

TARTU ÜLIKOOL  
Pärnu kolledž  
Sotsiaaltöö korralduse osakond

Ingrid Õispuu

**KOERTE KASUTAMINE INIMESTE  
ABISTAMISEL REHABILITATSIOONI  
VALDKONNAS JA SOTSIAALTÖÖS**

Lõputöö

Juhendaja: Dagmar Narusson

Pärnu 2014

## SISUKORD

Sissejuhatus .....	3
1. Ülevaade koerte kasutusala Eestis ja välismaal .....	5
1.1. Sotsiaaltöö ja rehabilitatsiooni eesmärgid ja selle seotus koerte kaasamisega .....	5
1.2. Koerte kaasamise ajalugu .....	9
1.3. Loomateraapia, teraapiakoerad .....	11
1.4. Õppimisprotsessi kaasatavad loomad - õppimiskoerad .....	17
1.5. Loomaga koos tehtavad tegevused - tegevuskoerad .....	19
1.6. Abivajaja igapäevane partner – juhtkoer ja abikoer .....	21
2. Uurimus koerte kasutamise võimalustest ja mõjust sotsiaaltöö ja rehabilitatsiooni valdkonnas .....	26
2.1. Uurimuse eesmärk ja uurimisküsimused, andmekogumismeetod, valim, läbiviimine .....	26
2.2. Uurimisandmete analüüs ja uurimistulemused .....	28
2.2.1. Sihtgrupp ja tegevused .....	28
2.2.2. Koerte mõju ja eripära .....	32
2.2.3. Koerte kaasamise korraldus .....	37
2.2.4. Koerte kasutamise edendamine ja tulevik .....	41
2.4. Arutelu, järeldused ja ettepanekud .....	44
Kokkuvõte .....	48
Viidatud allikad .....	50
Lisad .....	54
Lisa 1. Intervjuu küsimused .....	54
Summary .....	57

## SISSEJUHATUS

Eestis on puuetega inimeste arv iga aastaga suurenenud ning selle tõttu on abivajajate arv kasvanud, kes kõik on väärt kvaliteetset elu ja osalemist ühiskonnas. Viimastel aastatel on hakatud Eestis üha rohkem kaasama koeri nii erivajadustega inimeste kui ka teiste abivajajate elukvaliteedi parandamiseks. Koerte interventsioon jaguneb kolmeks ning kaasatavateks koerteks on teraapiakoerad, kelle tase on kõige kõrgem, teisel kohal on õppimiskoerad ja kolmandal tegevuskoerad. Lisaks on olulised ka juht- ja abikoerad, kelle olemasolu on paljudele inimestele väga tähtis.

Koerad on loomad, kelle positiivset mõju saab edasi anda kõikidele sotsiaaltöoga seotud sihtgruppidele. Koerte kaasamine saab olla väga mitmekülgne ning selle tõttu on koerte abil võimalik parandada inimeste füüsilist tervist, emotsionaalset seisundit, kognitiivseid ja sotsiaalseid oskusi. Samuti saavad koerad pakkuda nii üksinduse leevendamist kui ka meelelahutust. Seetõttu on koerad oluliseks ressursiks sotsiaaltöös ning vajalikuks partneriks sotsiaaltöötajale, pakkudes positiivset lisaväärtust abivajajate elukvaliteedi ja tegevus- ja osalusvõime parandamiseks. Antud teema on Eestis uudne ning seda ei ole autorile teadaolevalt Eestis varem uuritud.

Lõputöö eesmärgiks on välja selgitada, kuidas ja millist abi saavad koerad abivajajate jaoks pakkuda, milline on nende mõju inimestele ning kuidas on hetkeolukord Eestis.

Uurimisülesanded on järgmised:

- selgitada välja, millisele sihtgrupile on koera kaasamine mõeldud;
- uurida, kuidas mõjutab koerte kaasamine inimeste füüsilist tervist ja emotsionaalset seisundit;
- kirjeldada erinevaid koerte kaasamise võimalusi;
- tutvustada koerte kaasamist Eestis.

Uurimisülesannete lahendamiseks tutvuti teooriaga, mis sisaldas teiste maailma riikide erinevate uuringutega ning samuti ka mitmete spetsialistide seisukohtadega, kes on kaasanud koeri oma töösse. Samuti koostati nimetatud uurimisülesannete põhjal intervjuu kava ja viidi läbi intervjuud erinevate Eestis tegutsevate spetsialistide ja isikutega, kes kaasavad koeri tegevustesse, mille laiem eesmärk on parandada teiste inimeste elukvaliteeti. Intervjuude tulemusi analüüsitati ning nende põhjal koostati arutelu ja järeldused. Uurimuse tegemiseks kasutati kvalitatiivset uurimismeetodit. Uurimuses ei ole kaasatud juht- ja abikoortega seotud inimesi, sest nende kasutamist on varasemalt uuritud, kuid töö autor pidas oluliseks tuua välja juht- ja abikoorte kasutamisega seonduvad teemad teooria osas, sest nemad kuuluvad koerte sekka, keda kasutatakse sotsiaaltöös.

Töö koostamisel kasutati erinevaid materjale, mille seas on teadusartiklid, raamatud, erialased ajakirjad ning Internetiallikad. Töö koosneb kahest osast, millest esimeses osas antakse teoreetiline ülevaade sotsiaalhoolekandest ja selle võimalustest ning olukorrast Eestis, rehabilitatsioonist ja selle eesmärkidest, koerte kaasamise arenguloost, teraapia-, õppimis-, tegevus-, juht- ja abikoortest ning nende poolt pakutavatest tegevustest ja võimalustest. Töö teine osa keskendub läbiviidud uurimusele ja selle tulemuste selgitamisele, milles analüüsitakse intervjuudest saadud tulemusi.

# **1. ÜLEVAADE KOERTE KASUTUSALADEST EESTIS JA VÄLISRIIKIDES**

## **1.1. Sotsiaaltöö ja rehabilitatsiooni eesmärgid ja selle seotus koerte kaasamisega**

Järgnev peatükk keskendub sotsiaalhoolekande ja rehabilitatsiooni teenuste eesmärkide ja inimese erivajaduse olemuse selgitamisele. Välja on toodud puuetega inimeste olukord Eestis, nende elus esinevad barjäärid ning tagajärjed, mida inimesed nende tõttu kogevad. Veel tuuakse välja põhjused, miks võiks loomi sotsiaaltöös kasutada ning kuidas on see seotud sotsiaaltöö ülima eesmärgiga.

Sotsiaalhoolekanne on mitmete toimingute süsteem, mis soodustab inimese toimetulekut. Toiminguteks võivad olla nii sotsiaaltoetused kui ka sotsiaalteenused, mida osutatakse kas riigi või kohaliku omavalitsuse poolt. Sotsiaalhoolekande subjektiks on üksikisik või perekond, kes vajab abi. Hoolekande ülesandeks on isikule või perekonnale toimetulekuraskuste ennetamiseks, kõrvaldamiseks või kergendamiseks abi osutamine ja sotsiaalsete erivajadustega isiku sotsiaalsele turvalisusele, arengule ja ühiskonnas kohanemisele kaasaaitamine (Sotsiaalvaldkond 2014).

Rehabilitatsiooniteenus on riiklik sotsiaalteenus, mille laiemaks eesmärgiks on parandada puudega inimese iseseisvat toimetulekut, soodustada töötamist või tööle asumist ja suurendada ühiskonnas osalemist. Puudega laste puhul on üldiseks eesmärgiks seatud lapse arengu ja hariduse omandamise toetamine, tööealistel inimestel on eesmärgiks seatud töölepüsimise soodustamine või tööle saamine ning eakatel inimestel iseseisev toimetulek (Rehabilitatsioon 2012).

Rehabilitatsiooniteenus kuulub sotsiaalteenuste sekka ning selle teenuse eesmärgiks on leida, kuidas puudele vaatamata võimalikult hästi hakkama saada, kuidas omandada uued toimetulekuoskused kui puue on äkitselt tekkinud või kui inimene peab kroonilise terviseprobleemi tõttu senise elu ümber hindama ja nii tema kui ka kogu perekonna elu on oluliselt muutunud. Teenuse käigus hinnatakse iga inimese vajadusi, pakutakse nõustamist ja teenuseid erinevate spetsialistide poolt. Samuti soovitatakse abivahendeid ning õpetatakse uusi oskuseid, et puudele või terviseprobleemile vaatamata paremini iseseisvalt toime tulla. Oluline on saada terviklik hinnang olukorrale, et saaks selle järgi anda nõu ja abi erinevate valdkondade teenuste ja toetusmeetmete kohta ning vajadusel saada vajalikke rehabilitatsiooniteenuseid. (Rehabilitatsiooniteenus 2014).

Rehabilitatsiooniteenuse saamisel on vastavalt kliendi vajadustele võimalik kasutada füsioterapeudi, tegevusterapeudi, sotsiaaltöötaja, eripedagoogi, psühholoogi või logopeedi teenuseid (Rehabilitatsioon 2012).

Inimese ja looma omavahelise seotuse pärast peaksid lemmikloomad olema kaasatud sotsiaaltöö uurimustesse, haridusse ja praktiseerimisse. See seotus ilmneb kolmel moel, mis on eriti tähtsad sotsiaaltöö ametile. Risley-Curtiss (2010: 29) on põhjusteks nimetanud need kolm fakti:

- Lemmikloomi peetakse enamasti perekonna liikmeteks ja osaks perekonna süsteemis.
- Loomade julm kohtlemine nii laste kui ka täiskasvanute poolt on väga hälbiv käitumine ning sageli seostatav düsfunktsionaalse koduse eluga, vihjates vaimse tervise teenuste vajamistele ja on seostatav mitut erinevat vormi väärkohtlemisega, näiteks nagu naiste ja laste vastase vägivallega.
- Lemmikloomadel võib olla terapeutiline mõju igas vanuses inimestele.

Puuetega inimeste õiguste konventsiooni preambulis on välja toodud, et osalisriigid peavad tunnistama väärtuslikku panust, mida puuetega inimesed praegu ja potentsiaalselt annavad oma kogukondade üldisesse heaolusse ja mitmekesisusse. Samuti on öeldud, et puuetega inimeste inimõiguste ja põhivabaduste täieliku teostamise ning puuetega inimeste täieliku osalemise edendamine suurendab nende ühiskonda kuuluvuse tunnet ja toob kaasa olulisi edusamme ühiskonna inimlikus,

sotsiaalses ja majanduslikus arengus ja vaesuse kõrvaldamises. Lisaks on rehabilitatsiooni ja rehabilitatsiooni osas välja toodud, et osalisriigid võtavad tõhusaid ja asjakohaseid meetmeid, kaasa arvatud vastastikune toetus, et võimaldada puuetega inimestel saavutada ja säilitada maksimaalset iseseisvust, täielikku füüsilist, vaimset, sotsiaalset ja kutsealast võimekust ning täielikku kaasatust ja osalemist kõigis eluvaldkondades. Selle eesmärgi saavutamiseks korraldavad, tugevdavad ja laiendavad osalisriigid igakülgeid rehabilitatsiooni ja rehabilitatsiooni teenuseid ja programme, eriti tervishoiu, tööhõive, hariduse ja sotsiaalteenuste valdkondades, nii et need teenused ja programmid algavad võimalikult varases etapis ning põhinevad isiku vajaduste ja tugevuste multidistsiplinaarsel hinnangul ning toetavad kogukonnas ja kõigis ühiskonnaelu valdkondades osalemist ja nendesse kaasatust (Puuetega inimeste õiguste... 2006).

Puudest tulenevalt võib inimene vajada sekkumisi ja abi näiteks teenuste, toetuste ja muude meetmete kujul mitmetest valdkondadest, mille hulka kuuluvad nii tervisevaldkonnast kui sotsiaalvaldkonnast; samuti abi võimetekohase hariduse omandamisel, ligipääsetavat keskkonda, kohandamist ja abi tööle saamisel ja töötamisel. Abivajadusest hoolimata tuleb puudega inimesi tunnustada ühiskonna loomuliku osana, kellel on kõik õigused osaleda ühiskonnaelus võrdsetel tingimustel (Puuetega inimeste... 2014).

Maailma Terviseorganisatsiooni kohaselt on puuetega inimeste jaoks barjäärideks ebapiisav poliitika ja standardid, negatiivne suhtumine ja diskrimineerimine, vähene teenuste osutamine, probleemid teenusepakkumisega, ebapiisav rahastamine, piiratud kättesaadavus ning nii kaasamise kui ka informatsiooni puudus. Nende barjääride negatiivseteks tagajärgedeks on madalamad saavutused hariduses, madal tööhõive, vaesuse kasv ning halvad tervisenäitajad (World Health Organization 2014).

Puuetega inimeste arv, kellele on määratud puude raskusaste, on Eestis aasta-aastalt suurenenud, samas kui rahvaarv järjest väheneb. 2004. aastast on puuetega inimeste arv kasvanud tervelt 42% võrra, moodustades 2013. aasta 1. jaanuari seisuga 10,7% elanikkonnast ehk 137 710 inimest. Tabelis 1 on välja toodud puuetega inimeste arv vanusegruppide järgi Eestis seisuga 1. jaanuar 2013. Puuetega inimeste, nende olukorra ja õiguste puhul Eestis on vajalik tähelepanek see, et puuetega inimeste vajadused

erinevad suurel määral, sõltudes inimese vanusest, puude liigist ning raskusastmest, mille tõttu toimetulek ning abimeetmed varieeruvad olulisel määral (Haukanõmm 2014).

**Tabel 1.** Puuetega inimeste arv Eestis (Haukanõmm 2014)

Vanus	Arv	Protsent %
Lapsed 0-15a	9214	6.7
Tööealised 16-64a	56813	41.3
Vanaduspensioniealised 64-...	71683	52

Puudega lapse sünd, lapse raske haigus või tervist kahjustanud õnnetus on iga lapsevanema jaoks suureks elumuutuseks ja väljakutseks. Puudega lapsed vajavad tavalisest enam tähelepanu ja hoolitsust, samuti peab lapsevanem hakkama otsima teavet, mis aitab tal uues olukorras paremini hakkama saada. Nagu kõigi laste puhul, on ka puudega lapse peamine kasvataja ja hooldaja tema vanem, kuid lapse puudest tulenevate vajaduste rahuldamiseks pakutakse täiendavat abi (Puudega inimesed 2013).

Puudega laste ja nende perede vajadused abi teenuste, toetuste, eriõppe, info jagamise ja mahu osas on väga erinevad. Paljud puudega lapsed käivad tavalasteaias või –koolis ning lapse puue ei mõjuta suurel määral pere toimetulekut. Puuetega lastega perede toimetuleku ja vajaduste uuringu andmetel ei vaja üldse kõrvalist abi peamise hooldaja arvates 16 % lastest. Samas vajavad mitmekülgset ja kulukat abi suure hooldusvajadusega lapsed, kelleks on sügava puudega ja liitpuudega lapsed. Lisaks neile vajavad eelnimetatud uuringu andmetel kodus palju abi vaimu- või psüühikahäirega lapsed ja väljaspool kodu kõnepuudega lapsed. Suure abivajadusega on ka pered, kus lapse puue on vaid üks toimetulekuraskuste põhjustest (Puudega inimesed 2013).

Ilma lemmikloomade kaasamise laienemiseta sotsiaaltöö uurimustes, hariduses ja praktikas, see amet ebaõnnestub missiooni täitmisel maksimaalse potentsiaali saavutamises (Risley-Curtiss 2010: 45).

Viimastel aastatel on Eestis alustatud koerte kaasamisega teraapias, õppimisprotsessides ja erinevates tegevustes, mis on olulised inimese tervise, sotsiaalsete suhete ja elukvaliteedi parandamisel. Juht- ja abikoerad on Eestis tegutsenud juba pikemalt ning



nende tegevus ja tõhusus inimeste seas laiemalt levinud. Psüühiliste ja füüsiliste häiretega inimestega tegelemisel aitavad koerad luua pingevabamat õhkkonda ning mõjuvad positiivse lülina spetsialisti ja abivajaja inimese vahel. Koeri saab kaasata väga mitmekülgses tegevustes ning nad võiksid olla tähtsad abilised sotsiaaltöötaja partnerina ja rehabilitatsiooni meeskonna liikmena. Käesoleval ajal ei ole seda veel tehtud, kuid mõtted ja suund on selle poole seatud.

## **1.2. Koerte kaasamise ajalugu**

Järgnev peatükk keskendub koerte kaasamise ajaloolisele taustale. Välja on toodud põhjused, miks inimesed loomi üha enam enda juures hoida tahtsid, milliseid loomade positiivseid mõjusid juba varem tähele on pandud ning kes ja kuidas avastas koerte teraapilised mõjud. Peatüki teises osas on kirjeldatud juht- ja abikoerte kasuteguri avastamisest ja nende edaspidisest kasutamisest ajaloos.

Ajaloo jooksul on mitmed kodustatud loomad omanud erilist terapeutilist ja toetavat rolli. Loomade rolli inimeste kaaslastena võib leida primitiivsetelt koobaste joonistelt, kus inimesed ja hundid istuvad koos lõkke ümber. Vanad egiptlased maeti koos oma kasside või teiste armastatud loomadega, et nad saaksid koos olla ka haua taguses elus. Nende hauakividel on isegi kujutatud pilte kodustatud ahvidest ja teistest lemmikloomadest (Pichot 2012).

Lisaks seltsiliseks olemisele on maailma ajaloos usutud, et loomadel olid ravivõimed. Vana-Kreekas lasti koertel lakkuda haigete haavu, sest usuti, et nende keelel on meditsiinilised võimed. Juba varasemas ajaloos pandi tähele, et loomad aitavad tõsta motivatsiooni, parandada enesekontrolli ja vastutusvõimet ning ka mitmeid teisi vaimseid ja füüsilisi tugevusi. Ühes esimeses ametlikus uuringus jälgiti südamehaiguste osakonnas 92 patsienti. Leiti, et patsiendid, kes olid loomaomanikud, elasid kauem, kui need, kellel ei olnud loomi. Hilisemad uuringud kinnitasid, et loomadel on võime sotsiaalset elu soodustava tegurina, suurendada mugavustunnet, vähendada stressi, depressiooni ja ärevust (Pichot 2012).

Aastal 1961 esitas dr. Boris Levinson Ameerika Psühholoogide Assotsiatsiooni iga-aastasel koosolekul aruande, millel oli välja toodud inimesed, kelle ravimine oli edukas tänu koera sekkumisele. Dr. Levinson oli psühhoanalüütilise koolitusega psühholoog, kes õpetas New York'i Yeshiva Ülikoolis ning tema oli seotud juhusliku avastusega tema koera Jinglesi kohta, kes oluliselt aitas teraapiasessioonis motiveerida last, kes oli sügava häirega ja mittesuhetlev. Koer jäi lapsega mõneks minutiks üksi ning kui dr. Levinson tuli tagasi ruumi, siis see laps rääkis koeraga. Hiljem leidis doktor, et mitmed kinnised ja psühholoogilise kahjustusega lapsed reageerisid koera kohalolekule samuti positiivselt (Altschiller 2011:3).

Enne kui dr. Levinsoni ametlik termin „loomateraapia“ kasutusele võeti, kasutas Inglismaa vaimuhaigla loomi nagu näiteks jäneseid, et pakkuda oma patsientidele võimalust rahulikult suhelda teiste olenditega ja keskenduda millelegi muule peale iseenda. Haigla asutaja lapselaps Samuel Tuke kirjeldas, kuidas asutuse sisehoov oli sisustatud mitmete loomadega nagu näiteks jäneste, merikajakate, kullide ja teiste sulgloomadega. Need olendid on üldiselt väga tuttavad patsientide seas ning usutakse, et nad ei ole ainult meelelahutuseks, vaid kontakt nendega suudab mõnikord äratada sotsiaalseid ja heatahtlikke tundeid (Altschiller 2011:3-4).

Esimestes lemmikloomade kaasabil korraldatud teraapiaprogrammides aitasid ravi sageli läbi viia vabatahtlikud personaliliikmed, kes tõid oma lemmikloomad haiglatesse, hooldekodudesse ning muudesse regulaarselt töötavatesse pikaajalistesse hooldusasutustesse (Raava 2012).

Juht- ja abikoerte ajalugu. Esimese maailmasõja ajal jäid mitmed sõdurid lahingutes mürgigaasi tõttu pimedaks. Aprillis 1915 oli sõda kestnud kuus kuud ja selleks ajaks oli umbes 300 sõdurit Saksamaal pimedaks jäänud. Umbes 5-8% Saksa sõduritest said sõjas silmakahjustusi ning selle tõttu pidid pikka aega olema kinni seotud silmadega. Kui Dr. Gerhard Stalling oli veteranide haiglas ja jättis oma saksa lambakoera ühe patsiendi kätte, siis tagasi tulles märkas ta, et tema koer aitab pimedat veterani. Dr. Stallingut hakkas huvitama saksa lambakoerte treenimine juhtkoerteks ja aastal 1916 avas ta maailma esimese juhtkoerte kooli, mis asus Oldenburgis Saksamaal. Edasi

arenes see harudeks Bonni, Breslausse, Dresdenisse, Essenisse, Freiburgi, Hamburgi, Hannoveri, Magdeburgi, Munsterisse ja Württembergi (Ostermeier 2010: 587).

Peale sõda rajati juhtkoerte koole ka Munichisse ja Potsdami ning aastaks 1927 kasutas umbes 4000 sakslast juhtkoera. Rahastamise ja majandusliku olukorra tõttu suleti peale sõda mõned esialgsed koolid. Potsdami kool Berliini lähedal oli väga edukas ja sellel oli suur mõju esimese Ameerika juhtkoerte kasvatamise kooli rajamisel. Pimedate Ameerika veteranide jaoks muutus juhtkoerte kasutamine võimalikuks alles 1920ndate lõpus (Ostermeier 2010: 587).

Tänu Potsdami juhtkoerte koolile, mis asutati Saksa Lambakoerakasvatajate Seltsi poolt, levis juhtkoerte kasutamise idee üle maailma ning sealt sai alguse koerte dresseerimise teaduslik uurimine ja dresseerimismeetodite parandamine. Soomlased koolitasid esimesed neli juhtkoera sõjapimedatele 1940. aasta Talvesõja järel. Süstemaatiline juhtkoerte koolitus sõjas nägemise kaotanute jaoks algas seal siiski aastal 1948 (Vassenin 2003).

Aastal 1992. loodi Eestis Juhtkoerte Fond, milles asuti tööle soomlaste abiga. Esimene Eesti koerte treener õppis ametit Soomes ning aastal 1995. jõuti esimese juhtkoerani. Fond tegutses aastani 1999, mil Tartus loodi Sihtasutus Eesti Juht- ja Abikoerte Kool. Fondi asutajad andsid koolile üle 15 juhtkoera, kelle igapäevane väärtus oli 30 000 krooni (Vassenin 2003). SA Eesti Juht- ja Abikoerte Kool tegutseb ka hetkeseisuga Tartus.

### **1.3. Loomateraapia, teraapiakoerad**

Antud peatükis on kirjeldatud koerte sekkumise kõige kõrgemat astet ning selleks on loomateraapia. Selles peatükis kirjeldatakse loomateraapia olemust ja selle eesmärke, koerateraapia mõju ja kasu. Lisaks on välja toodud ka Eesti kogemus koerateraapiast. Inglise keeles kasutatakse mõistet *animal assisted therapy* ning eesti keeles on selle tõlkimiseks kasutatud vastet loomateraapia. Eestis on kasutatud koerateraapia kirjeldamisel ka sõna kanisteraapia, kuid see ei ole ametlik termin.

Delta Society on üks suurimaid organisatsioone, mis vastutab inimese ja koera sertifitseerimise eest teraapia meeskondades USA-s ja mitmetes Euroopa riikides. Selle järgi jagatakse loomade sekkumist järgmiselt (Chitic jt 2012: 2):

1. loomaterapia (*animal assisted therapy*),
2. loomaga õppimine (*animal assisted education*),
3. loomaga koos tehtavad tegevused (*animal assisted activities*).

Loomaterapia on nendest kõige kõrgemal kohal ning näiteks koeraterapias peab olema kas koer läbinud vastavad katsed ja koolitused, mis tõendavad tema sobivust olla teraapiakoer või siis peab olema teraapiakoera juhil kindel spetsialiseerumine ja teadmised teraapiast. Kui nii inimene kui ka koer on läbinud vastavad koolitused ja katse ning mõlemal on litsents tegutsemiseks, siis see oleks teraapia seisukohast kõige rohkem eelistatud. Teisel kohal sekkumistest on loomaga õppimine, milles peavad koeral olema kindlad isikuomadused ja oskused ning kõige viimasena tuleb loomaga koos tehtavad tegevused, milles koerte puhul ei pea koeral palju oskusi olema, kuid tema isikuomadused peavad olema sobilikud erinevate sihtgruppidega töötamiseks.

Loomaterapia (*animal assisted therapy*) on eesmärgipärane tegevus, mille käigus kaasatakse loom kliendi raviprogrammi. Loomaterapia läbiviijaks on professionaal, kes on läbinud vajalikud koolitused. Ka koer on kindlatele kriteeriumitele vastav, sest temal on oluline osa teraapia protsessist. Raviprogrammi eesmärgiks on kliendi füüsilise, sotsiaalse, emotsionaalse või kognitiivse funktsioneerimise parandamine. Teraapia sisaldab eesmärke ja ülesandeid iga indiviidi kohta eraldi ning ka saavutuste mõõtmist looma sekkumisel. Eestis astub loomade kasutamine teraapias oma esimesi samme. Ameerikas kasutatakse loomaterapiat juba aastaid haiglates, hooldekodudes ja haridusasutustest. Sealsetes ülikoolides on viidud läbi hulgaliselt uuringuid, mille sisuks loomade positiivse mõju välja selgitamine ning meie igapäevaellu toomine (Raava 2012).

Loomad saavad anda unikaalse panuse teraapiasse, sest nad suudavad panna inimest tundma end turvaliselt, armastatuna ja väärtuslikuna. Lisaks saab loomadel olla roll nende inimeste ravimisel, keda teised inimesed enam erinevatel põhjustel aidata ei saa.

Enamus patsiente, kes on depressioonis ja endassetõmbunud, abitud ja lootuse kaotanud, nemad on haiget saanud teiste inimeste sõnade tõttu. Loomad ei oska kasutada sõnu ja see annab patsientidele võimaluse ohutult nende poole pöörduda siis, kui nad inimeste poole pöörduda ei saa (Beck, Katcher 1996: 127).

Kõige tavalisemad teraapia loomad on koerad ja hobused. Käesolev töö keskendub just koertele. Koerad on kergesti treenitavad ja transporditavad ning nende instinktide hulka kuulub inimesega koostoimimine. Hobused, lisaks sellele, et nende kasu inimesele saab olla füsioloogiline (näiteks stressi taseme madaldamine, enesehinnangu tõstmine), saavad edukalt ja väiksema stressitasemega asendada mõningaid füsioterapeutilisi harjutusi füüsilise rehabilitatsiooni protseduuri ajal (Chitic jt 2012: 2-3).

Kuna koerte ja hobuste kasutamine erinevates tegevustes on palju levinud, siis kaasamise kriteeriumid ja standardsed protseduurid on enamasti arendatud neile kahele loomaliigile. Olenemata looma liigist peab loomaga koos tehtava tegevuse programmi koostamisel arvestama liigi ja isendi isiksuseomadustega, looma ja patsiendi kokkusobivusega, looma teraapilise sekkumise alusega, looma heaolu aspektidega ja kõige tähtsam on patsiendi ohutus teraapialoomaga suheldes (Chitic jt 2012: 3).

Professionaalsed terapeudid on hakanud loomi hindama kui terapeutilisi abilisi, kes aitavad ravida lihtsamaid probleeme nagu näiteks üksindustunne vanaduses ning keerulisemaid haigusi nagu näiteks sügav autism lastel. Tegevusloomade puhul on loomade abi kasutatud vanglates, hooldekodudes ja paljudes teistes asutustes. Looma üks esmastest ülesannetest teraapias on olla lüli, mille kaudu terapeudid saavad patsientidega, kes on tõrjuvad, mittekoostööaltid ja kinnised, kontakti võtta. Kui sellised patsiendid saavad võtta loomaga kontakti, siis sageli on neil kohene emotsionaalne reaktsioon ehk nad näitavad samasugust rõõmu nagu kõik teised inimesed seda teevad. Peale paari seansi loomaga hakkavad paljud patsiendid vastama nii terapeudile kui ka teistele inimestele, kuigi varem nende puhul oli selline sotsiaalne kontakt võimatu. Näiteks eakad patsiendid, kes pole juba aastaid rääkinud, ja lapsed, kellel on üldse rääkimisega raskusi olnud, neid on rääkima stimuleerinud looma kohalolek (Beck, Katcher 1996: 127).

Kuigi on tehtud mitmed uuringud, et näidata loomade kontakti mõju inimesele, siis viimaste aastate uuringud on näidanud veel, et loomade mõju on veel suurem kui lihtsalt lühiajalised psühholoogiliste parameetrite paranemised, nagu näiteks südame löögid ja vererõhk. Sotsiaalset tuge pakkuvad loomad pakuvad ka pikaajalist kasu, mis kaasneb loomade seltsis olemisega (Fine 2006: 15).

Loomadelt saadud emotsionaalset reaktsiooni ja teraapiat peaks selgelt eristama. Kõik tegevused, mida patsiendid loomadega koos naudivad, ei ole teraapia. Teraapia seisukohalt on loomad need, kes leevendavad stressi, eriti just teraapia algusfaasides, pakkudes mugavat ja suunavat rolli seni, kuni terapeut ja patsient omavahel tutvuvad (Fine 2006: 15).

Teraapiakoer osaleb erivajadusega inimese teraapiaprotsessis, kus spetsialistid koostavad teraapia tegevuskava ja koer aitab soovitud tulemust saavutada. Teraapia eesmärk on luua erivajadusega inimese ja teraapiakoera vahel kontakt, mis aitab tänu nende omavahelisele suhtlusele erivajadusega inimest füüsiliste, sotsiaalsete ja kognitiivsete võimete arendamisel ja annab positiivse emotsiooni (MTÜ Viimsi Invaühing 2013).

Eestis koerateraapia veel väga levinud ei ole. Aastal 2013 alustati Eestis pilootprojekti "Kanisteraapia meetodi käivitamine Eestis puuetega laste rehabilitatsiooniks" ellu viimist, mida rahastati Euroopa Majanduspiirkonna 2009-2014 toetuste Vabariikliku Fondi vahenditest. Projekti partnerid olid Narvas tegutsevad MTÜ Pereprojekt ja Ida-Virumaa Koerasõprade Klubi LUCKY MTÜ, Harjumaa piirkonnas MTÜ Viimsi Invaühing ja MTÜ Abikoerte Keskus. Käivitati Eesti jaoks uus meetod puuetega laste rehabilitatsiooniks – kanisteraapia ehk koerateraapia, kuid see termin ei ole veel ametlik. Projekti käigus taheti leida võimalus terapeutide väljaõppeks ja tegevuste algatuseks. Projekti eesmärk oli anda puuetega lastega tegelevatele inimestele infot ja ka praktilisi teadmisi rehabilitatsioonitöös koerateraapia meetodil (MTÜ Viimsi Invaühing 2013).

Projekti "Kanisteraapia meetodi käivitamine Eestis puuetega laste rehabilitatsiooniks" sihtgrupiks oli puuetega lastega tegelevad inimesed, kelle hulka kuulusid vanemad,

arstid ja ühingud. Projekti tulemusena sooviti moodustatud vabatahtlike grupp, kes on valmis minema õppima koerateraapia assistentideks Poola ja panustama selle teraapia arendamisele Eestis. Projektipartnerite esindajad külastasid enne projekti käivitamist keskusi Poolas ja Moskvast, kus näidati, kuidas toimub koerateraapia nendes keskustes. Poolas külastati kolme asutust: erivajadustega inimeste keskust, lasteaeda ja haiglat. Erivajadustega inimeste keskuse kliendid olid vaimupuudega inimesed vanuses 3-27 aastat. Teraapiakoerad külastasid seda keskust kord nädalas, korraga töötas kolm teraapiakoera. Igale kliendile läheneti individuaalselt, lähtudes tema erivajadusest. Julgemad kammisid, silitasid ja kallistasid koeri, liikumisraskusega inimesed ja need, kes pelgasid koeri, jalutasid koeri rihmast hoides (MTÜ Viimsi Invaühing 2013).

Projektipartnerite poolt Poolas külastatud lasteaia oli rühmas 12 erivajadusega last ning teraapia toimus terapeutide ja rühmaõpetajate koostöös ja oli mängulisem kui eelnevates asutustes. Haiglas toimunud teraapia eesmärk oli pigem tõsta tuju. Enne lapse teraapiasse tulekut vestlesid eripedagoog ja neuroloog lapsevanemaga ning koostasid teraapiakava. Teraapiat juhtis üks eripedagoog, iga lapsega tegeles individuaalselt kanisteraapia assistent ja teraapiakoer. Teraapia käiku jälgis neuroloog. Üks teraapiaseanss kestis 10-15 minutit. Kõik, mida projekti läbiviijad nägid Poolas ja Moskvast, süvendas nende veendumust, et koerateraapia on vajalik ja toimib ning andis teadmise, et sellist teraapiavormi oleks vaja arendada ja tutvustada ka Eestis (MTÜ Viimsi Invaühing 2013).

Koerad aitavad autiste, suhtlemisraskustega ja nii vaimse kui füüsilise puudega lapsi. Samas sobib teraapia edukalt ka psüühilise trauma üle elanud, pimedatele või Alzheimeri tõvega täiskasvanutele. On tõestatud, et pimedad lapsed unustavad oma puude, kui nad koertega mängivad. On olnud juhtumeid, kus teraapia pole küll otse aidanud, aga lastele on tulnud naeratus näole, mis on piisav märk, et nende emotsionaalne seisund on muutunud (Maasalu 2006).

Erivajadustega lapsed võivad olla oma käitumises ettearvamatud ja vahel ka ohjeldamatud. Nende lastega teraapiaks ja koostööks sobib ainult selline koer, kes on enesekindel, rõõmsameelne, rahulik, kergesti kohanev ning kannatlik sagedaste kobavate puudutuste ja valu suhtes. Viimane omadus on eriti oluline, sest väikesed

lapsed ja vanad inimesed võivad koera otsa komistada või temaga oskamatult ümber käia. Koeraga kaasas olev juht peab olema kindel, et tema koer ei ehmu ebaadekvaatsest käitumisest ega hakka urisema sabast või kõrvadest sikutamise peale (Maasalu 2006).

Teraapiakoera omadused (Maasalu 2006):

- aktsepteerib sõbralikku võõrast,
- istub rahulikult, kui teda silitatakse,
- lubab võõral ennast katsuda ja kammida,
- jalutab viisakalt pika lõdva rihma otsas,
- jalutab rahulikult rahvahulgas,
- kuuletub istu-lama-käsklusele,
- tuleb kutse peale kohale,
- reageerib teisele koerale rahulikult,
- ei ärritu häirivate mõjurite peale,
- jääb võõraga kahekesi olles rahulikuks.

Tallinnas 32. Keskkoolis töötab koolipsühholoog, kes kasutab oma töös koera (Viilup 2011). Kahe ja poole aastane labradori retriiver on tänaseks juba üle kolme aasta olnud abiliseks psühholoogi töös. Psühholoog peab lühikese ajaga võitma võõra inimese usalduse, et temaga rääkida kõige olulisematest ja haiget tegevatest temadest tema elus ning loom aitab kiirelt luua turvalise ja pingevaba suhtlemissituatsiooni. Lastel on tihti koos koeraga maas istudes ja teda silitades turvalisem oma muredest rääkida. Nimetatud koer on autorile teadaolevalt hetkeseisuga Eestis ainuke teraapiakoer ning tema ja tema juht on läbinud spetsiaalsed koolitused, teste koer veel läbinud ei ole, sest tänasel hetkel neid Eestis ei tehtagi. Siiski on ka teisi aktiivseid inimesi, kes soovivad koerateraapiaga tegelema hakata ning kes osalesid projektis „Kanisteraapia meetodi käivitamine Eestis puuetega laste rehabilitatsiooniks“.

Loomateraapias on loom vahelüliks inimeste ja maailma vahel ning ka inimeste omavahelise suhte tekkimise ja säilimise vahel. Teraapiakoerad aitavad inimestel leevendada stressi, normaliseerivad vererõhku, pakuvad sotsiaalset tuge ning lisaks pakuvad ka emotsionaalset kasu.



## 1.4. Õppimisprotsessi kaasatavad loomad - õppimiskoerad

Selles peatükis keskendutakse õppimiskoertele ja tegevustele, mida nendega koos õppimise eesmärgil tehakse. Õppimiskoerad on teraapiakoertest järgmisel tasandil olevad koerad ning antud peatükis kirjeldatakse õppimiskoerte kasutamise põhjuseid ja mõju. Inglise keeles kasutatakse mõistet *animal assisted education* või *animal assisted learning*, kuid eesti keeles ei ole selle tõlkimiseks ametlikku terminit, kasutatakse sõna lugemiskoerad, kuid see on liiga üldistav. Töö autor tõlgib seda fraasi *animal assisted education* kui õppimisprotsessi kaasatavad loomad ehk õppimisloomad ja antud töö puhul keskendutakse nende seast õppimiskoertele, kelle sekka kuuluvad lugemiskoerad.

Õppimisprotsessi kaasatavad loomad (*animal assisted education*) – eesmärgile suunatud sekkumine loomaga, sihiks harida kasusaajat kindlates aspektides. Õppimiskoertega läbiviidavate tegevuste näiteks on raamatute lugemine koera juuresolekul või lugemine koerale (Chitic jt 2012: 2). Õppimiskoerte seas on kõige populaarsemad lugemiskoerad, kellele lapsed loevad koerale valjuhäälselt raamatut. Õppimiskoerad on spetsiaalselt koolitatud koerad, kes aitavad lastel teadmisi ja oskusi parandada erinevate tegevuste kaudu. Lapsed, kes tavaliselt tunnevad täiskasvanud inimesele raamatut lugedes ennast ebakindlalt, aga koerale lugedes õnnelikult, siis põhjus on arvatavasti selles, et nad teavad, et koerad ei arvusta neid ega pane end enese pärast halvasti tundma (Lane, Zavada 2013: 87-88).

Mitmete laste jaoks on lugemine raske, pettumustvalmistav ja piinlik. Lugedes raamatut hoolivale ja pehmele kaaslasele, kelleks on koer, muutub see tegevus nauditavaks ja see motiveerib ka kõige tõrksamat lugejat. Õppimiskoerte lugemise programmide eesmärgiks on sõnaosavuse suurendamine, lugemise motivatsiooni tõstmine, tõrksate lugejate julgustamine ja lugemise muutmine lõbusaks tegevuseks. Õppimisprotsessi kaasatud tegevustes kasutatavad koerad on spetsiaalselt välja koolitatud ning uurimuste põhjal pakuvad lugemiskoerad ohutut ja sotsiaalset tuge ja interaktiivset publikut (Lane, Zavada 2013: 87-88).

Lastel, kellel on emotsionaalsed ja käitumishäired, on koolis mitmeid probleeme käitumisega lugemistegevustes. Üheks võimaluseks, kuidas seda probleemi leevendada,

on läbi lugemiskoerte programmide, mille kohta tehtud uuringud näitavad, et lugemiskoerte kaasamine parandab laste käitumist akadeemilistes tegevustes. On leitud ka, et kui koer on osalenud klassis, siis laste probleemne käitumine on vähenenud, positiivne sotsiaalne suhtlus on saenenud, agressioon on vähenenud ning empaatia suurenenud (Bassette, Taber-Doughty 2013: 239-240).

Lapsed, kes on lugemisprogrammides osalenud, on öelnud, et koerale lugemine oli vähem hirmuäratav kui täiskasvanud inimesele lugemine, sest koer ei hinnanud ega arvustanud neid. Õpetajad on välja toonud, et lugemiskoerte programmides osalenud lastel on näha mitmeid muutusi, mille seal on näiteks enesehinnangu tõusmine, osavõtlikkuse suurenemine programmi täitmisel ja huvi suurenemine lugemise vastu. Lisaks aitavad lugemiskoerte programmid parandada laste motiveeritust lugemise ajal ning tõsta nende enesekindlust (Bassette, Taber-Doughty 2013: 241).

Lisaks lugemiskoertele kasutatakse Eestis õppimiskoeri nii koolide kui ka lasteaedade väärtuskasvatases. Väärtuskasvatuse eesmärkideks on innustada õpilasi väärtusi märkama, jõudma selgusele oma väärtustes, reflekteerida iseenda ja teiste väärtuste üle, kujundada teatud käitumiskalduvusi ja iseloomuomadusi. Väärtuskasvatuse üldisemaks eesmärgiks on õpetada lapsi tegema sotsiaalselt vastutustundlikke otsuseid, mõistma nende tagajärgi ja oma tegusid mõtestama (Schihalejev 2011).

Õppimiskoerte kasutamine Eestis on alles arenemas ja välja kujunemas. Eestis õpetatakse lastele koerte abiga näiteks keskendumist, distsipliini ja mitmeid sotsiaalseid oskuseid. Aktiivsemalt tegutsevad Eestis õppimiskoertest lugemiskoerad, kelle tegevus siin sai alguse oktoobris aastal 2013. Hetkel kasutavad lugemiskoera Tallinna keskraamatukogu, Eesti Lastekirjanduse Keskus, Tartu linnaraamatukogu, Narva keskraamatukogu ning Võrumaa keskraamatukogu (Kruusmägi 2014). Hetkel töötab Eestis üks spetsiaalse koolitusega õppimiskoer, kuid teised tegutsevad koerad ja koerajuhid töötavad vabatahtlikena ning nendel puudub kindel väljaõpe tegevuste läbiviimiseks. Põhjus, miks kõik koerad ja koerajuhid ei ole saanud oma tegevuse läbiviimise kohta koolitust, seisneb selles, et Eestis seda võimalust veel ei ole, kuid

siiski on tegevuste läbiviijad ennast sellel teemal harinud ning töötavad kõigi heaolu jälgides.

Lapsed kardavad tihti klassis kõva häälega ette lugeda, sest nad ei taha, et teised nende üle naeraksid, kui lugemine läheb sassi ning samuti ei taha nad, et õpetaja neile halva hinde paneks. Siinkohal tulevad abiks lugemiskoerad, kellele laps saab raamatuid valjuhäälselt ette lugeda. Koer ei kiirusta lugejat tagant, ei kommenteeri lapse oskusi, laseb lugejal endal vead parandada ja on heaks kaaslaseks, kellele raamatut lugeda. Koera kohalolek motiveerib lapsi ning laste lugemisaktiivsus suureneb ning sellega kiireneb oskuste omandamine. Samuti on koer abiks sotsiaalsete oskuste treenimisel, sest koer on kaaslaseks, kellele saab samal ajal pai teha, raamatutest pilte näidata ja kellega saab lugemispauside ajal ka lihtsalt rääkida. Lisaks on õppimiskoortel oma roll laste väärtuste kasvatamisel, mis on olulised laste käitumise ja iseloomuomaduste kujundamiseks.

## **1.5. Loomaga koos tehtavad tegevused - tegevuskoerad**

Antud peatükis tutvustatakse tegevuskoeri, nende kasutamise eesmärki ja mõju. Samuti on välja toodud näiteid tegevustest ja sihtgrupist, millesse on võimalik kaasata koera. Lisaks on välja toodud ka inimese ja koera vahelise suhte mõjutegurid, mis on olulised, et mõista, milline koer sobib tegevuskoeraks. Inglise keeles kasutatakse mõistet *animal assisted activities*, mille töö autor on tõlkinud kui loomadega koos tehtavad tegevused, kuid ametlikku eesti keelset vastet sellele mõistele ei ole. Antud töös keskendutakse koerte kaasamisele ning töö autor kasutab terminit tegevuskoerad, mis samuti pole eesti keeles ametlik termin.

Loomadega koos tehtavad tegevused (*animal assisted activities*) pakub võimalusi motiveerivaks, hariduslikuks, uuenduslikuks ja terapeutiliseks kasuks, et parandada elukvaliteeti. Loomadega koos tehtavaid tegevusi teostatakse erinevates keskkondades eriväljaõppega professionaalide, paraprofessionaalide ja vabatahtlike poolt loomadega, kes vastavad nõutud kriteeriumitele. Põhifaktorite seas ei ole kindlaid ravi eesmärke, vabatahtlikud või ravi pakkujad ei ole kohustatud tegema märkmeid, visiidid on spontaansed ja nende kestvus on vastavalt vajadusele (Chitic jt 2012: 2).

New Yorki sotsiaaltöö ajakirjas välja toodud uuring näitas, et mõned sotsiaaltöötajad kaasavad loomi enda töös. See number võiks olla palju suurem, sest praktiseerijad saavad märgatavalt täiustada klientidele pakutavaid teenuseid põhjalike teadmistega lemmikloomade mõjust inimestele ja peredele. Siiski ei pea kõik sotsiaaltöötajad tegema tööd loomadega, aga kõik võiksid mõista potentsiaalset kasu ja erinevust loomadega koos tehtavate tegevuste ja loomateraapia vahel. Sotsiaaltöö ameti globaalne missioon on aidata inimestel suurendada enda heaolu. Ilma lemmikloomade kaasamise laienemiseta sotsiaaltöö uurimustes, hariduses ja praktikas, see amet ebaõnnestub missiooni täitmisel maksimaalse potentsiaali saavutamises (Risley-Curtiss 2010: 45).

Eestis on kasutatud tegevuskoeri autistlike laste tegevusvõime ja sotsiaalse võimekuse parandamiseks. Lastel, kellel on autistlik häire, on sageli raskusi teistega suhtlemisel ja läbisaamisel, igapäevastes tegevustes osalemises ja koolis õppimisel. Et parandada autistliku häirega laste tervist ja heaolu, on nendega läbi viidud tegevusi ja teraapiat koos hobuste ja koertega. Uuringu põhjal leiti, et positiivne käitumine nagu naeratamine ja positiivne füüsiline kontakt sagesid, aga negatiivne käitumine või negatiivsed probleemid vähenesid autistlikel lastel tegevustel koertega. Üheks seletuseks, miks autistliku häirega laste siira naeratuse esinemine sages tegevuskoertega koostööl on see, et sotsiaalse keskkonna kognitiivne ja emotsionaalne tähendus muutus negatiivselt positiivsele, sellepärast et laps koges ja tundis ümbritsevat maailma positiivsemalt ja meeldivamalt läbi koeraga vastastikuse suhtlemisega (Aoki jt 2014: 685).

Koerad mõjuvad sotsiaalse ja emotsionaalse suhtlemise võimendajana lapse, ema ja terapeudi vahel. Autistlik laps peab nägema, et tema ema ja terapeut on rahulikud ja rõõmsad, kui nad suhtlevad koeraga ja ka koer ise on väga rahulik ja sõbralik. Meeldiva ja ohtliku keskkonna eristamine on väga kriitiline faktor autistliku häirega laste jaoks nende abistamisel. See keskkond võimaldab neile julgelt ja spontaanselt jagada oma rõõme, huve või saavutusi oma vanematega. Autismiga laps õpib vabatahtlikult oma emotsioone väljendama ja emotsionaalne vastastik suhtlemine tema emaga on alati kindlustatud positiivsete tunnetega osalemisel. Kui positiivsete emotsioonide kogu on loodud, võib autistlik laps näha keskkonda läbi uue kognitiivse strateegia ning muuta

oma kognitiivsed ja emotsionaalsed hinnangud teda ümbritsevate stiimulite vastu positiivsemaks (Aoki jt 2014: 692).

Mitmed pered, kelle lapsel on autistlik häire, tahavad endale peresse ka koera, et hõlbustada positiivset sotsiaalset käitumist ka kodus. Siiski alati ei ole kõik koerad suhtlemise edendajaks ja ei saa vähendada lapse autistlikku käitumist. Selle põhjuseks on asjaolu, et lihtsalt koera olemasolu perekonnas ei garanteeri lapsele positiivseid emotsioone. Selleks, et koer mõjuks teraapiliselt, peab koer olema väga treenitud, koer ei tohiks haukuda ega kedagi hammustada, vaid ta peab olema kõikide inimeste vastu sõbralik (Aoki jt 2014: 692).

Tegevuskoerad on rakendatud ka Eestis. Tallinna puuetega inimeste kotas käivad külas koerad, kus nad innustavad lapsi end liigutama. Üks tserebraalparalüüsi põdev poiss ei taha ise kõndida, aga ta hoiab meelsasti koeral rihmast kinni ja jalutab koos temaga. Motivatsiooniks on talle see, et saab pärast koerale pai teha ja talle palli visata (Teraapiakoer leevendab... 2014).

Koos omanik Maarja Taliga käis koer Susi esimest korda Eestis käis lastel haiglas külas Tallinna Lastehaigla patsientidel. Susi käis lastel külas 2013 juulis ja augustis, kokku viiel korral. Lapsed said koos Susiga lugeda, joonistada, kleepida, puslet kokku panna ja kostüümidega mängida. Sellest ajast saati käivad nad regulaarselt igal nädalal onkoloogiaosakonna patsiente rõõmustamas (Koer Susi... 2014).

Tegevuskoerad on kaasatud nii inimeste motiveerimiseks kui ka tuju tõstmiseks. Samuti on kasutatud tegevuskoeri autistlike laste tegevusvõime ja sotsiaalse võimekuse parandamiseks. Sihtgrupp, kelle jaoks võiks neid koeri kaasata on mitmekesine. Eestis kasutatakse tegevuskoeri näiteks lastehaiglas, kus koer pakub lastele rõõmu ja vaheldust igapäeva elust ja muredest.

## **1.6. Abivajaja igapäevane partner – juhtkoer ja abikoer**

Antud peatükk kirjeldab juhtkoera ja abikoera ning nende tähtsust nägemispuudega või erivajadusega inimese elus. Samuti on välja toodud Eestis juht- ja abikoeri kasvatava

kooli eesmärgid ja tegevused. Peatüki esimene pool keskendub rohkem juhtkoerale ning teine pool abikoerale ja tema ülesannetele.

Juhtkoerad kuuluvad abikoerte alla ning nende eesmärk on abistada inimest, kuid juhtkoera puhul on abivajajaks nägemispuudega inimene. Juhtkoer on nägemispuudega inimese rehabilitatsioonivahend. Nägemispuudega inimesele on suureks probleemiks turvaline ja eksimatu liikumine väljaspool kodu. Nägijast inimesest sõltumise vältimiseks tuleb pimedal inimesel õppida iseseisvalt liikuma ja orienteeruma. Liikumisel on tema üheks tavaliseks abivahendiks valge kepp ning teiseks ning väga kasulikuks abiliseks on juhtkoer, kellel peale juhtimisülesannete on vaegnägija elus täita veel mitmeid erinevaid rolle. (Juhtkoer 2014) Juhtkoeral on nägemispuudega inimese elukvaliteedi tõstmisel täita suur roll, sealhulgas liikumisel, sotsiaalsete kontaktide loomisel, sõbra ja seltsilisena pingete maandamisel, koerahobiga tegelemisel, hoolitsuse objektina koera omaniku enesehinnangu tõstmisel (Juhtkoera kasulikkus 2014). Tihti on pimedatel raskusi suhtlemispartneri leidmisega, kuid siin on abiks juhtkoer, kes on pimedade abistamise kõrval sobiv ka suhtlemiseks. Tegelemine oma juhtkoeraga on osa loomateraapiast, mis sageli aitab parandada pimedade meeleolu ja see mõjub positiivselt nii pimedale kui ka koerale (Vassenin 2003).

Juhtkoer on eri-ettevalmistuse saanud sõbraliku loomuga tasakaalukas töökoer, kes oskab pimedat inimest marsruutidel õigesti ja ohutult juhtida. Täites jalakäijate liikluseeskirju ja viies inimese mööda kõikidest takistustest, juhib ta vaegnägija turvaliselt sihtkohta. Saates oma peremeest väga erinevates paikades, käitub ta igal pool väärikalt ja distsiplineeritult, oodates vajadusel rahulikult mitmeid tunde. Tööl ja treeningul kannab juhtkoer rakmeid. Rakmed on enamasti varustatud helkurite ja vastavate märkidega. Kuna juhtkoer lihtsustab nägemispuudega inimesel liikumist, on juhtkoeral avalikus ruumis õigusi, mis teistel koertel puuduvad (Juhtkoer 2014)

SA Juht- ja Abikoerte Kool aretab, kasvatab ja treenib Eestis puuetega inimestele juht- ja abikoeri ning toetab ja abistab puudega inimest koera kasutamisel ning juhtkoerte kooli eesmärkideks põhikirjas on järgmised tegevused (Põhikiri 2014):

- Juhtkoerte kasvatamine ja koolitamine.
- Abikoerte koolitamine vaegkuuljate ja liikumispuudega inimestele.

- Juht- ja abikoerte kättesaadavaks tegemine sellekohast abi vajavatele invaliididele, tõstes nii nende elu kvaliteeti.
- Invakoerte kasutamise eeliste selgitamine kohalike omavalitsuste ja vabariigi sotsiaaltoetus- ja tervishoiuorganitele ning nendega sellealase koostöö väljaarendamine.

Juhtkoerte kasutamises on mitmeid eeliseid. Juhtkoera kasutaja kõndimise kiirus on sama suur, kui inimesel, kelle nägemine on korras. Uued juhtkoerte kasutajad lähevad sagedamini kodust välja, naudivad väljas olemist ning nad tunnevad ühiskonda kuulumist palju tugevamalt võrreldes selle ajaga, kui neil veel ei olnud juhtkoera (Koda, Matsunaka 2008).

Osa pimedaid inimesi vajab rohkemal või vähemal määral teiste inimeste abi. Juhtkoer säästab pereliikme või sotsiaaltöötaja aega, mis kuluks nägemispuudega inimest abistades või talle seltsi pakkudes. USA-s läbi viidud uuringute põhjal vähendavad abistavad koerad nägemislangusega inimese isikliku assistendi vajadust umbes 60 tundi nädalas. Koerte mõju inimese positiivsele ellusuhtumisele ja sotsiaalsele tegevusvõimele on väga suur. Aktiivne ja elujaatav inimene haigestub vähem ning ainuüksi liikumise tähtsus inimese tervisele on väga suur. Ühiskonnale on seda kasulik, mida iseseisvamad, teovõimelisemad ja tervemad on nende liikmed (Juhtkoera kasulikkus 2014).

Abikoer on liikumispuudega inimeste rehabilitatsioonivahend. Koeri kasutatakse inimese abistamise eesmärkidel ka laialdasemalt. Selleks, et puudega inimene sõltuks võimalikult vähe teistest, oleks võimalikult iseseisev ja tunneks sellest rõõmu, treenitakse lisaks pimedate juhtkoertele välja ka kuulmiskoeri kurtidele, ning abikoeri liikumispuudega inimestele (Kes on abikoer 2014).

Abikoera peamine eesmärk on erivajadusega inimese turvalisus igapäevastes tegemistes. Lisaks on koeraga suhtlemine on kasulik abivajaja arengule. Abikoer ei ole agressiivse ja ettearvamatu käitumisega koer, vaid kasvatatud abivajajaga teraapiliseks koostööks, partneriks (Antsov 2009). Abistatavate inimeste hulka kuuluvad näiteks ratastooli abil liikuvad inimesed, autistid, kuulmis- ja nägemispuudega inimesed. Koeri

on võimalik treenida ka liitpuudega isiku abistamiseks. Põhiliseks eesmärgiks on luua inimesele turvalisem keskkond pakkudes samas ka emotsionaalset tuge ja paremat elukvaliteeti. Iga koer õpetatakse täitma konkreetseid ülesandeid lähtuvalt tema peremehe vajadustest (Abikoerad 2014).

Abikoertena võivad töötada erinevad tõud ja ka segaverelised koerad. Olulisem on koera temperamendi ja iseloomu sobivus antud ametiks. Algtreeningu käigus õpetatakse üldist suhtlemist ja käitumist erinevates olukordades ja keskkondades ning õpetatakse selgeks põhilised käsklused. Edasise treeningu käigus õpetatakse koerale juba spetsiifilisi käskluseid, nende seas kuni 40 erinevat käsklust lähtuvalt tema tulevase omaniku vajadustest. Pärast treeningute läbimist peab abikoer minema uue omaniku juurde ja jääb sinna elama kogu tegevteenistuse ajaks (Abikoerad 2014).

Järgnevalt mõned näited võimalikest ratastooli abil liikuva inimese abikoera ülesannetest (Abikoerad 2014):

- uste avamine ja sulgemine;
- ratastooli omanikuni toomine, kui see ei ole käeulatuses;
- ratastooli lükkamine;
- abistamine ratastooliga liikumisel ruumis, takistuste vältimine;
- abistamine äärekividest, järsematest tõusudest ratastooliga üles saamisel;
- aitamine treppidest ülesminemisel;
- riietumisel abistamine, näiteks koer tirib ära sokid, kindad või aitab tõmmata lukku lahti;
- abistamine poeskäimisel;
- füüsiliseks toeks olemine;
- abikutsumine, õnnetusest nagu näiteks kukkumisest jms teatamine;
- lülitite vajutamine;
- asjade kandmine;
- abistamine pesu pesumasinasse panemisel ja väljavõtmisel;
- telefoni ja muude esemete toomine.



Juhtkoerad ja abikoerad on mõlemad erivajadustega inimestele abilisteks, kes aitavad neid igapäevases elus erinevates tegevustes. Juhtkoera ülesanne on aidata abivajajal liikuda väljaspool kodu ning abikoera ülesanded on aidata nii kodus kui ka väljaspool seda. Mõlemad koerad on inimesele lisaks ka partneriks ja seltsiliseks, kellega koos olemine muudab inimest aktiivsemaks ja rõõmsameelsemaks.

## **2. UURIMUS KOERTE KASUTAMISE VÕIMALUSTEST JA MÕJUST SOTSIAALTÖÖ JA REHABILITATSIOONI VALDKONNAS**

### **2.1. Uurimuse eesmärk ja uurimisküsimused, andmekogumismeetod, valim, läbiviimine**

Koerte kaasamine sotsiaaltöös ja rehabilitatsioonis on paljudes riikides laialt levinud. Nende abil saab tõsta inimeste elukvaliteeti, parandades inimeste oskuseid nii suhtlemisel kui ka igapäevastes tegevustes ning koerad aitavad parandada ka inimeste tervist, sest koertega koos olemine vähendab inimeste stressitaset ja sellega paraneb inimeste heaolu.

Antud uurimuse eesmärk on saada ülevaade, milline on inimeste heaolu parandamise eesmärgil koerte kaasamise hetkeseis Eestis sotsiaaltöö ja rehabilitatsiooni valdkonnas, ning mida võiks teha, et seda edendada, samuti millise sihtgrupi jaoks on erinevate koerte kaasamine mõeldud ning millist mõju koerte kasutamine inimestele avaldab.

Käesolevas töös otsitakse eesmärgi täitmiseks vastuseid järgmistele uurimisküsimustele:

- Millistele sihtgruppide tegevustesse on teraapia-, õppimis- ja tegevuskoerad mõeldud spetsialistide arvates?
- Milline on koerte kaasamise hetkeseis Eestis?
- Millist mõju koerad avaldavad inimestele?
- Mis on koera kaasamise eelised?
- Mida võiks teha paremini, et edendada koerte kaasamisi ja tegevusi inimeste heaolu edendamise jaoks?

Uurimuse valimisse kuuluvad seitse inimest, kes kaasavad koeri tegevustesse, mille laiem eesmärk on parandada teiste inimeste elukvaliteeti. Nende seas on nii teraapiakoera, õppimiskoeri kui ka tegevuskoeri kaasavad inimesed. Koeri kaasatavate tegevuste läbiviimise staaž on kõigil respondentidel erinev, ulatudes viiest kuust kuni kolme aastani. Uurimuses osalenud respondendid valiti selle järgi, kelle tegutsemise kohta võis leida informatsiooni ja kelle kontakte võis leida Internetist või tutvuste kaudu. Internetist leidis töö autor informatsiooni kahelt kodulehelt, millest üks oli koertekooli leht, kus oli välja toodud ka lugemiskoerad ning teine koduleht kuulus MTÜ-le, mille tegevusalaks oli looduse ja inimese tegevuse ühendamine ning loomaterapia. Autor kontakteerus mõlemalt lehelt saadud kontaktidega ning selle kaudu sai esimesed respondendid ning lisaks veel juurde informatsiooni inimestest, kes koertega tegevusi läbi viivad, et nendega ühendust võtta. Autor sai respondentide soovitusi ka enda tutvuste kaudu ning võttis nende inimestega ühendust. Lõpliku valimini jõudmiseks sai otsustavaks inimeste kogemuste staaž koeri kaasatavatel tegevustel.

Käesoleva töö uurimuses koguti andmeid kvalitatiivse uurimismeetodi abil. Kvalitatiivne uurimismeetod on lähenemisviis, mille eesmärgiks on saavutada sügavam ja parem arusaam inimese või grupi kogemusest. (Hunt 2014)

Andmekogumismeetodina kasutas autor poolstruktureeritud intervjuusid ning kirjalikku vastamist intervjuu küsimustele. Poolstruktureeritud intervjuus ei paku intervjuerijale huvi mitte inimesed ise, vaid nende eksperthinnang millelegi ning need inimesed on uuringusse kaasatud kui teatud rühma esindajad (Laherand 2008: 199). Töö autor võttis ise inimestega ühendust ja leppis intervjuude tegemiseks kokku aja ja koha. Neli intervjuud toimusid eelnevalt kokkulepitud silmast-silma kohtumisel, kuid kolm intervjuueeritavat soovisid intervjuu küsimustele vastata kirjalikult. Keskmine intervjuu pikkus oli 66 minutit, kõige pikem intervjuu 90 minutit ning kõige lühem intervjuu 47 minutit. Intervjuud viidi läbi ajavahemikus 27.03 - 22.04.2014.

Transkribeerimiseks ehk litereerimiseks nimetatakse salvestatud intervjuu muutmist tekstiks ehk sellele kirjaliku kuju andmist (Laherand 2008: 279). Pärast intervjuude salvestamist transkribeeris autor salvestatud intervjuud Microsoft Wordi.

Intervjuud viidi läbi lõputöö autori poolt koostatud intervjuu kava alusel. Intervjuu kavas olevad avatud küsimused jagunesid neljaks teemaks: sihtgrupp ja tegevused, koerte mõju ja eripära, koerte kaasamise korraldus, koerte kasutamise edendamine ja tulevik, mida peale intervjuude tegemist hakkas autor analüüsima ning uurimuse osas esitama. Analüüsimise protsessis koondas autor ühe teemaga seonduva informatsiooni kõikidest intervjuudest kokku ning seejärel valis välja kõige olulisema ning esitas selle vastava teema alla uurimistulemustes.

Uurimuses on tulemused välja toodud mitteeristavalt respondentide koerte tegevusala suhtes, sest Eestis on nende inimeste arv, kes kasutavad teraapia-, õppimis- ja tegevuskoeri, on hetkel piiratud. Uurimistulemused on esitatud koos autori tõlgendustega. Intervjuudest ja küsimustikest välja toodud respondentide tsitaadid on esitatud kursiivkirjas jutumärkide vahel. Tsitaadist välja jäetud laused või sõnad on tähistatud märgiga /.../. Välja jäeti sõnad või laused selleks, et anda tsitaadi mõtet lühidalt edasi või ei olnud need intervjuu küsimusega otseselt seotud. Tsitaatide järel on sulgudes respondenti tähistav kood. Näiteks (R 1) näitab, et vastav tsitaat pärineb esimeselt respondendilt.

## **2.2. Uurimisandmete analüüs ja uurimistulemused**

### **2.2.1. Sihtgrupp ja tegevused**

Uurimuses taheti teada, millise sihtgrupi abistamiseks Eestis kasutatakse teraapia-, õppimis- ja tegevuskoeri. Oluline tähelepanek on see, et kui tahetakse inimese abistamiseks kasutada koera, siis enne koostöö alustamist peab teadma, et sellele inimesele koerad meeldivad ning sellisel juhul võib sihtgrupp olla suur.

*„On üks ühine nimetaja mis kehtib absoluutselt, et kelle juurde ma selle koeraga lähen, on see, et sellele inimesele peavad meeldima koerad. Lapsed, vanurid, täiskasvanud, vahet pole, mis häire neil on, või niisama külustus, neile peavad meeldima koerad.“* (R 1)

*„See sihtrühm võib olla väga äärmuslik, ehk nii terved inimesed kui ka erivajadusega inimesed, kõik oleneb sellest, mis eesmärgil kohtumisi teha, et kas motiveerida, õpetada midagi, tuju parandada või mida iganes veel, aga võimalusi on tohutult palju.“ (R 7)*

Selgus, et nii teraapiakoera, lugemiskoerte kui ka külastuskoerte kõige populaarsemaks sihtgrupiks on hetkel lapsed, kellel võivad olla erinevad probleemid või põhjused, miks koera nende abistamiseks kaasatakse.

*„Lapsed on hästi suur sihtrühm sellele valdkonnale...“ (R 1)*

*„Lugemiskustega lapsed ja noorukid, motivatsiooni puudusega lapsed ja noorukid, vaimse või füüsilise puudega lapsed...“ (R 5)*

*„...kindlasti lapsed, aga lapsed jagunevad ka erinevalt, et on erivajadusega lapsed, puudega lapsed, traumatöö, leinalaager. Praegu ma tean, et autistidega käivitatakse ühte projekti ja autistidega kasutatakse hästi palju. / ... / Samuti lastekodudes käiakse...“ (R 3)*

*„See on keskendumiskustega lastele, need, kes on sotsiaalselt kuidagi passiivsed, kellel on madal enesehinnang või lastele, kellel on kummalised pinged, et on kõhuvalu, peavalu, millest ei saa arstid aru ja siis me oleme erinevaid harjutusi teinud...“ (R3)*

Lisaks lastele on Eestis üheks sihtgrupiks ka eakad inimesed, kes elavad hooldekodudes.

*„...aga osad on teinud külastusi ka vanadekodudesse, et nad harjavad, jalutavad koeraga, paitavad niisama, räägivad lugusid oma noorusest ja oma koertest, et tekib selline soe ja inimlik kontakt.“ (R 3)*

*„Koer on sõber ja neid külastusi vanadekodus tehakse, sest paljud on üksi ja suremas ning neil ei ole mitte kedagi, kes vaatamas käib.“ (R 2)*

Lugemiskoerte kohta toodi välja, et peamine põhjus, miks neid kasutatakse on see, et lapsed kardavad täiskasvanutele lugeda või klassi ees esineda.

*„Lugemiskoer on mõeldud eelkõige lastele, kellel esinevad raskused lugemisega. Mõni laps kiirustab liialt lugedes ja teeb seetõttu vigu, mõni laps veerib väga, tihti on aga laps väga häbelik ja loeb väga vaikselt ehk ei julge lugeda, esineda, vastata koolis.“ (R 6)*

Respondentide tööalased tegevused ja kogemused koerte kaasamisel olid erinevad. Üks intervjuueeritavatest tegeles koerateraapiaga. Oma teraapiatöös on ta kasutanud koera abi näiteks nõustamises, leinatöös, koolikiusamise probleemide lahendamises, motivatsioonipuuduses. Tema arvates oleneb teraapia tegevuste ulatus spetsialisti enda loovusest ja mõtteviisidest.

*„Viimased pool aastat olen ma aktiivselt hakanud oma nõustamistöös seda kasutama... /.../ ...tegime ühe lapsega leinatööd, et annan talle selliseid lõpetamata lauseid surma ja matustega seoses, tal oli vanem ära surnud, teine variant on see, et ta võtab koera seljakotist neid. See tegelikult on väga erinev, et kas võtan inimeselt või saan neid loomalt ja see on kuidagi pingevabam. /.../ ...see kõik oleneb enda mõtteviisist, et kuidas ma integreerin selle looma oma töösse ja see on ikkagi see, et spetsialist integreerib oma põhitöösse selle looma. Me õpime erinevaid teraapiaid ja meetodikaid, et on olemas pereteraapia, kes hakkab seda kasutama oma töös, kellel on koerateraapia, paneb selle oma töösse sisse /.../ See on puhas loovus, et ise peab kogu aeg mõtlema, et kuidas pidi ma saan seda kasutada.“ (R 2)*

Respondendid kasutasid ka õppimiskoerte abi. Mõned tegid koeraga väärtuskasvatust, distsipliini, keskendumise ja kommunikatiivsete oskuste õppimist. Samuti on väga populaarne lugemiskoertega raamatukogudes käimine, et õpetada ja motiveerida lapsi lugema.

*„Täiesti tavalised lapsed /.../ koolis lihtsalt õpivad seda läbi koera – õpivad distsipliini, õpivad rahulikult paigal olema. /.../ kellel ongi võib-olla natuke keskendumisraskust, siis ta peabki oma korda ootama ja koer ongi motivaatoriks. /.../ on ka teatud harjutused, mis me teeme läbi trikitamise, et viskab koerale maiust ja siis ta keskendub. Selles viskamises on mitu asja, mis see arendab – mootorika, täpsus ja keskendumine. Sa pead keskenduma, sest sa pead koera poole suutma visata, sest muidu ta ei saa kätte isegi kui*

*ta on õpetatud püüdma, selgelt ennast väljendama, sest sa pead kõigepealt koeraga kontakti saama enne kui sa hakkad viskama midagi. Kommunikatiivsete oskuste arendamine, täpsus, keskendumine, motoorika, distsipliin kõik ühes lihtsas harjutuses... /.../ Samamoodi lasteprogrammidega, et me küll õpetame varjatud asju lastele, keskendumised ja koeraga käitumise abc, et mitte saada hammustada. Sa pead neile ütlema, et sabast sikutada ei tohi, aga mida sa tohid teha. Kui sa näitad õige tegevuse, siis ta hakkabki seda tegema ja õigemini.“ (R 1)*

*„...ma käin tundides ja see on väärtuskasvatus, kuna ma ise olen ka väärtuskoolitaja ka. Oleme ka keeletundides kasutanud, et ta oleks interaktiivne, koolitunnid oleksid huvitavad ja rohkem emotsioone, et asjad paremini meelde jääks /.../ ...näiteks lendava taldriku harjutamine, kus on vaja keskendumist ja tähelepanu harjutada. Koer lihtsalt püüab taldrikut, aga aktiivsus-tähelepanuhäirega lapsed tavaliselt lihtsalt viskavad suvaliselt, aga koer ei saa siis taldrikut kätte ning fookuse saamiseks ja keskendumiseks peab laps pingutama.“ (R 2)*

*„Lasteaedades käime me põhimõtteliselt õpetamas lapsi, et mis moodi koertega suhelda, kuidas võõra koeraga tuttavaks saada, vahepeal loeme raamatut, seletan, miks koeral saba on ja mis ta sellega teeb, miks koera ei tohi kallistada /.../ ...õpetame lastele viipekeelt koos koeraga. Siin tuleb väärtuskoolitus juurde, et me õpetame lastele, et inimesi on erinevaid ja inimesed, kes ei kuule on sama normaalsed, aga me teeme seda läbi koera.“ (R 3)*

*„Praegu aktiivselt Tartu O.Lutsu nimelises raamatukogus lastega lugemas 2- 3 korda kuus kolmapäeviti.“ (R 4)*

*„...lugemistundide koordineerimine ja läbiviimine raamatukogudes, lasteaedades ja koolides.“ (R 5)*

Kolmandana kaasatakse koeri tegevustesse, et pakkuda inimestele rõõmu, seltsi, sotsiaalset ja füüsilist kontakti. Tegevuskoertega käiakse külastamas näiteks haiglaid, lasteaedasiid ja erivajadusega inimesi.

*„Autistide puhul praktiseeritakse palju ka füüsilist kontakti, et ta suhtleb selle koeraga ja kui palju ta hakkab siis selle väliskeskkonnaga kontakti võtma.“ (R 1)*

*„Külaliskoer võib käia näiteks haiglas, nagu meie käime. Selle küllastuse eesmärgid on väga erinevad, aga selle põhimõte on see, et hea sünnib inimese ja koera kokkupuutest, ilma, et seal oleks eraldi mingisuguseid eesmärke. Lastehaigla onkoloogia osakonnas käin ma sisuliselt ainult rõõmu toomas, see, et lastel on seal igav, nad on üksinda ja ma käin nendega tegelemas.“ (R 3)*

*„Olen küllastanud mitmeid lasteasutusi tutvustamaks siis koerapidamiskultuuri ja koeratõuge. Rääkinud koerte ja laste suhetest ning alati on nendele siis järgnenud nõu paivoor, kus lapsed saavad koeri katsuda ja silitada.“ (R 5)*

### **2.2.2. Koerte mõju ja eripära**

Kõik intervjuudes osalejad kinnitasid koerte kaasamise positiivset mõju. Koerad on olulised ennetustöö tegijaid, sest nad saavad õpetada lastele iseseisvaks toimetulekuks olulisi asju. Emotsionaalset muutust ja kasutegurit olid märganud kõik uurimuses osalenud inimesed. Kõige enam nimetati, et koerad toovad rahutunde, pakuvad rõõmu, vähendavad pingeid ning parandavad empaatiavõimet. Tagasiside on saadud enamasti saadud lastevanematelt, kuid muutusi on märganud ka respondendid ise.

*„Hirm, ärevus, mälu blokk, loom on seal selle jaoks, et ta maandab neid pingeid.“ (R 1)*

*„Kui loomaga kontakt on inimesel olemas ja talle meeldivad loomad, siis mina olen palju näinud sellist taaskohtumise rõõmu. Kui laste puhul vaadata, siis nad niisama ei viska ennast siia maha pikali, aga koeraga nad võivad seda väga ruttu teha ja rahulikkuse seisundisse sattuda. Ma arvan et ongi rahu, rõõm ja helge olemine. Ka need lapsed, kes on trotsi ja tõrget täis, siis ka neil langevad sellised nii öelda eesriided ära, pinged kaob ja kehalist pinget on ka vähem.“ (R 2)*

*„Haiglas toob koer lapsed välja rutiinist ja pakub rõõmu. Lapsed unustavad oma valu, haiguse ja stressi ja nad lihtsalt on hetkes ja kontaktis loomaga ja tänu sellele rõõmsamad. Terveks me neid kahjuks ei saa ravida, sest nad on vähihaiged, aga*



*kasutegur on ikkagi suur. / ... / See, kuidas see empaatiavõimet kasvatab lastel, kes on vara teismeeas või enne seda veel, see toimub põhimõtteliselt minutitega. Kui seda süstemaatiliselt ja regulaarselt teha, siis see võib anda väga väga hea pikaajalisi tulemusi.“ (R 3)*

*„Ütleks vaid nii, et ka kõige külmema ja kalgima südame oleme suutnud üles sulatada. Emotsioone on alati palju olnud.“ (R 4)*

*„On avaldunud sümpaatsem suhtumine koertes. /.../ Inimesed naeratavad, on rõõmsameelsed.“ (R 5)*

*„Mina leian, et koerad teevad ennetustööd, sest oma kogemuse põhjal võin öelda, et laste puhul näen tulemusi väga kiirelt, nad on empaatiavõimelisemad ja rohkem kontaktsemad, see tuleb neile kindlasti tulevikus kasuks...“ (R 7)*

Koerte kasutamine on parandanud ka sotsiaalseid oskusi ja aktiivsust. Koerad on ühendavaks lüliks inimeste vahel, olles siis ühiseks jututeemaks või aidates suhtlussituatsioonis muuta inimesi julgemaks ja avatumaks.

*„...loomad motiveerivad meid rohkem rääkima. Minu kogemus on see, et nad käivitavad hästi palju lugusid inimeste enda elust, muidu pean mina käivitama, aga osadel juhtudel läheb mul rohkem aega kui koeral. Verbaalne aktiivsus, emotsionaalselt positiivne olek on see muutus, motivatsioon, üleüldine avatus suhtlemise situatsioonis. Ollakse rohkem avatud rääkima ja ennast avama.“ (R 2)*

*„...lapsed, kellel olid koerad, hakkasid õpetama neid, kellel ei olnud koera, et kuidas peaks käituma, et ta ei tee kõike, mida sa tahad ja et teda ei tohi jõuga kiskuda. Lapsed, kellel omal koera ei ole, saavad väga kiiresti aru, et suhtlus on kahepoolne asi, ei ole see, et mina võtan ja sina annad ja nii kogu aeg ongi.“ (R 3)*

Lisaks saavad koerad anda ka eeskuju, kuidas olla viisakas ja see paneb lapsi pingutama. Üks respondent nimetas, et kuna tema koer oskab palju viisakuse žeste näidata, siis see motiveerib lapsi olema sama viisakas või pingutama, et olla tublim kui koer.

*„Hästi palju on sotsiaalsete oskuste õpetamist läbi looma ja eeskuju näitamine ning lastega on arutelud, et kes on viisakam või mis teie oskate viisakusest teha. Minu koer oskab väga hästi kummardada, lehvitada ja käppa anda, siis lapsed näevad kohe, et tegelikult nad jäävad juba koerale alla, et tegelikult peaks pingutama.“ (R 2)*

Lugemiskoerte puhul nimetati kõige rohkem, et koer tõstab laste motivatsiooni, aitab hirmudest üle saada ning paneb neid pingutama. Samuti suhtlevad ja loevad lapsed julgemini ja enesekindlamalt.

*„Lugemiskoer läheb selle education või learning koera alla, et loom on motivaator ja ta aitab selle lapsel õppida / ... / kui laps ei oska lugeda, aga koer on nii suur motivaator, et kui laps ei julge lugeda seal klassi ees, aga koerale ta tuleb ja loeb ja ta saab selle kogemuse, et ma ületasin ennast ja kõik oli hästi / ... / ta saab selle kogemuse, et ta tuleb hirmust välja“ (R 1)*

*„Lugemisel oli esimene poiss /... / kui ta tuli, siis ta ainult veeris, ta enne valmistas ette ja siis ta veeris kokku. Täna ta loeb peaaegu ladusalt ja see on toimunud oktoobrist kuni aprillini, umbes 4-5 korda on ta käinud. / ...ka lugemises ongi see, et stress on maas, ta loeb sõbrale ehk et ta teeb head, mitte ei esita nagu kontrolltööd või ei näita kui hästi ta oskab. See on meeldiv tegevus ja kuna see ei ole hinde peale tegemine, siis ta saab selle edukogemuse, ükskõik kuidas ta loeb, ikka on kõik hästi ja ikka paremini kui eelmine kord ja tänu sellele ta lööbki end sirgu, et mul läheb jube hästi.“ (R 3)*

*„Üks poiss ütles, et talle ei meeldinud üldse kodus lugeda, aga siin on tema lemmik koer kellele ta alati lugemas on. Igaljuhul veerimisest on nüüdseks asi kaugemale jäänud.“ (R 4)*

*„...on kahel lapsel näha julgust suhtlemises ja edasiminekut ka lugemises. Lapsed on enesekindlamad käitumiselt ja sellest tulenevalt ka loevad kõvema häälega ja takerdumisi on vähem. Üks laps kiirustamise asemel märkab oma vigu ja parandab ennast ise.“ (R 6)*

Üldine arvamus koerte eripärast, eelistest ja koostöök sobivatest omadustest oli respondentide seas üksmeelne. Arvati, et koera eelisteks on see, et nad on

hinnanguvabad, rahustavad ja tolerantsed. Toodi välja ka, et on olukordi, kus lapsed tahavad pigem suhelda loomadega, sest nad teavad, et nemad ei käitu ega ütle lapsele halvasti.

*„...number üks koer ei anna hinnanguid. See on see, mis toimib näiteks lugemiskoorte puhul väga hästi. Ta kuulab ilma mingisugust hinnangut andmata. Teine asi on see, et sooja ja pehme karvastiku silitamine füüsiliselt, see rahustab, loom aitab ja toob rahutunde.“ (R 1)*

*„Loomade eripära on see, et nad on hinnanguvabad, neil ei ole meile mingeid ootusi. /.../ Loomad on tolerantsemad meie suhtes, see põhiline ongi selline hinnanguvaba olemine. Kui ma laste puhul vaatan, siis on ikka lapsi, kes ei usalda inimesi, ei lapsi ega täiskasvanuid, aga loomadega nad saavad suurepäraselt läbi. Loomadega haiget saamist on palju vähem kui inimesega haiget saamisi, selles suhtes et kui keegi on halvasti öelnud, halvasti käitunud minuga.“ (R 2)*

*„Vanainimesega on /.../ sama asi, et teised vaatavad natuke ülevalt alla ja ta on üks ja see koer, kes ei anna mingeid hinnanguid, see on see, mis toimib.“ (R 3)*

*„Koertel ei ole eelarvamust mitte kellegi kohta, nad suhtuvad igasse inimesse hästi ja hinnangut andmata, nende jaoks ei ole vahet, kas sa oled puudega või mitte...“ (R 7)*

Veel leidsid respondendid, et koerad sisendavad turvatunnet ja nendelt on võimalik kiirelt tagasisidet saada. Nimetati ka, et koeri on lihtne kaasata, kuna nad ei vaja palju eritingimusi.

*„Koer sisendab turvatunnet, maandab pingeid ja toetab last emotsionaalselt. Koeraga koos tunneb laps ennast turvaliselt.“ (R 5)*

*„...kaasatakse paljusid loomi alates delfiinidest kuni hobusteni. Koer ei vaja nii palju eritingimusi ja teda on seetõttu lihtne kaasata. Koeralt saab laps ka ise tagasisidet, sest on tavaline, et me oskame lugeda teineteise kehakeelt.“ (R 6)*

*„Koeraga koos on hea olla, temaga tunnevad tihti lapsed ennast turvaliselt.“ (R 7)*

Koeri on väga erinevaid ja mitmed nendest sobivad erinevateks tegevusteks, kuid siiski kõik nendest ei sobi teiste inimeste elukvaliteedi parandamiseks või nendega koostöök. Respondendid nimetasid, et koer ei tohi olla agressiivne, närviline ega ettearvamatu käitumisega.

*„Peaaegu enamuse koertega saab midagi teha. See, mis ei sobi, see on üsna kitsas ja see on number üks on agressiivsus, kui koer on mingilgi moel agressiivne, inimeste vastu või mingites situatsioonides, mis võivad tekkida teraapiaseansil või külastuskäigul, siis ta ei sobi. Ja teine on tohutu hirm, kui koer kardab.“ (R 1)*

*„Loeb koera temperament, et ta peab olema hästi tasakaalustatud närvisüsteemiga ja ei tohi olla närviline ega rahutu või ettearvamatu käitumisega...“ (R 2)*

Olenevalt inimesest, kellega koos töötatakse, sobivad koostöök erinevad koerad. Mõnele inimesele meeldivad väikesed koerad, teisele aga suured koerad ja vahel kui võimalik tuleks uurida inimeste kogemusi ja isiklikku arvamust koerte suhtes. Siiski peab tegevusse kaasatud koer kuulama juhi sõna, olema sõbralik, rahulik, vahel aktiivsem aga mitte üleliia mänguhimuline.

*„Mõni laps kardab suuri koeri, aga väikseid ei kardata ja väikesed väga meeldivad, sama võib olla ka värviga ja lapse isiklike kogemustega ja isikliku maitsega, kellele mis koerad meeldivad. Kui sa tead, mis koer lapsele meeldib, siis kasuta seda koera /.../ Varem oli arvamus, et koer peab olema hästi uimane ja ülimalt käsku täitma ning olema nagu robot, vaid kõik oleneb sellest, mida teha. Aga koer peab olema kontrolli all ja kuulama omaniku sõna.“ (R 1)*

*„Näiteks leinalaagris paljudele poistele, kui on näiteks teismeline, kes on kapseldunud ja kes ei taha nunnude koertega suhelda, siis tal on ikka väga äge selle suure dogiga suhelda. Kui sa tunned ära, et koer on hea ja inimesele orienteeritud, siis see on kõige suurem pluss.“ (R 3)*

*„Koer peab olema rahulik ja stabiilse närvisüsteemiga. Liiga noored koerad on mänguhimulised ja see ei sobi. Samuti ei sobi liiga sõbralikud koerad, kes ei jäta last*

*rahule, limpsivad ja kutsuvad mängule. Ma pole kuulnud, et mõni tõug konkreetselt ei sobi /.../ See sõltub ikka rohkem koera isikuomadustest.“ (R 6)*

*„Koer peab olema sõbralik, rahulik, hästi sotsiaalne, ei tohiks olla arg. Tõug ei ole minu arvates määrav, kui koer suudab keskenduda tööle mis talle antud on. Vanus ja kogemused tulevad alati kasuks.“ (R 4)*

*„Eelduseks on ikkagi sõbralik, suhtleja koer, kellele meeldib inimestega olla.“ (R 7)*

### **2.2.3. Koerte kaasamise korraldus**

Koera ülesanded tegevuste ajal on erinevad, olenevalt sellest, millises tegevuses koera kasutatakse ja millise inimesega, sest mõni tahab koeraga rohkem kontakti, kuid on ka neid, kes tahavad seda vähem. Teraapia ja õppimisprotsessidega tegelev respondent vastas, et koera ülesanne on luua pingevaba keskkond ja olla lapsega kontaktne.

*„Põhiülesanne on luua pingevaba õhkkond, teine asi on see, et ta saab näidata eeskju erinevates tegevustes, siis pakkuda füüsilist kontakti. On lapsi, kes tunnevad füüsilise kontakti vajadust, et ükski psühholoog ega sotsiaaltöötaja ei võta lapsi sülle ja meie seda pakkuda ei saa, aga loom saab seda pakkuda ja koos lapsega pörandal või patjadel lebada. Füüsilise kontakti pakkumine, emotsionaalse, sellese vaba ja rõõmsa keskkonna pakkumine.“ (R 2)*

Lugemiskoerte puhul on oluline, et koer oleks rahulikult ja lamaks ning lubaks ennast silitada. Koer ei tohiks olla liialt pealetükkiv, kuid mõningane füüsiline kontakt on sobiv. Üks respondent tõi näite tüdrukust, kellele koer toetas oma käpa tema jala vastu ning see pani tüdruku veel aktiivsemalt edasi lugema. Leiti, et lapsed on erinevad ja sellest olenevalt tuleb jälgida, kas laps soovib koeraga kontakti või mitte.

*„Lugemiskoera puhul on see loomulik protsess, et see koer lihtsalt on seal, ainuke asi, mida koer ei tohi teha, on ära minna, aga see kui ta vahel ninaga natuke kontakti võtab, see on lubatud, aga samuti oleneb kõik ka lapsest. /.../ ...koer pani poole lugemise ajalt oma käpa tema jala vastu, tüdruk vaatas korra ja luges veel usinamalt edasi. Peab*

*nägema seda koera ja last ning tema reaktsiooni, mõni tahab kontakti, mõni ei taha, et see on väga erinev.“ (R 1)*

*„Lugemiskoeral ja tegevuskoeral ei ole mingeid selliseid erinevusi, aga rahulikult lamamine tuleb kõigile kasuks. See on üks põhiline, sest näiteks haiglas me ei saa seal joosta ja eeldus on see, et koer seal enamus ajast istub või lamab.“ (R 3)*

*„Lugemas koos lastega on põhiline kuulamine , rahulikult lamamine.“ (R 4)*

*„Rahulikult paigal lebada ja kuulata laste lugemist, lubada ennast silitada.“ (R 5)*

*„Olla ajal, millal laps loeb rahulik ja paigal, samas tervitusel ja lahkumisel suhelda, vajadusel luua ise kontakt aga mitte pealetükkivalt.“ (R 6)*

On väga oluline tagada nii inimeste kui ka koerte heaolu nende koostööl. Selles teemas toodi välja, et paljudel inimestel on erinev arusaam nii koera kui ka inimese heaolust ning hetkel ei ole ühtset organisatsiooni või seadust, mis seda määratleks. Koerajuht peab oskama lugeda oma koera kehakeelt, et ennetada õnnetusi ning samuti peaks enne seansse teadma, et inimestel ei oleks koera karvade vastu allergiat.

*„...inimestel võib olla erinev arvamus koera ja inimese heaolust. Hetkel ei ole meil ühtset organisatsiooni või seadust, mis ütleb, et milline peab olema koer, millise ettevalmistusega ja millised katsed läbinud, et ta sobiks ja kõik oleks turvaline nii koera kui ka inimeste jaoks. Kuna me paneme kokku looma psüühika ja inimese psüühika, aga mõlema heaolu peaks olema tagatud, aga tihti on koera-inimene see, kes teab koera heaolust palju aga inimese omast mitte ja teistpidi, et inimese tervise spetsialist ei tea koera heaolust midagi.“ (R 1)*

*„Kindlasti tuleks teada anda, kui mõnel patsiendil esineb karva allergia. Koera heaolu eest vastutab tema omanik ja juht.“ (R 4)*

*„Koerajuht peab oskama väga täpselt lugeda oma koera kehakeelt, et ennetada võimalikke ebameeldivaid situatsioone, mis võiksid tekkida eriti kui tegu on vaimupuudega või käitumiskustega lastega, kes võivad mõnikord ettearvamatult tegutseda.“ (R 5)*

Allikad, mille kaudu on võimalik koerte kasutamise kohta informatsiooni saada on hetkel sotsiaalmeedia ja koduleht Internetis, kuid seni on informatsioon kõige enam levinud tutvuste kaudu.

*„Meil ei olegi ühtset organisatsiooni või kodulehte, kus asjahuvilised oleks koondunud, et täna on see levinud tutvuste kaudu info jagamisel. Minu kodulehel on kirjas, et ma pakun seda, aga tihti on see lihtsalt jutu käigus välja tulnud, et selline võimalus on.“* (R 1)

*„Praegu me teistega omavahel üritame tekitada sellise rakukese, mille abil me vahendame infot ja selle baasil alles tekib Eestisse selline rakuke, kes omakorda koolitab ja aitab nendel uutel raamatukogudel ja koertel väljaõpet saada, täiendust...“* (R 3)

*„Facebook`i Lugemiskoerte lehelt...“* (R 4)

Rahastamise poole pealt ütlesid kõik vastajad, et hetkel tehakse koertega tööd tasuta ja enamik arvasid, et nii võiks see jäädagi, kuid tasutud võiksid olla koolitus- ja transpordikulud. Arvati, et on oluline, et inimesed teeksid seda vabast tahtest ja ei koormaks ennast ega koera tööga üle, sest juhul, kui seda tööd hakatakse tasustama, võivad tekkida turule ka inimesed, kes seda tööd teevad ainult raha saamise eesmärgil. Siiski peeti oluliseks, et kui spetsialistid teevad seda oma igapäevases töös, võiks see olla tasutud. Hetkel tasutakse sõidukulud siis, kui

*„Hetkel on see tasuta töö /.../ Tulevikus ma näen, et see võiks olla tasuline, sest see töö, et välja koolitada enda koer ja harida ennast, see on suur töö. Kui inimene teeb midagi tasuta, sisetunde jaoks, siis mõne spetsialisti puhul võib tekkida olukord, kus tal on rahakriis ja peab hakkama muud tööd tegema, kuid sellega kaotatakse hea spetsialist. Kui inimene saab selle eest palka, siis peaks tõusma ka tema vastutustunne, et ta peab olema tasemel ning lisaks võiks olla ka sisemine motivatsioon. /.../. Mina näen, et see ei tohiks olla tasuta töö.“* (R 1)

*„Ma arvan, et näiteks külaliskoer ei tohiks olla tasustatud. Selleks on kaks põhjust, et üks on see, et nii kui on raha, siis tekib inimesi, kes tulevad ainult raha pärast, kellel*

*puuduvad igasugused eeldused ja seda tegelikult ei ole võimalik keelata. Teiseks on see sama, et see on ikkagi aitamine, selle põhimõte on tegelikult vabatahtlikkus ja kolmas asi on see, et kui sa teed midagi töö ja raha pärast, siis on oht, et sa koormad oma koera üle ja see oht on liiga suur /.../ Kui psühholoog või terapeut teevad oma tööd koos koeraga, siis see ongi töö ja siis selle eest saadakse palka.“ (R 3)*

*„Kuna asi on veel väga algusjärgus, siis teeme seda praegu tasuta ja suurel määral oma initsiatiivil ning vabast tahtest. Kui on kutseid kaugemalt, siis sõidukulud kompenseeritakse.“ (R 4)*

*„Olen kuulnud, et see rahastamise teema on riikides erinev. Kui seda rahastada, siis pigem nii, et kui mõni terapeut või sotsiaaltöötaja või mõni teine erialaspetsialist kaasab koera oma töösse, et tema abil jõuda paremate tulemusteni, siis on see loomulik, et inimene saab selle eest palka. Arvan, et kui teha seda vabatahtlikult, siis rahastust vajavad ainult mõned kulud, näiteks transpordikulu...“ (R 7)*

Koerte kaasamisel tuleb ette ka probleeme, näiteks jääb puudu mitmetest teadmistest nii erinevate harjutuste välja töötamiseks kui ka koolitustest. Samuti on probleemiks ka see, et ühiskonnas on koerte kohta halb eelarvamus ja seetõttu on koertele paljudesse kohtadesse piiratud ligipääs. Veel toodi probleemina välja, et hetkel puudub Eestis võimalus teha koertele iseloomu teste ja koolitusi.

*„Ei teata veel, et milline koer mille jaoks sobib ja mis moodi välja töötada erinevaid harjutusi, et kõike ei saa alati raamatu järgi teha ning tuleks olla loominguiline, aga selle jaoks peab tundma inimest, et mille järgi ta õpib ja toimib ja kuidas see koerale mõjub ja milliseid harjutusi saaks teha koeraga.“ (R 1)*

*„Paljudesse kohtadesse on ligipääs keelatud. /.../ ...puudus on ka koolitustest ja iseloomu testide tegemise võimalustest.“ (R 4)*

*„Pigem on probleemiks koerajuhtide ajanappus. Kuid mingil määral mängib ikkagi oma rolli ka ühiskonnas kujunenud eelarvamusel koerte suhtes, kuna meedia kujutab neid ikkagi enamuses murdjatena.“ (R 5)*



#### 2.2.4. Koerte kasutamise edendamine ja tulevik

Koerte kaasamise edendamise kohta toodi Peamisena välja, et edendada koerte kasutamise võimalusi tulevikus, peaks reklaamima ja informatsiooni levitama ning seda õigel viisil, et inimesed saaksid teada, miks ja kellele on erinevate koerte kasutamine mõeldud. Tähtis on ka see, et inimestele ei tekiks valet arusaama, et tegevustesse sobivad kõik koerad, vaid oluline on siiski see, igale tegevusele tuleb leida sobiv koer. Nimetati ka koerte tolereerimist erinevates asutustes ja inimestele positiivse suhtumise ja hoiakute kujundamist.

*„Võiks olla keskne koduleht, kus on kirjutatud, et mis see on, mis selle eesmärk ja kasu on, mis on selle plussid, siis teaksid inimesed ka rohkem küsida. /.../ Õigel viisil info levik ja suhtumise muutmine, et loomad käivad siseruumis või keskkonnas nagu kool, lasteaed, haigla, vanadekodu, et see on sobilik. /.../ Sõnad ja info, mida edastatakse, peab olema läbimõeldud ja selge, et inimestel ei tekiks valet kuvandit, et mis asi ikkagi on ja iga koer sobib, aga kõik sõbralikud koerad tegelikult ikkagi ei sobi, vaid oleneb mida tehakse.“ (R 1)*

*„Kõigepealt reklaam, informatsioon, tutvustused erinevates maakondades, siis hakkavad ka asjad edasi liikuma. Näha igaljuhul on, et huvi... /.../ ...on suur.“ (R 4)*

*„Töötavate koerte tolereerimine avalikes kohtades...“ (R 5)*

*„Sellele peab ühelt poolt eelnema teavitamine ja selgitustegevus inimestele, kes seda vajavad ja organisatsioonidele kes nende abivajajatega tegelevad...“ (R 6)*

*„Palju tuleks teha enne selgitustööd, et inimesed oleksid teadlikumad ja vastuvõtlikumad. Arvan, et igasugune positiivsete kogemuste jagamine ja suhtlemine meediaga on siin päris olulised...“ (R 7)*

Ühe olulise tegevusena nimetati koerte koolitamist. See tagaks inimestele kindlama turvalisuse ja hoiaks negatiivsete kogemuste ja suhtumiste tekkimise võimalikult madalana. Samuti on see oluline, et pakkuda kvaliteetsemaid teenuseid.

*„Kõige alus on see, et peab hakkama koolitama, vastasel juhul tekib tohutult palju neid inimesi, kes mõtlevad et hakkavad ka teenust osutama, et tal on tore koer ja tahaks ka midagi teha, aga nii saab tegelikult ühest juhtumist, kus keegi kedagi hammustab, saab nii palju halba teha siis.“ (R 3)*

*„Kindlasti peaks koer läbima vastava kooli ja tegema eksamid, et olla sertifitseeritud...“ (R 4)*

*„...on tarvis, et need koerad oleks atesteeritud ehk läbinud koolituse eksamiga, samuti koerajuhid, andes seeläbi abivajajatele garantii, et koerte ja koerajuhtide poolt tehtav tegevus on korrektne.“ (R 6)*

Koerte kasutamise tuleviku kohta on Eestis tehtud mitmeid plaane. Plaanis käivitada koerateraapia projekte laste ja noorte jaoks, milles tahetakse abistada autiste ja toitumishäiretega inimesi. Töötatakse selle nimel, et seda teraapiat üha enam Eestis edasi arendada, kuid oluline on saada projektidele rahastust.

*„Hetkel on üks projekt poolik, me ei tea, kas rahastust saame, see on läbi selle ühingu autistidega ja seal on spetsialistid oma nõusolekud andnud, et nad tulevad sinna projekti ja konkreetse lapse puhul tuleb, et mis on tema probleem, mis on vaja arendada, mida üldse koeraga saab arendada.“ (R 1)*

*„Mõned projektid on praegu pooleli ja need käivituvad sügisel, kus lastele tulevadki kümneansised koerateraapiad. Seal ongi see, et püstitatakse eesmärk, et mida me tahame, kas sotsiaalseid oskuseid parandada või kitsamalt suhtlemisoskuseid parandada või tahame last avatumaks ja rõõmsamaks, siis hakkab tegevus pihta ja see sõltub väga palju inimese enda ettevalmistusest / (R 2).*

*„...praegu proovime alustada tööd teismeliste toitumishäiretega. Itaalias ma nägin ja selgitati programmi, kus teismelised anoreksiat põevad tüdrukud pandi kokku varjupaiga koertega ja neist tehti sisuliselt treenerid. Nad võtsid ühe kurva koera ja õpetasid talle elementaarset käitumist ja aitasid ta koju ja tänu sellele nende enesehinnang niivõrd palju tõusis, et saadi selle toel aidata ka selle mina-pildi, mis on kõige alus nende toitumishäirete puhul, teistpidi saada.“ (R 3)*

Koerte kaasamise edendamiseks pakkusid uurimuses osalenud respondendid välja omapoolseid ettepanekuid. Üks respondent pidas tähtsaks, et oleks vaja luua ühing, mis koondaks spetsialiste ja huvilisi enda alla, et see lihtsustaks kogu süsteemi toimimist. Selgus ka see, et sellist organisatsiooni juba hakatakse looma, kuid hetkel see olemas veel ei ole.

*„Kuna ei ole hetkel organisatsiooni, kes vastutaks ja soovitaks või koolitaks ja selle tõttu käib see ainult tänu isiklikule usaldusele /.../ ...ma arvan, et aasta pärast on olemas selline tugev organisatsioon, kus on alaiüksused, et ühed, kes tegelevad rohkem juht- ja abikoertega ja eraldi on need teraapiad ja seal omakorda tekib eelselektioon, et kellele sobivad, kellele on nii hea koer, et ta saaks tõepoolest autistidega tegeleda...“ (R 3)*

Koerte kasutamise kohta rehabilitatsioonis oli respondentide vastus positiivne. Leiti, et koeri võiks rohkem kaasata, sest nende mõju inimesele on väga hea. Oluline on siiski vaadata igat juhtumit eraldi ja mõelda, kas antud patsiendile sobiks koostöö koeraga ja miks võiks see olla efektiivne ning milline oleks koera roll. Samuti oleks oluline teha koostööd erinevate spetsialistidega, et rehabilitatsiooni teenused, millesse on kaasatud koer, oleksid kõrge kvaliteediga ja edukad.

*„Rakendada võiks niipalju kui vaja. Arvuliselt ei saa siin öelda. Igat juhtumit tuleks eraldi vaadata ja selle põhjal otsustada. Kriteeriumid mille alusel otsuseid teha võiks olla, et kas antud patsiendile üldse sobiks loom kui vahend ravis ja miks see võiks olla efektiivsem kui mõni teine meetod, mis on patsiendi diagnoos, millist funktsiooni on vaja arendada, toetada ning kuidas seda saaks koeraga teha.“ (R 1)*

*„Näiteks Hele teeb koostööd kohaliku haigla rehabilitatsiooni keskusega hobuteraapia osas. Tema on psühholoog. Miks mitte vastava haridusega inimesed teeks sama ka koertega... /.../ ... kaasata koeri nii palju kui võimalik.. Oluline oleks koerajuhtidele koostöö eriala spetsialistidega, logopeedidega, psühholoogidega, psühhiaatritega, füsioterapeutidega...“ (R 6)*

*„Arvan, et koertel võiks olla oma roll rehabilitatsioonis. Kogemused on näidanud, et nende abil on suudetud palju head ära teha ja kindlasti võiks olla see siin Eestis suuremalt ette võetud...“ (R 7)*

## 2.4. Arutelu, järeldused ja ettepanekud

Käesoleva töö uurimuse eesmärgiks oli saada ülevaade, milline on inimeste heaolu parandamise eesmärgil koerte kaasamise hetkeseis Eestis sotsiaaltöö ja rehabilitatsiooni valdkonnas, ning mida võiks teha, et seda edendada, samuti millise sihtgrupi jaoks on erinevate koerte kaasamine mõeldud ning millist mõju koerte kasutamine inimestele avaldab.

Uurimuses osalenud respondentide kogemused olid staažilt erinevad ning ulatus paari aastani kuni 5 kuuni. Samuti erinesid ka nende tegevused koerte kaasamisel, kuid igast valdkonnas oli esindaja või mitu esindajat olemas. Eestis on koerte kasutamine inimeste abistamises üldiselt alles uus ja välja kujunemas, välja arvatud juht- ja abikoerte puhul.

Teraapia-, õppimis- ja tegevuskoerad on Eestis tegutsenud paar aastat, kuid välisriikides on neid kasutatud juba mitukümmend aastat. Eriti on nende kasutamine arenenud Ameerika Ühendriikides, kus kaasatakse neid igapäevaselt ja erinevate sihtgruppidega töötamisel.

Eestis on teraapia-, õppimis- ja tegevuskoerte kasutamine kõige enam levinud lastega töötamisel. Laste puhul kasutatakse neid koeri näiteks laste motivatsiooni vähesuse või puuduse korral, vaimse ja füüsilise erivajaduse korral, leinalaagrites, keskendumisraskusega lastega, lugemisprobleemide puhul, lastehaiglas ning ka lastekodudes. Veel käiakse Eestis eakatele mõeldud hooldekodudes ning ka vaimse ja füüsilise erivajadusega täiskasvanute juures.

Väga oluline on teha ennetustööd, et vältida hiljem mitmeid probleeme. Varajane sekkumine aitab parandada või leevendada mõningaid ilmnenud raskusi ja seda eriti laste puhul. Siinkohal on abiks väärtuskasvatus, keskendumisoskus ja distsipliin. Samuti on oluline ka lugemisoskuse varajane õpetamine, et ennetada raskusi koolis. Koera abil on võimalik ka õpetada kommunikatiivseid oskusi, pakkuda sotsiaalset ja füüsilist kontakti, parandada empaatiavõimet, muuta inimeste meeleolu ning ellusuhtumist positiivsemaks. Koera abil on võimalik teha ennetustööd, et tulevikuks kindlustada inimesed, kes on iseseisva toimetulekuga, sotsiaalsed ja edukad inimesed. Kui

ennetustöö on jäänud tegemata või on probleemid suurenenud, saab koera abi kasutada näiteks nõustamises, psühholoogilises ravis ja teraapias. Sellisel juhul tegeleb spetsialist iga inimesega individuaalselt, paika pannakse eesmärgid, tegevused ja mõõdetavad tulemused.

Uurimuses selgus, et kõik uurimuses osalejad on saanud positiivset tagasisidet ja näinud koerte kaasamise positiivset mõju. Koerad tekitavad rahu- ja turvatunde, mis on iga inimese üks olulistest vajadustest. Samuti aitavad koerad maandada pingeid, arendada sotsiaalseid oskusi ja tuua inimesed rutiinist välja. Koerad on ühendavaks lüliks inimeste vahel ning sageli aitavad muuta inimesed julgemaks ja avatumaks ning tihti on koera abil võimalik kinnisema inimesega kontakti saada. Koerad annavad ka eeskujuga ja panevad lapsi pingutama, lisaks aitavad nad üle saada hirmudest ja on hea kaaslane eest.

Koertel on oma eripära, miks eelistada nende kasutamist inimeste abistamisel. Nimelt on nad hinnanguvabad, mis tõttu puudub neil eelarvamus kui kohtuvad abivajajaga. Koerad on inimeste suhtes tolerantsemad ning nemad ei tekita inimestes pettumustunnet, mis võib sageli tekkida inimeste omavahelises suhtlemises. Samuti on koertega suhtlemises võimalik saada kiiret ja otsekohest tagasisidet, sest tavaliselt inimesed oskavad lugeda koerte kehakeelt. Lisaks ei vaja koerad palju eritingimusi, näiteks suurt ruumi, erilist transportimist ning koerad, keda inimeste abistamisel kasutatakse on sõbralikud, rahulikud ja hästi kuuletuvad ning sellega välistatakse ootamatud juhtumid.

Koera ülesanded tegevuste ajal on erinevad, olenevalt sellest, millisesse tegevusse koer kaasatakse ning mis on tegevuse eesmärgid. Koera ülesanded olenevad ka inimesest, kelle abistamisel teda kasutatakse. Põhiliseks koera ülesandeks on luua pingevaba õhkkond, olla rahulik ja vajadusel pakkuda füüsilist kontakti. Oluline on nii patsientide kui ka töötava koera heaolu. Koerajuht peab tundma oma koera, et märgata kiirelt, kui midagi on tavapärasest erinev ning samuti peab enne abivajajaga tööle asumist teadma, et inimesel ei oleks mõnda allergiat, mis ohustaks koostööd.

Kanaleid, mille kaudu inimesed koerte kasutamise võimalusest hetkel teada saaksid, on hetkel sotsiaalmeedia ja üksikud Interneti allikad. Seni on informatsioon enamasti levinud tutvuste kaudu ja inimeste oma kogemuste jagamise teel. Uurimusest selgus, et

hetkel toimib koerte kasutamine inimeste abistamiseks ilma rahastuseta ning üldine arvamus oli, et nii võiks see ka jääda, kuid tasutud võiksid olla mõningad kulud, näiteks transpordikulu ja koolituskulud. Praegu tegutsevad spetsialistid on ennast ise koolitanud ja koerte kasutamise võimalusi ise uurinud. Oluliseks peeti siiski, et inimesed jääksid seda tegema vabast tahtest, vastasel juhul võib tekkida olukord, kus abivajajaid aidatakse ainult raha saamise eesmärgil. Tasu võiks saada inimesed, kes kaasavad koera oma põhitöös, nagu näiteks psühholoog, sotsiaaltöötaja või terapeut.

Kuna Eestis on koerte kasutamine alles arengujärgus, siis peamised probleemid, mis hetkel esinevad on just sellega seotud. Üheks probleemiks on see, et ei ole veel täpselt teada, milline peab olema koer, et aidata kindlat sihtgruppi või kuidas koera abil teha harjutusi, et kasutegur oleks kõige suurem. Probleemiks on ka ühiskonna suhtumine koertes ja vahel ka ebausk nende abistamise võimekuse kohta. Siiski on inimesi, kes järjepidevalt tegutsevad, et kaasata koeri inimeste elukvaliteedi parandamisse. Planeeritakse projekte nii autistidega kui ka toitumishäiretega teismelistega ning spetsialistid soovivad koerateraapiat populaarsemaks muuta.

Koerte kaasamise edendamiseks pakkusid spetsialistid omapoolseid ettepanekuid. Oluline oleks luua organisatsioon, mis koondaks spetsialiste ja tegeleks kogu süsteemi juhtimisega, et oleks olemas koolitatud spetsialistid, välja õpetatud ja testitud koerad ning selgitav informatsioon võimalustest, tegevustest ja eesmärkidest. Samuti on tähtis levitada läbimõeldud ja täpset informatsiooni läbi meedia ja tutvuste kaudu, et inimesi võimalustest ja positiivsetest juhtumitest teadvustada, et ühiskond oleks vastuvõtlikum. Uurimuses selgus, et respondentide arvates võiks koeri kaasata ka rehabilitatsioonis. Tähtis on siiski lähtuda igast patsiendist eraldi ja mõelda, mida ja kuidas on tema puhul võimalik koos koeraga teha. Toodi ka välja, et kui ühe haiglaga tehakse koostööd hobuteraapia osas, siis lisaks võiks olla kasutusel ka koerateraapia rehabilitatsiooni osas. Kõik püstitatud uurimusküsimused said antud töö raames vastused.

**Ettepanekud.** Töö autori leiab, et kasulik oleks lisada koerateraapia üheks rehabilitatsiooni teenuseks, sest see annaks palju positiivseid tulemusi inimeste puhul, kellele see teraapia meetod sobib. Uurimuse käigus selgusid koerte mitmed positiivsed eripärad ja omadused, mida saaks rehabilitatsioonis tulemuste saamiseks kasutada.

Samuti võiks rohkem kaasata õppimis- ja tegevuskoeri sotsiaaltöös ennetustöö tegemiseks, et vähendada tulevikuks inimeste arvu, kellel puudub iseseisev toimetulek. Õppimis- ja tegevuskoerad on heaks meetodiks, mille abil lapsi ning mõnel juhul ka täiskasvanuid õpetada ja aidata.

Lisaks arvab autor, et kui on selliseid sotsiaaltöötajaid, kellele meeldiks vahel oma töö ülesandeid täites kaasa võtta oma koera, kes on vastavalt inimestega koostöökoolitatud ja testitud ning kelle saaks võtta kaasa näiteks hooldekodusse, lastekodusse või muudesse asutustesse, siis võiks sotsiaaltöötaja võiks seda koera kasutada tegevuskoerana, kes toob inimestele vaheldust ja rõõmu. Samuti võiksid sotsiaaltöötajad kasutada koolitatud õppimiskoeri ja teraapiakoeri, et suurendada oma tööst saadavat maksimaalset missiooni.

## KOKKUVÕTE

Erivajadustega inimeste arv on iga aastaga kasvanud ning abivajajaid on palju, kes vajaksid nii sotsiaaltöötaja abi kui ka rehabilitatsiooni teenuseid. Koerte abil on võimalik õpetada mitmeid oskusi ja teha olulist ennetustööd. See on nii erivajadusega laste kui ka tavaliste laste ning ka teiste sihtgruppide puhul väga tähtis, sest see annab neile enesekindlust, oskusi ja soodustab tulevikus nende iseseisvat toimetulekut.

Käesoleva töö pealkirjaks on „Koerte kasutamine inimeste abistamisel sotsiaaltöö ja rehabilitatsiooni valdkonnas“. Antud teema on Eestis uudne ning seda ei ole autorile teadaolevalt Eestis varem uuritud. Töö eesmärgiks oli välja selgitada, millist ressursi erinevate sihtgruppide jaoks saavad koerad pakkuda, milline on nende mõju inimestele ning kuidas on hetkeolukord Eestis. Uurimuse eesmärgiks oli saada ülevaade, milline on inimeste heaolu parandamise eesmärgil koerte kaasamise hetkeseis Eestis sotsiaaltöö ja rehabilitatsiooni valdkonnas, ning mida võiks teha, et seda edendada, samuti millise sihtgrupi jaoks on erinevate koerte kaasamine mõeldud ning millist mõju koerte kasutamine inimestele avaldab.

Autor viis töö eesmärgi saavutamiseks läbi uurimuse kasutades kvalitatiivset uurimismeetodit ning andmeid koguti kasutades poolstruktureeritud intervjuud. Uurimuse läbiviimise valimisse kuulus seitse spetsialisti, kes kasutavad teraapia-, õppimis- või tegevuskoera abi, et parandada teiste inimeste elukvaliteeti, oskuseid ja võimekust. Intervjuu küsimuste teemad jagunesid neljaks blokiks, milleks olid sihtgrupp ja tegevused, koerte mõju ja eripära, koerte kaasamise korraldus, koerte kasutamise edendamine ja tulevik.

Töö tegemisel selgus, et koertel on inimestele positiivne mõju. Veel selgus järgmist:



- Koerad toovad rahutunde, pakuvad rõõmu, vähendavad pingeid ning parandavad empaatiavõimet.
- Koerte kasutamine parandab ka sotsiaalseid oskusi ja aktiivsust ning nad on ühendavaks lüliks inimeste vahel, olles siis ühiseks jututeemaks või aidades suhtlussituatsioonis muuta inimesi julgemaks ja avatumaks.
- Koera eelisteks on see, et nad on hinnanguvabad, rahustavad ja tolerantsed, nad sisendavad turvatunnet ja nendelt on võimalik kiirelt tagasisidet saada.
- Koerad saavad anda eeskujut, kuidas olla viisakas, nende kohalolek paneb lapsi pingutama, tõstab motivatsiooni ja nad aitavad hirmudest üle saada.

Kokkuvõtteks võib peamiste järeldustena välja tuua järgmist:

- Eestis on teraapia-, õppimis- ja tegevuskoerte kasutamine kõige enam levinud lastega töötamisel ja eakate hooldekodudes, kuid hetkel on kogu valdkond alles arengujärgus.
- Hetkel koerte kaasamisega tegelevad inimesed on ennast koolitanud ja ise otsinud tegutsemiseks võimalusi.
- Hetkel ei rahastata koerte kasutamist inimeste abistamisel.
- Koerte kasutamise edendamiseks oleks vaja luua ühtne organisatsioon, teavitada inimesi võimalustest ja levitada informatsiooni.
- Koerte abiga on võimalik parandada inimeste heaolu ja elukvaliteeti.

Antud töö autor leiab, et teraapia-, õppimis- ja tegevuskoeri võiks kasutada sotsiaaltöös ja rehabilitatsioonivaldkonnas, sest koertel on palju positiivseid omadusi, mida inimesed saaksid kasutada, et parandada abivajajate elukvaliteeti ja kaasatust ühiskonda.

## VIIDATUD ALLIKAD

1. Abikoerad. Abikoerte Keskus.  
[<http://www.abikoertekeskus.ee/index.php/et/abikoerad>] 20.04.2014
2. **Altschiller, D.** 2011. Animal-assisted therapy. California: ABC-CLIO.
3. **Antsov, A.** 2009. Teraapiakoerad aitavad puudega lapsed.  
[<http://www.bioneer.ee/eluviis/ilu/aid-5009/Teraapiakoerad-aitavad-puudega-lapsi>]  
18.04.2014
4. **Aoki, T., Funahashi, A., Gruebler, A., Kadone, H., Suzuki, K.** 2014. Brief report: The smiles of a child with autism spectrum disorder during an animal-assisted activity may facilitate social positive behaviors-Quantitative analysis with smile-detecting interface. – Journal of Autism and Developmental Disorders, Vol 44 (3), pp. 685-693.
5. **Bassette, L. A., Taber-Doughty, T.** 2013. The Effects of a Dog Reading Visitation Program on Academic Engagement Behavior in Three Elementary Students with Emotional and Behavioral Disabilities: A Single Case Design. – Child & Youth Care Forum, Vol 42 (3), pp. 239-241.
6. **Beck, A. M., Katcher, A. H.** 1996. Between Pets and People: The Importance of Animal Companionship. USA.
7. **Chitic, V., Rusu, A. S., Szamoskozi, S.** 2012. The Effects of Animal Assisted Therapy on Communication and Social Skills: A Meta-Analysis. – Transylvanian Journal of Psychology, Vol 13 (1), pp. 2-3.
8. **Fine, A. H.** 2006. Handbook on Animal-Assisted Therapy: Theoretical Foundations and Guidelines for Practice. California: Elsevier Inc.
9. **Haukanõmm, M.** Puuetega inimeste õiguste kaitse Eestis.  
[<http://humanrights.ee/inimoiguste-aruanne-2/inimoigused-eestis-2012/puuetega-inimeste-oiguste-kaitse-eestis/>] 14.04.2014

10. **Hunt, C. A.**, Qualitative and Quantitative Concepts in Proposal Writing Similarities, Differences, and Controversy. University of North Dakota. [http://www.und.nodak.edu/instruct/wstevens/PROPOSALCLASS/Huntpaper.htm] 02.05.2014
11. Juhtkoer. SA Juht- ja Abikoerte Kool. [http://www.juhtkoer.ee/koerad/juhtkoer/] 18.04.2014
12. Juhtkoera kasulikkus. SA Juht- ja Abikoerte Kool. [http://www.juhtkoer.ee/koerad/juhtkoer/kasulikkus/] 18.04.2014
13. Kes on abikoer? Puude taga on inimesed. [http://puudetagaoninimene.ee/tarvilikku/juhtkoer-ja-abikoer/] 20.04.2014
14. **Koda, N., Matsunaka, K.** 2008. Acceptance of Dog Guides and Daily Stress Levels of Dog Guide Users and Nonusers. – Journal of Visual Impairment & Blindness, Vol 102 (5), pp. 295.
15. Koer Susi Tallinna Lastehaiglas. Minu unistuste päev. [http://www.minuunistustepaev.ee/unistused/2013/koer-susi-tallinna-lastehaiglas] 10.05.2014
16. **Kruusmägi, A.** 2014. Kes on lapsele parim kuulaja? Lugemiskoer Susi! [http://www.ohtuleht.ee/575660/kes-on-lapsele-parim-kuulaja-lugemiskoer-susi] 27.04.2014
17. Laherand, M. 2008. Kvalitatiivne uurimisviis. Tallinn. OÜ Infotrükk
18. **Lane, H. B., Zavada, S. D. W.** 2013. When Reading Gets Ruff – Canine Assisted Reading Programs. – The Reading Teacher, Vol 67 (2), pp. 87-88.
19. **Maasalu, S.** 2006. Puudega lapsed saavad koertega mängimisest julgust juurde. [http://www.postimees.ee/1551033/puudega-lapsed-saavad-koertega-mangimisest-julgust-juurde] 12.03.2014
20. MTÜ Viimsi Invaühing. 2013. Mis on koerateraapia ja kellele see võiks sobida? [http://eestielu.delfi.ee/eesti/harjumaa/viimsi/elu/mis-on-koerateraapia-ja-kellele-see-voiks-sobida.d?id=67058940] 14.03.2014
21. **Ostermeier, M.** 2010. History of Guide Dog Use by Veterans – Military Medicine, Vol 175, pp. 587-589.
22. **Pichot, T.** 2012. Animal-Assisted Brief Therapy. A Solution-Focused Approach. Second Edition.

- [[http://books.google.ee/books?id=p6PrZo5pcf8C&printsec=frontcover&dq=animal+assisted+therapy&hl=et&sa=X&ei=ih4PU7GtEony4QS6p4HoDQ&redir\\_esc=y#v=onepage&q=animal%20assisted%20therapy&f=false](http://books.google.ee/books?id=p6PrZo5pcf8C&printsec=frontcover&dq=animal+assisted+therapy&hl=et&sa=X&ei=ih4PU7GtEony4QS6p4HoDQ&redir_esc=y#v=onepage&q=animal%20assisted%20therapy&f=false)] 15.03.2014
23. Puudega inimesed. 2013. Sotsiaalministeerium. [<http://www.sm.ee/sinule/puudega-inimesele.html>] 18.02.2014
  24. Puuetega inimeste alane statistika Eestis. Puue ja töövõimetus. Eesti Puuetega Inimeste Koda. [<http://www.epikoda.ee/avaleht/puue-ja-toovoimetus/statistika/>] 15.03.2014
  25. Puuetega inimeste õiguste konventsioon ja fakulatiivprotokoll. 2006. RT II 2012. [<https://www.riigiteataja.ee/akt/204042012006>] 10.05.2014
  26. Põhikiri. SA Juht- ja Abikoerte Kool. [<http://www.juhtkoer.ee/kool/pohikiri/>] 18.04.2014
  27. **Raava, K.** 2012. Loomateraapia algusest. [<http://www.tasapisitargemaks.eu/et/tegevused/24-loomateraapia>] 09.03.2014
  28. **Raava, K.** 2012. Mis on loomateraapia? [<http://www.tasapisitargemaks.eu/et/tegevused/24-loomateraapia>]
  29. Rehabilitatsioon. Sotsiaalteenused puudega inimesele. Sotsiaalministeerium. 2012 [<http://www.sm.ee/sinule/puudega-inimesele/sotsiaalteenused-puudega-inimesele/rehabilitatsioon.html>] 12.04.2014
  30. Rehabilitatsiooniteenus. Hoolekanne. Sotsiaalvaldkond. Eesti Puuetega Inimeste Koda. [<http://www.epikoda.ee/avaleht/sotsiaalvaldkond/hoolekanne/rehabilitatsiooniteenus/>] 18.03.2014
  31. **Risley-Curtiss, C.** 2010. Social work practitioners and the human-companion animal bond: a national study. – *Social Work*, Vol 55 (1), pp. 39-45.
  32. **Schihalejev, O.** 2011. Väärtuskasvatus koolis – miks ja kuidas? [[http://opikeskkond.lastefond.ee/public/O.Schihalejeva\\_V\\_rtuskasvatus\\_2011.pdf](http://opikeskkond.lastefond.ee/public/O.Schihalejeva_V_rtuskasvatus_2011.pdf)] 02.05.2014
  33. Sotsiaalvaldkond. Eesti Puuetega Inimeste Koda. [<http://www.epikoda.ee/avaleht/sotsiaalvaldkond/>] 12.02.2014

34. Teraapiakoer leevendab haigete pingeid. 2014.  
[<http://tarbija24.postimees.ee/2781108/teraapiakoer-leevendab-haigete-pingeid>]  
10.05.2014
35. **Vassenin, A.** 2003. Nägemispuudega inimesed. Eesti Puuetega Inimeste Koda.  
[<http://www.hot.ee/juhtkoer/inimesed.pdf>]
36. **Viilup, M.** 2011. Koer – vahelüli inimeste maailma vahel. Erinevus rikastab  
(Tallinna Tehnikaülikooli õiguse instituudi projekt) 02.12.2011, lk 16.
37. World Health Organization. Draft WHO action plan 2014-2021: Better health for  
persons with disabilities. (Powerpoint slaidid).  
[<http://www.who.int/disabilities/actionplan/en/>] 10.05.2014

## **Lisa 1. Intervjuu küsimused**

Käesolevad küsimused on koostatud Tartu Ülikooli Pärnu Kolledzi sotsiaaltöö ja rehabilitatsiooni korralduse eriala lõputöö uurimuse läbiviimiseks. Intervjuu küsimustele vastasid inimesed, kes viivad läbi spetsiaalseid tegevusi, milles on kaasatud koer.

Olen Tartu Ülikooli Pärnu Kolledzi tudeng ka kirjutan enda lõputööd seoses koertega sotsiaaltöös. Siin on küsimused, mille vastuseid saaksin kasutada enda lõputöö tegemisel.

### **1. Sihtgrupp ja tegevused**

- 1.1 Kellele on tegevuskoer/õppimiskoer/teraapiakoer mõeldud?
- 1.2 Millise sihtgrupiga on külastamine/lugemine/teraapia hetkel populaarne?
- 1.3. Milline on olnud patsientide/lapsevanemate/külastatavate tagasiside koerte ja seansside kohta?
- 1.4. Millised on Teie tegevused olnud seoses tegevus-, õppimis- või teraapiakoeraga?
- 1.5. Kaut olete koeraga sellel alal tegutsenud?

### **2. Korraldus ja kogemused**

- 2.1. Kuidas tagada nii koera kui ka patsiendi heaolu?
- 2.2. Millised on koerte kaasamisel peamised probleemid, mis igapäevases töös ette tulevad?
- 2.3. Kuidas ja kelle poolt on tegevus-, õppimis- või teraapiakoerte töö Eestis korraldatud?

2.4. Millistest allikatest on võimalik koerte poolt pakutavate tegevuste kohta infot saada?

2.5. Kas ja kuidas on rahastatud koerte ettevalmistamine ja koolitus?

### **3. Koerte mõju inimesele ja koerte eripära**

3.1. Millist mõju on seansid inimestele avaldanud?

3.2. Kui olete märganud, siis kuidas on seansid mõjutanud inimeste enesetunnet ja enesehinnangut?

3.3. Kuidas on seansid mõjutanud inimeste empaatiavõimet?

3.4. Millised emotsioonid toovad inimeses esile seansid koeraga?

3.5. Kuidas on koer mõjutanud patsientide tähelepanu- ja keskendumisvõimet?

3.6. Kuidas peaksid või kuidas saaksid seansid koeraga mõjutada inimeste igapäevast suhtlemist (kodus, koolis, lasteaias, tööl, jm)?

3.7. Mis on koera ülesanded seansi ajal?

3.8. Milline peab olema koer? Tõug, iseloom, vanus, kogemused?

3.9. Mis on koera eelised tema kaasamisel (miks teha seda tegevust just koos koeraga)?

### **4. Ettepanekud tulevikuks**

4.1. Mida võiks Eestis teha külastus-, teraapia- või lugemiskoerte kaasamise edendamiseks?

4.2. Mida võiksid omavalitsused teha erinevate koeri kaasavate tegevuste kättesaadavamaks muutmiseks?

4.3. Millised ettepanekuid teeksite, et koerte kaasamine oleks Eestis paremal järjel ja kõigile vajajatele või soovijatele kättesaadav?

4.4. Kui palju võiks Teie arvates rakendada tegevusi koeraga rehabilitatsioonis?

4.3. Millised ettepanekuid teeksite, et koerte kaasamine oleks Eestis paremal järjel ja kõigile vajajatele või soovijatele kättesaadav?

4.4. Kui palju võiks Teie arvates rakendada tegevusi koeraga rehabilitatsioonis?

**Aitäh vastuste eest!**



## **SUMMARY**

### USING DOGS TO HELP PEOPLE IN SOCIAL WORK AND IN REHABILITATION FIELD

Ingrid Õispuu

The number of people with disabilities has risen from year to year and there are a lot of people who needs help from social worker or rehabilitation services. It is possible to teach different skills and to do important prevention work with the help of dogs. This is important for children with disabilities, for normal children and for other target groups, because it gives them self-confidence, skills and it promotes independent coping skills in the future.

The topic of the present thesis is “Using dogs to help people in social work and in rehabilitation field”. This topic is new in Estonia and as the author knows this topic has not been researched it in Estonia before. The aim of the research was to give a review of the resource that dogs can offer for different target groups, what kind of impact they can give for people and how is the situation in Estonia today. The purpose of this research was to find out how is the situation of involving dogs for improving peoples welfare in Estonia in social work and in rehabilitation field, what are the opportunities to promote it, who are the target groups and what influence can dogs have on people.

To accomplish the purpose of the thesis the author carried out a research using qualitative research and the data was collected using half-structured interview form. Respondents were seven experts who are using dogs in animal assisted therapy, in animal assisted education and in animal assisted activities to improve other people’s

quality of life, skills and capability. The questions in the interview were divided in four groups and these groups were target group and activities, the influence and peculiarity of dogs, the organization of involving dogs, promoting and future.

While doing the research, it appeared that dogs have positive influence on people. These facts appeared also:

- Dogs bring peace, pleasure, they reduce tension and improve empathy.
- Involving dogs improves people's social skills and activity, dogs are a connection between people, because they can be a topic in conversation or they can help change people braver.
- The advantage of a dog is them being without judgement, calming and tolerant. They make people feel secured and they give prompt feedback.
- Dogs can be an example how to be polite, their presence makes children strive, they upgrade motivation and help getting over fears.

The main conclusions are:

- Using dogs in animal assisted therapy, in animal assisted education and in animal assisted activities is mostly popular while working with children and elderly people, but this field is still developing in Estonia.
- The experts who are today involving dogs have educated and looked for opportunities all by themselves.
- Involving dogs to help people is not financed right now.
- To improve involving dogs to help other people there should be created a special organization and information should be spread.
- People's welfare and quality of life can be improved with the help of dogs.

The author of the thesis believes that dogs in animal assisted therapy, animal assisted education and animal assisted activities should be involved in social work and rehabilitation field, because dogs have many positive qualities what people could use to improve the quality of life and involvement in society to help other people.

## **Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja lõputöö üldsusele kättesaadavaks tegemiseks**

1. Mina, Ingrid Õispuu, annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) enda loodud teose

„Koerte kasutamine inimeste abistamisel sotsiaaltöö ja rehabilitatsiooni valdkonnas“, mille juhendaja on Dagmar Narusson

1.1.reprodutseerimiseks säilitamise ja üldsusele kättesaadavaks tegemise eesmärgil, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace-is lisamise eesmärgil kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni;

1.2.üldsusele kättesaadavaks tegemiseks Tartu Ülikooli veebikeskkonna kaudu, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace'i kaudu kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni.

2. olen teadlik, et punktis 1 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.

3. kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei rikuta teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse seadusest tulenevaid õigusi.

Pärnus, **21.05.2014**