin tuovan voimavaroja arjen jaksamiseen.

Korteista saaduista tuloksista ilmeni myös heikko uskomien omiin kykyihin. Tästä huolimatta, tulevaisuus omasta työllistymisestä herätti pohdintaa. Yksi työntekijöistä puolestaan analysoi kuvaa tuntemalla samankaltaisuutta siitä ajasta hänen jäädessään työttömäksi. Tunne oli kuin ”hyppy tuntemattomaan”.

Hänen mukaansa huoli tulevasta ei siirtynyt, vaikka hyppy oli onnistunut. Tämä asia kuitenkin tahdottiin sivuttaa keskustelussa nopeasti.

Seuraavien tunnekorttikuvien valintoja pohdittiin kauan (kuva 9). Kuvia tulkittiin hieman yllätyksellisestikin. Kaikille kuitenkin löytyivät perustelut.



Kuva 9. Valitut tunnekortit koiran ollessa samaan aikaan paikalla (Kuvat: Suomen Hoivakoira T:mi)

Kahden koiran kuva nostettiin esille Hupin ollessa paikalla. Kortista heräsi ajatuksia tasavertaisesta toiminnasta ja työtehtävien jaosta. Tulkinta oli erilainen aiempiin tuloksiin verrattuna. Kuvasta löytyi myös kaverillisuutta Hupia kohtaan:

”Hupi aina piristää päivää. Tietää, että saa teistä juttukaverin.”

”Hupi on reilu tyttö. Vielä kun uskaltaisit pitää sitä enemmän irti. Paitsi sitten se pelkäisi tietysti tätä liukasta lattiaa.”

Niinkään juttuseurasta ei työajalla ollut puutetta, vaan jutun aiheista. Koira pelkällä olemuksellaan kehitti keskustelua. Hupia tykättiin seurata. Hieman yllätyksellisesti viimeiset kuvakortit ilmensivät monille kortin valinneille enemmän iloisuutta, huumoria ja leikkimielisyyttä kuin ärsyyntyneisyyttä. Koiran kerrottiin piristävän päivää ja sitä leikitettiin eri tavoin. Hupia saatettiin lähettää työntekijältä toiselle, mikä vahvisti heidän keskinäisiä kaveruussuhteita. Koiralle tehdyt yhteiset leikkimieliset tehtävät piristivät ilmapiiriä ja sen kutsuttiin olevan ”hyvän mielen lähettiläs”.

Kortit nostivat esiin myös negatiivisia tunteita omaan riittämättömyyteen tai asioiden vaikuttamiseen työpaikalla. Vaikka omien mielipiteiden esiintuomiseen olisi kannustettu, siihen suhtauduttiin hieman kyynisesti. Vapautuneempi ilmapiiri herätti erilaisia

keskustelunavauksia. Esimerkiksi keskustelu koira-avusteisesta toiminnasta oli toistuvaa. Useat tahtoivat saada lisätietoja eläinavusteisen toiminnan lähtökohdista. Mielenkiintoa herätti myös vapaaehtoistyö koiraa apuna käyttämällä.

Avointen yksilöhaastattelujen- ja keskustelujen aikana huolehdin vastapuolen saavan puhuessaan ymmärrystä koira-avusteisesta menetelmästä ja tutkimustyön syystä. Keskustelua syntyi myös omista lemmikeistä, niistä edesmenneistäkin, joita muisteltiin lämmöllä. Lemmikeistä puhuminen ja niiden hoidosta oli yleistä. Lisääntyneet juttutuokiot kehittivät keskinäistä luottamuksellisuuden ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Koira olemuksellaan toi mukanaan luottamusta ja välittömyyttä. Siten vaikeistakin asioista puhuminen oli helpompaa.

Koira toi työyhteisön työarkeen hyvinvointia. Työtehtävien suorittamisista saadut palautteet tuntuivat merkityksellisemmiltä, vaikei koira itsessään siihen vaikuttanut. Myös jaksaminen työajan ulkopuolella koettiin lisääntyvän. Tämä näkyi keskinäisissä keskusteluissa, jotka käsittivät liikunnallisten harrastusmahdollisuuksien lisäämisestä päivärytmiin.

9 TUTKIMUSTULOSTEN YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET

9.1 Saatujen tulosten teoreettisen viitekehyksen arviointia menetelmineen

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli selvittää koira-avusteista menetelmää hyödyntämällä tutkimuksen kohteena olevan työyhteisön näkemystä työn viihtyisyydestä ja siten verrata saatuja tuloksia koirattomien ja koirallisten päivien kesken. Tutkimukseen poimittu teoriasidonnainen viitekehys lisäsi erilaisia näkökulmia tulosten tarkasteluun. Johtopäätöksenä voidaan todeta, että tutkimuksen teoreettinen viitekehys tuki saatuja tuloksia. Teoreettisen osion yhteenvedon kokosin eri alaotsakkeiden alle yhdessä tutkimuksesta saatujen tulosten kanssa. Tuloksista ilmeni, että eri teorioilla voi olla samankaltaisia vaikutuksia, eri katsontakannasta huolimatta.

Tutkimustuloksista ilmeni koirallisten päivien tuomat merkittävät muutokset *työyhteisön vuorovaikutukseen, työtehtävien merkityksellisyyteen ja siten hyvinvoinnin lisääntymiseen*. Koira toi *positiivisia vaikutuksia työyhteisön toimintakulttuuriin ja yleiseen ilmapiiriin*. Myönteinen ilmapiiri, sosiaalinen tuki ja arvostus omaa työtä kohtaan tukivat kunkin työntekijän jaksamista. Saaduista tuloksista voidaan päätellä myös työn mielekkyyden sitoutuvan yksilön omiin elämänarvoihin ja elämäntilanteeseen. Koiran

mukanaolo *tuki työyhteisön keskinäistä symmetriaa toimia*, mikä vaikutti työkuultuuriin siten, etteivät työtehtävät tuntuneet liian raskailta tai turhauttavilta.

Koiran avulla työn ja työilmapiirin kehittäminen *muokkasivat yksilöä toimimaan toisin* työyhteisössä. Esimerkiksi koiran vastavuoroisuuden avulla, työntekijöiden *itseluottamus kasvoi* ja se *lisäsi työhön omistautumista*. Työhön omistautuminen vaikutti *työntekijöiden käsitykseen olla saavutetuista työtehtävien tuloksista ylpeitä*. Sen sijaan itse työtehtävien kehittämisen kannalta, päivien vertailulla ei ollut merkitystä.

9.1.1 Ekososiaalinen lähestymistapa

Ensimmäinen tutkimuskysymys oli: ”Miten työyhteisö kokee työpäivän kulun työtehtävineen?” Tähän hain vastausta ensimmäiseksi ei-osallistuvan havainnoinnin ja hymiöiden avulla, jotta voisin verrata koirattomien että koirallisten päivien tuloksia.

Luontoelementin pois jättäminen ihmisen hyvinvointia tukevana toimintana muodosti puitteet alun tehtävälle koirattomien päivien havainnoinnille. Tutkimuksen edetessä lisäsin tunnekortit ja siihen liittyvän keskustelun mukaan.

Ei-osallistuvan havainnoinnin pohjana käytin ekososiaalista lähestymistapaa. Ekososiaalisessa lähestymistavassa keskeisin näkökulma on ihmisen ja luonnon välisen hyvinvointisuhteen ja tasavertaisen vastavuoroisuuden tarkasteleminen. Kyseisessä lähestymistavassa ihminen on sosiaalityön mukaisesti keskiössä häntä ympäröivän luonnon elementtien kanssa (Lehto 2012, 44). Sosiaalityön ekososiaalinen suuntaus näkyi tutkimuksessa siinä, että koira-avusteista menetelmää käyttämällä oli tarkoituksena *tukea yksilön elämää* hänen toimiessa omassa elinympäristössään, eli tässä tapauksessa työyhteisössään. Koirattomien päivien saaduista tuloksista keskeisiksi nousivat tunteet *osattomuuden kokemuksista*.

Koirallisina päivinä ekososiaalisen lähestymistavan teorian liitin ihmisen ja eläimen tasavertaiseen vastavuoroiseen näkemykseen. Tulokset tukivat koiran läsnäolon vaikuttavan lisäävästi työntekijöiden *yhteisöllistä osallisuutta*. Yhteisöllisyyden kokemus muiden työyhteisössä toimijoita kohtaan ilmeni *luottamuksellisuutena*. *Oman arvostuksen tunteeseen* liittyi kokemuksellisuus yhteisöllisyydestä. Tällöin myönteinen mielikuva sosiaalisesta minuudesta tarkentui. *Työhyvinvoinnin koheneminen* auttoi jaksamaan käsitellä myös työajan ulkopuolelta tulevaa ylimääräistä psyykkistä kuormitusta. Johtopäätöksenä käytännön toteutus Armi Lehdon kuvaamaan ekososiaaliseen lähes-

tymistapaan sekä Green Care -ideologian yhdistämiseen, on tämän tutkimuksen tulosten perusteella havaittavissa.

9.1.2 Green Care ja ekopsykologinen näkökulma

Seuraavat tutkimuskysymykset käsitelivät koiran mukanaoloa työyhteisössä: Mitä työyhteisössä tapahtuvia toiminnallisia muutoksia oli havaittavissa? Lisääntyikö vastavuoroisuus? Miten työntekijät kokivat työtehtävät koirallisina päivinä? Teoriasidonnaisesti tarkastelin Green Caren eri kehityssuuntien käsitteitä lähinnä sosiaalityön näkökulmasta. Vihreän hoivan -käsitettä käytettäessä toiminnan tulisi olla kuntouttavaa ja ammatillisesti jäseneltyä (ks. kuva 2). Tutkimuksen tulosten arvioinnissa, minulle haasteena olivat näiden toiminnallisten termien oikeellinen tulkinta. Vihreän hoivan sekä vihreän voiman toiminnallisuus ovat yhtäältä samanlaisia, mutta toisaalta poikkeavat toisistaan toiminta-alueittain. Toiminnan tavoittellessa vihreän hoivan tunnusmerkkejä, siinä tulisi täyttyä tietyt sosiaalihuollon lainsäädännön palveluiden kriteerit. Koska käsitteiden rajapinnat ovat epätarkat, toteutettu toiminta pohjautui kokonaisvaltaisesti Green Care -ideologian arvoperustaan.

Siten tässä työssä saavutettiin nimikkeen käyttöön olevat oikeelliset perusteet, sillä toiminta tapahtui ammatillisuutta, vastuullisuutta sekä tietynlaista tavoitteellisuutta noudattaen. Koska tavoitteellisuudella tarkoitetaan pitkäjänteistä toimintaa ja asiakkaan kuntoutumissuunnitelman laatimista, en katsonut tätä tapahtuvaksi tässä viitekehyksessä. Siten tavoitteellisuus tässä tutkimuksessa on lähempänä ammatillista AAA-alakäsitettä. Prepulan sekä Yli-Viikarin mukaan (2013a; 2009, 21) tutkimuksia ei ole tarkennettuun termistöön tehty. Kuitenkin miellän toiminnan muiden määriteltyjen kriteerien kannalta onnistuneeksi. Toiminnassa toteutui luonnon elementin hyödynnettävyys eli koiran läsnäolo. Lisäksi tulokset täydensivät *ideologian tavoitteita*, kuten *yhteisöllisyyden, kokemuksellisuuden ja vuorovaikutuksellisuuden lisääntymistä*. Laatuun kuvaa yhdistykselle suunniteltu laatukäsikirja sekä toiminnallinen tavoitteellisuus ja sen kehittäminen.

Totean myös tarpeelliseksi selventää muiden teorioiden perusteita ja eroja tutkimuksen tuloksia käsiteltäessä. Green Caren yhteydessä ekopsykologista lähestymistapaa kuvaillaan useissa eri tutkimuksissa ja opinnäytetöissä. Heikentyneen luontosuhteen vaikutus yksilön vireystilaan oli tulosten mukaan havaittavissa ja siten todennettavissa. Tällä viitataan saatuja tuloksia alun koirattomien päivien tunnelmista verrattuna koirallisiin päiviin.

Koirallisina päivinä *aktiivisuus* työtehtäviä kohtaan lisääntyi ja *työn mielekkyys* koettiin positiivisempana. Näin suoraa tuloksista saatua päätelmää kuitenkin hieman kriittisin siitä syystä, että tuloksiin voivat vaikuttaa myös yksilön omat voimavarat annettuja työtehtäviä kohtaan. Teoria kuitenkin saattaa raottaa yhteneväisyyksiä tuloksiin: yksilön yhteensopivuudellinen kokemus yhden luontoelementin kanssa vapautti hänen kykyä kommunikoida avoimemmin sosiaalisessa ympäristössä, eli tässä tapauksessa työyhteisössä.

9.1.3 Ihmisen ja eläimen välinen vastavuoroisuus

Ies-sosiologista näkökulmaa tuloksissa puolsi se, miten eläintä kohdeltiin tutkimuksen aikana eettisesti ja kuinka sitä arvostettiin. Koirakielteisyyttä ei tässä työyhteisössä ollut havaittavissa. Kuitenkin koiraa *saatettiin hieman pelätä* sen kokonsa vuoksi, joka näkyi kulttuurillisista taustoituksista. Joillekin *koiran läsnäolo oli alussa täysin merkityksetöntä*, mutta tutkimuksen edetessä *käytös muuttui* heidän huomaamattaan suvaitsevammaksi. Tämä näkyi siinä, että välinpitämättömästi koiraan suhtautuneet tahtoivat ottaa aina yhä enemmän katsekontaktia koiraan ja silittää sitä. Tulos kuitenkin perustuu lähinnä osallistuvan havainnoinnin perusteella saatuihin tuloksiin, sillä koiraihteisten tunnekorttien käyttö sekä osallistuminen työyhteisössä tapahtuneisiin muihinkin kehittämistyökokeiluihin, oli heidän mielestään merkityksetöntä. Asianosaisten kanssa en käynyt keskustelua koiran tuomista hyvinvointivaikutuksista, joten se ei vaikuta havainnoinneista saatuihin päätelmiin.

Tähän yhteyteen voisi lisänä liittää sosiaalisen minän teoreettisen viitekehyksen seuraavalla tavalla: he, joille eläin oli merkityksettömämpi, kokivat keskusteluissa saadun tulosten perusteella *olevansa myös ulkopuolisempia työyhteisössä* muihin työntekijöihin verrattuina. Asetelma kuitenkin aina hieman muuttui koirallisina päivinä. *Koira ikään kuin yhdisti kaikki samanarvoisiksi toimijoiksi*. Koiran tuoma välitön vastavuoroisuus vahvisti sosiaalisen minän asetelmaa. Aidon keskinäisen vuorovaikutuksen kokeminen loi luottamuksellisuutta myös toisia kohtaan.

Koira-avusteisuudella on koettu saavutettavan läheisyyden tuntemuksia koiran toimissa vastavuoroisesti. Opinnäytetyön tuloksista ilmentyi koiralta saadun välittömän toiminnallisen palautteen *lisäävän henkistä hyvinvointia*. Eläimen läsnäolo koettiin miellyttävänä, ja sitä silittäessä *hetkeen rauhoituttiin*. Koiran vastavuoroisuus *kohensi itsetuntoa* näkyvästi erityisesti heillä, joita työtehtävät kuormittivat henkisesti enemmän ja kokivat negatiivista mielikuvaa sosiaalisesta minuudesta.

Koirasta tahdottiin pitää huolta, mikä puolsi toiminnallista jaksamista. Positiivisempi näkemys työstä koirallisina päivinä, lisäsi koko työyhteisön myönteistä ilmapiiriä, ja työpäivät koettiin sujuvan nopeammin.

9.2 Tutkimuksen pätevyys ja luotettavuus

Vilkan (2009, 30) mukaisesti hyvällä tieteellisellä käytännöllä tarkoitetaan eettisesti toteutettuja tiedonhankinta- ja tutkimusmenetelmiä. Tällä tarkoitetaan tutkittavan aiheen ympäriltä tapahtuvaa teoreettisen aineiston keräämistä, oikeellisesti tehtyjä lähdemerkintöjä sekä käsiteltävän aineistoon liittyvää analyttistä rehellisyyttä. Tässä opinnäytetyössä on noudatettu hyvän tutkimuskäytännön mukaista eettistä toimintatapaa. Tutkittavat ovat olleet tietoisia opinnäytetyön toteutuksesta ja sen tarkoituksesta, lähdeviitteet ovat asianmukaisesti merkittyinä sekä lähdekritiikkiä on noudatettu tarvittavan tutkimustehtävän mukaista teoriaa etsiessä.

Teoriaosuuteen käytetystä julkaisemattomasta materiaalista, olen pyytänyt aiheeseen asianosaisilta tutkijoilta julkaisuluvan. Tutkittavassa työyksikössä olevat eivät halutessaan osallistuneet tutkimuksessa käytettyihin menetelmiin. Havainnoinnin avulla tekemästä toteutuksesta ei kieltäydytty edes siinä vaiheessa, kun se muuttui osallistuvaksi havainnoinniksi. Olen pohtinut tarkoin eettisiä näkökulmia ja todennut tutkimuksen edellisten esitettyjen rajausten mukaisesti olevan eettisesti toteutettu. Esitellyt tulokset on kirjoitettu avoimesti toimeksiantajan suostumuksella. Tekstissä että toteutuksessa olen tarkastellut omaa asemaani toimia eettisesti ja siten noudattanut ammatillista työtettä tutkittavassa ympäristössä sekä kirjoittamisprosessissa.

Laadullisessa tutkimuksessa on tyypillistä, että tuloksia käsitellään tutkijan tutkimusasetelmien tai menetelmien keinoin. Tutkimuksen pätevyydellä eli validiteetilla tarkoitetaan tutkimusmenetelmien oikeellisuutta mitata tutkittavaa asiaa. Tällöin tarkastellaan tulosten todellisuutta, niistä tehtyjä päätelmiä sekä tutkijan käsityksestä tehdä oikeanlaisia kysymyksiä. (Vilka 2009, 158–161.) Aineistojen hankinnassa olen käyttänyt triangulaatiota voidakseni parantaa tutkimuksen validiutta. Tämän tutkimuksen validiteetti todennetaan muun muassa eri menetelmien-, teoreettisten- ja aineistotriangulaation keinoin (ks. Vilka 2009, 183; Hirsijärvi, Remes & Sajavaara 2007, 227–228).

Eskola ja Suoranta (1998, 212) kuuluttavat tutkijan vastuuta esittää tutkimuskysymykset kohderyhmälle siten, mitä hän itse niillä tavoittaa kysyväksi. Tutkimusta tehdessä-

ni, kiinnitin huomiota omaan esitystapaani. Esimerkiksi avoimen haastattelun avulla tutkittavien oli myös mahdollista esittää minulle tarkentavia lisäkysymyksiä. Teoreettista näkökulmaa tukivat tutkimusongelmaan laaditut kysymykset. Olen pyrkinyt tarkkaan kuvaukseen tutkimuksen kulun etenemisestä sekä perustellut eri menetelmien käytön lähtökohdat. Myöskään oman koiran käyttäminen tutkimuksessa ei vaikuta tulosten pätevyyteen. Enemmän havainnoin tutkimusympäristöä tarkkaavaisemmin ja pyyteettömämmin. Toivon, että tutkimuksen tulkittavuutta lisäävät teoriaosuudessa sekä tulososuudessa olevat taulukko ja kuvat.

Luotettavuus eli reliabiliteetti kertoo tutkimuksen tulosten tarkkuudesta. Toisin sanoen toistuvasti mitattuina tulokset ovat samankaltaisia huolimatta tutkijan vaihtuessa tai niitä eri menetelmin mitattaessa. Tutkimuksen luotettavuutta lisäävät tekstissä kerrotut perustelut toiminnalle, saatujen tulosten oikeellinen tallentaminen sekä arvioiminen tutkimusympäristössä toimivan toisen henkilön kanssa ja havainnoinnin avulla kerätyt huomiot. (Vilka 2009, 161–162.)

Tämän tutkimuksen luotettavuus perustuu edellä mainittujen seikkojen lisäksi subjektiivisesti koettujen kohderyhmältä saatuihin vastauksiin esittäessä samankaltaisia kysymyksiä. Lisäksi vertailu koirattomien ja koirallisten päivien tulosten kesken eri menetelmien avulla, lisäävät tulosten tarkkuutta. Kysymykset koiran läsnäolon vaikuttavuudesta työyhteisön työssä viihtymiseen, olivat esitetty yleisellä tasolla, eikä niillä viitattu tiettyyn tutkimuksessa käytettävään koiraan. Tutkittavalle yksilölle painotin, ettei tutkimukseen osallistuminen vaikuta henkilön tulevaisuuteen, eikä siitä siten aiheudu hänelle haittaa tai hyötyä. Korostin hankkeen merkitystä tutkimuksen aiheeseen, jolloin asian huomioiminen lisäsi uskallusta vastata totuudenmukaisesti kysymyksiin.

10 POHDINTA

10.1 Menetelmät

Tutkimusaineiston keräämisen eri menetelmin koin hivenen haastavaksi. Mielestäni niitä kaikkia oli hankalaa sovittaa kontekstiin. Esimerkkinä työn mielekkyyden mittaamiseen vaikuttivat useat eri tekijät ja henkilökohtaiset mielipiteet. Useat eri menetelmät kuitenkin pienensivät tuloksellista virhearviointia. Havainnoimalla toteutettu työyhteisön tunnelmien mittaaminen ja siihen liittyvä avoin haastattelu oli kokemuksena ainutlaatuinen. Toteutin ei-osallistuvaa havainnointia alussa koirattomina

päivinä. Niissä eritoten tunnustelin työilmapiiriä ja yleisiä tunnelmia keskinäisestä kommunikoinnista.

Keskustelut itse koira-avusteisesta toiminnasta olivat uutta, ja ne herättivät mielenkiintoa. Oma osallistuminen keskusteluihin oli aktiivista. Pyrin kuitenkin käyttäytymään neutraalisti aihetta kohtaan, jottei se vaikuttaisi tutkittavien käyttäytymiseen ja siten vastausten luotettavuuteen. Suoran havainnoinnin etuutena pidin sitä, että tilanteet ja tunteet olivat aitoja. Tein havaintoja siitä, miten kukin toimi osana ryhmää ja kuinka yksilö vastasi esimerkiksi annettuihin työtehtäviin tai ennakoimattomiin tilanteisiin. Vaikka työyhteisö tiesi minun tekevän opinnäytetyötä, en kuitenkaan tuonut asiaa esille tutkimusta tehtäessä, ellei siitä erikseen kysyty. Pohdin menetelmän suorittamiseen liittyvää epäkohtaa ainoastaan siltä osin, että tutkimukseen käytetty aika olisi voinut olla pidempiaikaisena suotuisampi.

Lärvilootaksi kutsuttuun palautelaatikkoon saadut vastaukset tukivat muiden eri menetelmillä saatuja tuloksia. Tulokset ovat yleisiä viittauksia työpäivän kulun henkilökohtaisesti koettuihin mielipiteisiin. Tämän menetelmän etuutena oli kunkin vastaajan mahdollisuus tuoda mielipiteensä esille anonyymisti, jolloin vastauksia voidaan pitää luotettavina. Toivottavampaa olisi ollut aktiivisempi ote osallistua kyseiseen aineistonkeruuseen, sillä joskus oli päiviä, jolloin palautteita ei tullut lainkaan. Huomioitavaa tässä on se, että ne liittyivät koirattomien päivien tunnelmien kuvaamiseen.

Koira-aiheisten tunnekorttien käyttö ja siihen liitetty avoin haastattelu oli käytetyistä menetelmistä mielenkiintoisin ja tulostenkin puolesta antoisin toteuttaa. Sen lisäksi, että tunnekorttien käyttö oli työyhteisössä vierasta, se lisäsi itse koira-avusteiseen menetelmäänkin kohdistuvaa mielenkiintoa. Vastaajat kokivat menetelmän myönteisenä sekä oivallisena keinona vaikuttaa asioihin henkilökohtaisesti. Heille annoin tietoisesti aikaa omille pohdinnoilleen ja tein tietäväksi, että heidän mielipiteillään on tässä tutkimuksessa merkityksellisyyttä. Menetelmä sai kiitosta myös sen vuoksi, että se herätti uusia näkökulmia tuoda mielipiteet toisin esille kuin esimerkiksi haastattelulomakkeen muodossa tehtynä. Menetelmään osallistujien lailla, tunnekorteilla saadut vastaukset yllättivät minutkin monipuolisilla katsantokannoilla. Minulle menetelmän käyttäminen antoi erityisesti kokemusta tarttua uusiin esitettyihin näkökulmiin ja siten herättää jatkokysymyksiä tutkimustehtävään viitaten. Avoin keskustelu ja siihen liittyvä dialogisuuden toteuttaminen korttien avulla oli siten rakentavampaa ja antoisampaa.

10.2 Koira-avusteisen menetelmän mahdollistaminen työyhteisöön jatkossa

Kyseiseen toimintaympäristöön koira-avusteisen menetelmän käyttämistä esittelen jatkotoimenpiteeksi esimerkiksi seuraavien keinojen mukaisesti. Ensinnäkin tulisi selvittää, millä keinoin koirakon toimiminen toteutettaisiin konkreettisesti niin aikataullisesti kuin työtehtävien mukaan suoritettavaksi. Toimintapaikka oli minulle suotuisa, koska työskentelin ainoastaan koiran ehdoilla ja tietyssä roolissa. Turvallisuusnäkökulmasta ajateltuna koirakon olisi hyvä ollakin ulkopuolinen toimija. Siten koiraan voi keskittyä toisella tavalla työtehtäviä suorittaessa, kuten tutkimuksen tuloksissakin kävi ilmi. Ulkopuolisen koirakon käyttöön puoltaa myös se, että ympäristö on julkinen myymälätila. Siten asiakastyytyväisyys tulisi turvatuksi. Koirakielteisyys on tunnistettava tosiasia, joka pahimmillaan voi vaikuttaa koiran eettisesti hyväksyttävään kohteluun. Tutkimuksen aikana tällaista ei ollut havaittavissa, vaan sen sijaan asiakkaat pysähtyivät tervehtimään ja osallistuivat muun työyhteisön kanssa kommunikoimaan useammin. Hyväntuulisuus lisääntyi tältäkin kantilta. Koiran pitäminen myymälätiloissa vaatisi hieman myös toisenlaisia järjestelyjä. Lattian liukkautta voisi estää esimerkiksi käytävämatoilla, jolloin pienet muutokset toimintaympäristössä lisäisivät ennestään koiran toiminnallista hyvinvointia.

Koira-avusteinen työskentely sai myönteistä palautetta. Ammatillisuutta tarkasteltaessa koira-avusteinen työskentely lisäisi lukuisia tavoitteellisia asetelmia kehittää omaa oppimista sosiaalialalta. Kehittävän työotteen omaksuminen asettaa omalle ammatilliselle toiminnalle uutta nykyaikaista menetelmäosaamista. Se myös lisäisi työhyvinvointia ja siten jaksamista omassa työssä. Green Care -ideologia ja koira-avusteinen menetelmä saattaisivat tuottaa pitkällä aikavälillä merkittäviäkin muutoksia yksilön toimentuloon tai sosiaaliin vuorovaikutussuhteisiin. Koira lisää asiakkaan fyysistä ja psyykkistä hyvinvoinnin tilaa, joka puolestaan antaa asiakkaalle niitä rakentavia tekijöitä toimia omia päämääriään kohden.

Koira-avusteisuudella voisi saavuttaa enemmänkin keskustelua juuri niistä mieltä painavista asioista, joita ei muuten ääneen uskalleta sanoa. Tässä työyhteisössä koiran mukanaolo asiakaspalavereissa saattaisi antaa turvaa hiljaisempien saattaa ääntään kuuluville. Toimintaa voisi kehittää myös säännöllisillä koiralengeillä, kuten toisessa toimintapisteessä oli jo kokeiltu. Jatkumo voisi tuoda enemmän ulkopuolisia mukaan toimintaan, jolloin ystävyysuhteita olisi helpompi solmia. Koiralengkeihin liitetyt menetelmäkortit saattaisivat avata eri teemoittain käytettynä monia ratkaistavissa olevia mielen solmuja.

10.3 Lopuksi

Tutkimusta aloin suorittamaan avoimin mielin. Aihe, menetelmät, kohderyhmä sekä tutkittavasta aiheesta noussut teoriataustan tutkiminen lisäsi mielenkiintoa toteuttaa tämänkaltainen opinnäytetyö. Kokonaisvaltaisesti, tämän opinnäytetyön tekeminen oli suuri projekti, joka opetti minua toimimaan sellaisella tutkimuskentällä, jolla en aiemmin ole ollut.

Tahdoin pysyä aikataulussa ja siten suunnittelin aikataululliset tavoitteet. Opinnäytetyöprosessiin meni kokonaisuudessaan yli puoli vuotta. Lähdeaineistoa pidin erittäin mielenkiintoisena ja perehdyin siihen syvällisesti. Siten teoreettisen viitekehyksen valmiiksi saattaminen hioutui keväästä aina tutkimuksen loppuun asti. Tahdoin nostaa esille eri teorioita aiheen ympäriltä, jotta voisin hahmottaa, mitkä seikat vaikuttavat ihmisen ja eläimen vuorovaikutukseen. Mitä enemmän asiaan perehdyin, sitä moninaisemmaksi työn teoriaosuus laajeni. Lopulta rajasin tiettyjä kokonaisuuksia pois ja pidättäydyin kokonaisuudessaan koira-avusteisen menetelmän teoriassa. Valmiiksi tutkittua tietoa ei tältä asiakaskohderyhmältä ole, joten se asetti minulle alkuun haasteita löytää tarvittava teoriatausta ja näkökulma. Tämä puoltaa juuri sitä suurta tarvetta, mitä koira-avusteisella työotteella voidaan vielä saavuttaa työpajatoiminnassa.

Uudesta asiakaskohderyhmästä huolimatta muut tutkimukset ja niistä saadut tulokset olivat hyvin samankaltaisia. Taustoitus aiheen teoriaan muokkasi tutkimuksen tekemistä, kuten huomiot eläimen käyttäytymisestä toimia vastavuoroisesti ja sen vaikutavuudesta tutkittaviin. Kuitenkaan tietty asennoitumiseni tehtävään ei sisältänyt ennako-odotuksia tai valmiita vastauksia. Katsoisin vastanneeni tehtävänantoon rehellisesti. Pohdin kuitenkin sitä, olisivatko vastaukset osoittautuneet toisiksi, jos tutkimus olisi tehty kvantitatiivisesti, vai olisiko vastauksia saatu lainkaan alun tunnelmia muisteltaessa.

Toteutuksen tekeminen oli mielekästä. Välillä oli tarpeen muistuttaa itseäni siitä, etten olisi niin emotionaalisesti työssä mukana. Tutkimusympäristö oli osittain haastava toteutukselle, sillä myymälässä olevien asiakkaiden suhtautuminen koiraan oli aina yllätyksellistä. Tämä haastoi myös minua tulkitsemaan koiran eleitä tarkemmin. Haasteelliseksi koin myös niukan henkilöstömitoituksen. Joidenkin työntekijöiden sopimusjaksot päättyivät kesken tutkimuksen suorittamisen ja siten se ei tavoittanut kaikkia työyhteisössä toimivia. Uskoisin tunnekorteilla saatujen vastausten voineen olla tuolloin kattavampia.

Välityömarkkinoilla olevien henkilöiden psyykinen väsymys oli sen sijaan hieman yllättävää, sillä tukityöhön yleisesti suhtaudutaan myönteisenä ratkaisuna päästä takaisin työelämään. Toivoin pystyväni tämän ajallisesti lyhyen tutkimuksen aikana luomaan luottamuksellisuutta tutkittavien kanssa. Toiminnallani pyrin tuomaan esille, miten paljon kunnioitin heidän olemassa olevia voimavarojaan jaksaa haastavaksikin koettu elämäntilanne. Työyhteisö oli kuitenkin se puskuri, joka tuki parhaiten yksilön voimavaroja. Koira-avusteisella toiminnalla voidaan sen sijaan luoda psykososiaalista tasapainoa työkentällä ja nämä hetkittäiset positiiviset tunnetilat antavat kullekin voimia toimia arjessakin paremmin. Tämänkaltaiselle toiminnalle olisi silloin tilausta myös jatkossa.

Olen hyvin ylpeä siitä, että minulle mahdollistettiin tämänkaltaisen aihe tehtäväksi opinnäytetyöhön. Olisi hyvin toivottavaa, ettei tämänkaltaisen toteutus jäisi yhteen kertaan, sillä vaikutukset olivat yllättävän suuria näinkin lyhyen toteutusjakson aikana. Oli myös hyvin palkitsevaa seurata, miten koiraan otettiin kontaktia ja kuinka siitä tahdottiin pitää huolta. Koiralle oli aina aikaa.

Uskoisin tämän kaltaisen toiminnan toteuttamisen olevan myös yhteiskunnalle edullisempi tapa hoitaa työyhteisössä mahdollisesti olevia negatiivisia muutoksia ja siitä aiheutuvia sairauksia. Ilmapiirin ollessa myönteisempi kiirettä ja työpaineita kestäään paremmin. Koiran läsnäolon aikana käydyt keskustelut auttoivat useita hahmottamaan omia voimavarojaan uudelleen. Koiran merkitys siis kohentui työyhteisössä yllättävän monella tunteen saralla. Opinnäytetyössäni olen pyrkinyt kuvaamaan tunnelmia niin hyvin kuin mahdollista. Tahdon uskoa, että Hupi antoi silti paljon enemmän pyyteetöntä läsnäolollaan työyhteisölle, kuin itse olen tehtävässäni suoriutunut. Tulokset kertonevat, kuinka Hupi omassa tehtävässään onnistui.

LÄHTEET

Aaltola, E. 2004. Eläinten moraalinen arvo. Tampere: Vastapaino.

Avoterapiat. 2013. Kelan internetsivut. Päivitetty 10.4.2013. Saatavissa:

<http://www.kela.fi/> [viitattu 5.5.2013].

Eskola, J. & Suoranta, J. 1996. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Rovaniemi: Lapin yliopistopaino.

Green Care. Maaseutupolitiikan yhteistyöryhmän internetsivut. Saatavissa:

http://www.maaseutupolitiikka.fi/teemaryhmat/hyvinvointipalvelut/green_care [viitattu 24.5.2013].

Green Care Finland ry. Kehittäminen. Green Care Finland ry:n internetsivut.

Saatavissa: <http://www.gcf Finland.fi/hanke?parent=Kehittaminen> [viitattu 11.9.2013].

Green Care Finland ry. 2012. Green Care toiminnan eettiset ohjeet. Päivitetty

13.4.2012. Saatavissa:

<http://www.gcf Finland.fi/file/original/eettisetohjeet.pdf?fileId=18029> [viitattu 11.9.2013].

Hali-Bernit. Suomen Sveitsinpaimenkoirat - Finlands Sennenhundar ry:n internetsivut.

Saatavissa: <http://sennenkoirat.net/site/halibernit> [viitattu 5.5.2013].

Hallitusohjelma. 2011. Pääministeri Jyrki Kataisen hallituksen ohjelma. 22.6.2011.

Helsinki: Valtioneuvoston internetsivut. Saatavissa:

<http://valtioneuvosto.fi/hallitus/hallitusohjelma/pdf/fi.pdf> [viitattu 23.5.2013].

Heikkilä, J. & Heikkilä, K. 2007. Voimaantuminen työyhteisön haasteena. 2. painos.

Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Helne, T. & Silvasti, T. (toim.). 2012. Yhteyksien kirja. Etappeja ekososiaalisen hy-

vinvoinnin polulla. Helsinki: Kela.

Hirsijärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. 13. uudistettu painos.

Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Hoivakoira. Toiminta. Toiminimi Suomen Hoivakoiran internetsivut. Saatavissa: http://www.hoivakoira.fi/#/koira-avusteinen-toiminta/hoivakoira_toiminta [viitattu 3.5.2013].

Kihlström-Lehtonen, H. 2009. Minä ja koirani. Koiran vaikutus toiminnalliseen hyvinvointiin. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto.

Kihlström-Lehtonen, H. 2012. Kasvatus- ja kuntoutuskoirat työssä. City lemmikit -lehti 2/2012, s.15.

Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä. Kasvatus- ja kuntoutuskoirat ry:n internetsivut. Saatavissa: <http://www.kasvatus-kuntoutuskoirat.fi/> [viitattu 5.5.2013].

Kruger, K. & Serpell, J. 2006. Animal-Assisted Interventions in Mental Health. Definitions and Theoretical Foundations. Teoksessa Fine, A. (toim.) Handbook on Animal-Assisted Therapy Theoretical Foundations and Guidelines for Practice. Second edition. Saatavissa: http://www.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=2PruqyaDw6wC&oi=fnd&pg=PP2&dq=Fine+2010+Handbook+on+animal-assisted+therapy&ots=bTqzjH2Dbf&sig=1bMIG_ukY7CVQ_IU7L4S4zmP5WY&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false [viitattu 5.5.2013].

Kruger, K., Serpell, J. & Fine, A. (toim.) 2010. Assisted Therapy Theoretical Foundations and Guidelines for Practice. Third edition. Saatavissa: http://www.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=2PruqyaDw6wC&oi=fnd&pg=PP2&dq=Fine+2010+Handbook+on+animal-assisted+therapy&ots=bTqzjH2Dbf&sig=1bMIG_ukY7CVQ_IU7L4S4zmP5WY&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false [viitattu 5.5.2013].

Langinvainio, H. Voitko paremmin koirasi ansiosta? Koiramme-lehti 7–8/2013, s. 8.

Lehto, A. 2012. Green Care osaksi sosiaalityötä? Luontoon tukeutuvat työmenetelmät ja paikallinen erityisyys. Pro gradu -tutkielma. Lapin yliopisto.

Mitä on Green Care? Green Care Finland ry:n internetsivut. Saatavissa: <http://www.gcf Finland.fi/MitaOnGreenCarePaavalikko;jsessionid=0354400261B7CE4>

7E6A99CD5A2AB0828?name=toimialat&parentName=MitaOnGreenCarePaavalikko
&parentSubName=MitaOnGreenCarePaavalikko [viitattu 16.4.2013].

Mitä on Green Care? Toimialat. Kuva 1. Green Care Finland ry:n internetsivut. Saatavissa:

<http://www.gcfinland.fi/MitaOnGreenCarePaavalikko;jsessionid=65BFEA0C5A64FF1339C044FC61EBEB78?name=toimialat&parentName=MitaOnGreenCarePaavalikko&parentSubName=MitaOnGreenCarePaavalikko> [viitattu 22.4.2013].

Mitä on Green Care? Kuva 2. Green care Finland ry:n internetsivut. Saatavissa:

<http://www.gcfinland.fi/MitaOnGreenCarePaavalikko;jsessionid=1EF333D6F8B07DBA819B5BAFE53F4EE7> [viitattu 16.4.2013].

Mitä on Green Care? Kuva 3. Green Care Finland ry:n internetsivut. Saatavissa:

<http://www.gcfinland.fi/MitaOnGreenCare?parent=MitaOnGreenCarePaavalikko> [viitattu 16.4.2013].

Mitä on Green Care? Menetelmät. Kuva 4. Green Care Finland ry:n internetsivut. Saatavissa:

<http://www.gcfinland.fi/MitaOnGreenCarePaavalikko;jsessionid=65BFEA0C5A64FF1339C044FC61EBEB78?name=Menetelmät&parentName=MitaOnGreenCarePaavalikko&parentSubName=MitaOnGreenCarePaavalikko> [viitattu 22.4.2013].

Mitä on kaverikoiratoiminta? Suomen Kennelliitto - Finska Kennelklubben ry:n internetsivut. Saatavissa: <http://www.kennelliitto.fi/FI/koira/kaverikoira/etusivu.htm> [viitattu 5.5.2013].

Mäki-Ketelä, J. 2012. Kiskot vievät elämään - ammatillisessa ja koulutuksellisessa marginaalissa elävien nuorten erilaisia elämänraiteita. Väitöskirja. Itä-Suomen yliopisto. Saatavissa: http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-93-1388-4/urn_isbn_978-952-93-1388-4.pdf [viitattu 5.5.2013].

Möttönen, S. & Niemelä, J. 2005. Kunta ja kolmas sektori. Yhteistyön uudet muodot. Jyväskylä: PS-kustannus.

Närhi, K. & Kokkonen, T. 2013. Osallisuuden esteet ja mahdollisuudet palvelujärjestelmässä. Jyväskylän yliopisto. PowerPoint-esitys. Saatavissa:

<http://www.slideshare.net/THLfi/osallisuuden-esteit-ja-mahdollisuuksia-palvelujrjestelmss> [viitattu 24.6.2013].

Ojanen, E. 2013. Koiran filosofia. 2. painos. Helsinki: Kirjapaja.

Prepula, H. Hankepäällikkö. Puhelinhaastattelu 3.5.2013. Lohja: Lohjan seudun mielenterveysseura.

Prepula, H. Hankepäällikkö. Sähköpostitiedoksianto 7.5.2013. Lohja: Lohjan seudun mielenterveysseura.

Puusa, A. & Juuti, P. (toim.). 2011. Menetelmäviidakon raivaajat. Perusteita laadullisen tutkimuslähestymistavan valintaan. Helsinki: JTO.

Raivio, H. 2013. Kansainvälisiä kokemuksia vaikeassa työmarkkina-asemassa olevien työelämäosallisuuden lisäämisestä. Kohti uudenlaista työelämää -seminaari. 30.5.2013. Kuusankoski: Kuusankoski-talo.

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto -internetsivut. Saatavissa: http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L2_3_2_3.html [viitattu 15.8.2013].

Salonen, A. 2012. Sosiaalinen saneeraus–tie ekososiaaliseen sivistykseen. Teoksessa Helne, T. & Silvasti, T. (toim.). Yhteyksien kirja. Etappeja ekososiaalisen hyvinvoinnin polulla. Helsinki: Kela.

Salonen, K. 2005. Mieli ja maisemat. Eko- ja ympäristöpsykologian näkökulma. Helsinki: Edita.

Salonen, K. 2006. Ihminen on luontoa. Teoksessa Heiskanen, I. & Kailo, K. (toim.) Ekopsykologia ja perinnetieto. Polkuja eheyteen. Helsinki: Green Spot. s. 49–50, 60.

Salonen, K. 2010. Mielen luonto. Eko- ja ympäristöpsykologian näkökulma. Helsinki: Green Spot.

Salovuori, T. 2010. Green Care. Vihreä hoiva valtaa alaa. Sosiaalitieto-lehti 6–7/10, s. 27.

Sempik, J. 2008. Green Care: A Natural Resource for Therapeutic Communities? Therapeutic Communities. *International journal of therapeutic communities* -lehti. 29, pp. 223.

Sempik, J., Hine, R. & Wilcox, D.(toim.). 2010. Green Care: A Conceptual Framework. A Report of the Working Group on the Health Benefits of Green Care. Cost Action 866. Green Care in Agriculture. Raportti. Loughborough University. Saatavissa: http://www.friskinaturen.org/media/green_care-a_conceptual_framework.pdf [viitattu 15.4.2013].

Soini, K., Ilmarinen, K., Yli-Viikari, A. & Kirveennummi, A. 2011. Green Care sosiaalisena innovaationa Suomalaisessa palvelujärjestelmässä. *Yhteiskuntapolitiikka-YP 76* (2011):3 -julkaisu. Terveiden ja hyvinvointilaitoksen (THL) internetsivut. Saatavissa: <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/102903/soini.pdf?sequence=1> [viitattu 15.4.2013].

Sosiaalipedagoginen Hevostoimintayhdistys ry. 2011. Sosiaalipedagoginen Hevostoimintayhdistys ry:n internetsivut. Saatavissa: <http://www.hevostoiminta.net/11> [viitattu 3.5.2013].

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2007. Hyvinvointi 2015-ohjelma. Sosiaalialan pitkän aikavälin tavoitteita. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2007:3. Saatavissa: http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-3640.pdf&title=Hyvinvointi_2015__ohjelma__Sosiaalialan_pitkan_aikavalin_tavoitteita_fi.pdf [viitattu 11.9.2013].

Suomen Hoivakoira T:mi. Tunnekortit. Saatavissa: <http://www.hoivakoira.fi/tunnekortit/> [viitattu 20.9.2013].

Suopanki, A. 2011. Green Care sosiaalityön mahdollisuutena. Kandidaatin tutkielma. Lapin yliopisto.

Tervetuloa yhteisöön! Green Care Finland ry:n internetsivut. Saatavissa: <http://www.gcfinaland.fi/home.seam;jsessionid=0354400261B7CE47E6A99CD5A2AB0828?homelink=true> [viitattu 16.4.2013].

Tukikoirahanke. 2009. Lohjan seudun mielenterveysseura ry:n internetsivut. Saatavissa: <http://www.lsmts.fi/tukikoirahanke.html> [viitattu 5.5.2013].

Tuomivaara, S. 2003. Eläimet muuttuvassa yhteiskunnassa—johdatus ihmisten ja eläinten välisten suhteiden sosiologiaan. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopisto. Saatavissa: <http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu00266.pdf> [viitattu 23.5.2013].

Työpajatieto. 2013. Valtakunnallinen Työpajayhdistyksen internetsivut. Saatavissa: http://www.tyopajatieto.fi/tyopajatieto/mika_on_tyopaja/ [viitattu 1.7.2013].

Viinamäki, H. 2005. Lemmikkieläinten merkitys autistisesti käyttäytyville lapsille. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopisto. Saatavissa: <http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu00832.pdf> [viitattu 25.5.2013].

Vilén, M., Leppämäki, P. & Ekström, L. 2008. Vuorovaikutuksellinen tukeminen. 3. uudistettu painos. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

Välimaa, A. (toim.). 2006. Työ- ja yksilövalmennuspalvelujen tuotteistaminen. 2. painos. Helsinki: Edita Prima Oy.

Winberg, V. 2013. Ihmisistä on tullut sietämättömiä. Päivitetty 15.8.2013. Yle Uutiset Kotimaa. Saatavissa: http://yle.fi/uutiset/ihmisista_on_tullut_sietamattomia/6778250 [viitattu 1.9.2013].

Yli-Viikari, A., Lilja, T., Heikkilä, K., Kirveenummi, A., Kivinen, T., Partanen, U., Rantamäki-Lahtinen, L. & Soini, K. 2009. Green Care - terveyttä ja hyvinvointia maatilalta. Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus (MTT). Verkkojulkaisu. Saatavissa: <http://www.mtt.fi/met/pdf/met141.pdf> [viitattu 5.5.2013].

Yli-Viikari, A. 2011. Luonnon vaikutukset hyvinvointiin. Raportti 29.3.2011. MTT:n Careva-hanke. Saatavissa: https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/mtt/hankkeet/greencare/vaikuttavuus/sitra3_0.pdf [viitattu 5.5.2013].

Yli-Viikari, A. 2013. Vanhempi tutkija. MTT. Sähköpostitiedoksianto. 10.5.2013. Jokioinen: Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus.

Yli-Viikari, A., Lilja, T. & Miettinen, M.-L. 2013. MTT:n Careva-hanke. Julkaisematon raportti.



Työpäivän kulun tunnelmista kuvaavat hymiöt



Tutkimuksen toteutuksessa mukana ollut Hupi