

**Koira-avusteisen pedagogiikan toteuttaminen
ja sen yhteys opettajan työhyvinvointiin**

Anne Leivo

Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma
Kevätlukukausi 2021
Kokkolan yliopistokeskus Chydenius
Jyväskylän yliopisto

TIIVISTELMÄ

Leivo, Anne. 2021. Koira-avusteisen pedagogiikan toteuttaminen ja sen yhteys opettajan työhyvinvointiin. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Kokkolan yliopistokeskus Chydenius, 69 sivua.

Tämän kasvatustieteen pro gradu -tutkielman tarkoituksena oli tuoda esille tietoa työhyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä sekä opettajan kokemuksia koira-avusteisesta toiminnasta. Viime vuosina opettajan työn kuormittavuus ja työssä jaksaminen on puhuttanut paljon. Tässä pro gradu -tutkielmassa tutkittiin opettajan pedagogisena apuna työskentelevän koiran vaikutusta opettajan kokemaan työhyvinvointiin. Tutkielmassa haastateltavat opettajat olivat valinneet itselleen pedagogiseksi avuksi koiran, joka innostaa kehittämään omaa työtä itselle mieleisellä tavalla.

Tutkimus oli laadullinen, ja sen aineisto kerättiin puolistrukturoidun haastattelun avulla haastatteleamalla viittä pääkaupunkiseudulla työskentelevää opettajaa. Tutkimukseen osallistuneet opettajat olivat toteuttaneet työssään koira-avusteista pedagogiikkaa. Tutkimusaineisto analysoitiin fenomenologista menetelmää käyttäen. Tässä tutkimuksessa oltiin kiinnostuneita opettajien omista kokemuksista koirasta, joka toimi hänen pedagogisena apunaan luokassa.

Tämän tutkielman tulosten perusteella näyttäisi siltä, että koira-avusteisella pedagogiikalla ja sitä toteuttavien opettajien hyvinvoinnilla on merkittävä yhteys. Työhyvinvoinnin edellytys on, että työntekijällä on mahdollisuuksia hallita omaa työtään. Työssä jaksamiseen auttaa opettajien itselleen tärkeäksi kokemien asioiden löytäminen. Yhteistyö koiran kanssa lisäsi opettajien työn mielekkyyden kokemisen tunnetta. Koira-avusteisen pedagogiikan toteuttamisen seurauksena esille tulleet myönteiset työn tulokset kasvattivat opettajien työskentelymotivaatiota ja lisäsivät siten heidän työhyvinvointiaan.

Avainsanat: koira-avusteinen pedagogiikka, työhyvinvointi, työn mielekkyys

SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ

1	JOHDANTO	5
2	TYÖHYVINVOINTI OPETUS- JA KASVATUSALALLA	8
	2.1 Kokonaisvaltainen hyvinvointi työssä.....	8
	2.2 Opettajan työhyvinvointia vahvistavat ja haastavat tekijät.....	10
	2.3 Työn imu, innovatiivisuus ja työn muokkaaminen.....	12
	2.4 Työn tuunaaminen, harrastuksen ja leikin yhdistäminen.....	14
3	KOIRA-AVUSTEINEN PEDAGOGIIKKA	17
	3.1 Koiran monipuolinen toiminta luokassa.....	17
	3.2 Koiran käyttö ja hyöty erilaisissa työtehtävissä.....	19
	3.3 Eläinavusteisen toiminnan myönteiset vaikutukset.....	21
	3.4 Vastavuoroinen viestintä koiran kanssa.....	24
4	TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	26
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	27
	5.1 Tutkimuskonteksti.....	27
	5.2 Tutkimukseen osallistujat.....	28
	5.3 Tutkimusaineiston keruu.....	29
	5.4 Aineiston analyysi.....	33
	5.5 Eettiset ratkaisut.....	40
6	TUTKIMUSTULOKSET	42
	6.1 Opettajan kokemukset koira-avusteisesta pedagogiikasta.....	42
	6.2 Koira-avusteisen pedagogiikan heijastuminen opettajan työhyvinvointiin.....	49
7	POHDINTA	57
	7.1 Tutkimustulosten tarkastelu.....	57

7.2 Tutkimuksen luotettavuus	60
7.3 Jatkotutkimusaiheet.....	61
LÄHTEET.....	62
LIITTEET.....	69

1 JOHDANTO

Koira-avusteinen pedagogiikka on herättänyt paljon kiinnostusta opetuslalla. Tieto koiran läsnäolon myönteisistä vaikutuksista osana opetusta on saanut usean opettajan valitsemaan työparikseen koiran. Opetus- ja kasvatusalalla työ on erittäin mielekästä, mutta monella tapaa myös haastavaa. Opettajan ammatissa jaksamista edistää, että työstä löytää sellaista kipinää, joka innostaa ja motivoi vuosienkin jälkeen. Tutustuin aikoinaan koira-avusteiseen pedagogiikkaan kasvatustieteen opintoihini liittyvän harjoittelun yhteydessä. Luokassa opettajalla oli oma koira, jota hän käytti opetuksen apuna motivoiden oppilaita työskentelyyn. Huomasin opettajan olevan erittäin kiinnostunut ja innovoiva koiran avustuksella tehtävästä opetustyöstä. Opettaja vaikutti ikään kuin luoneen itselleen välineen, jonka avulla hän saavutti työssään tavoitteita itselleen mielekällä tavalla. Opettajasta hehkui innokkuutta ja tyytyväisyyttä koira-avusteista pedagogiikkaa kohtaan, ja hän vaikutti saavan siitä lisää voimavaroja työhönsä. Havaintojeni perusteella päätin, että koira-avusteisesta pedagogiikasta vaikuttaisivat hyötyvän sekä oppilaat että opettaja. Nämä edellä mainitsemani havainnot herättivät kiinnostukseni tutkia opettajan hyvinvoinnin ja koira-avusteisen pedagogiikan yhteyttä.

Tämä tutkimus on toteutettu laadullisen tutkimuksen keinoin, jossa on haastateltu ennalta mietittyjen kysymysten pohjalta viittä pääkaupunkiseudulla toimivaa opettajaa, jotka käyttävät opetuksessaan koira-avusteista pedagogiikkaa. Tutkimuksessani analysoin opettajien haastattelujen vastausten perusteella luokassa vierailevan koiran läsnäolon yhteyttä heidän omaan työhyvinvointiinsa. Aineisto analysoitiin fenomenologisella menetelmällä, joka tarkastelee ilmiötä kokemustodellisuuden kautta, henkilöiden itse kokemina ja elettyinä asioina. Tämän pro gradu -tutkielman tarkoituksena on tuoda esille teoreettista tietoa työhyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä sekä opettajan kokemuksia koira-avusteisesta toiminnasta. Tarkoitus ei ole löytää universaaleja yleistyksiä, vaan

löyttää suuntaa antavaa tietoa luokassa pedagogisena apuna toimivan koiran vaikutuksesta opettajan omaan hyvinvointiin. Tutkijan opettajatyökokemus sekä omassa luokassaan koira-avusteisen pedagogiikan toteuttamisen kokemus on avuksi tutkimuksessa opettajan työhyvinvoinnin merkitysten löytämisessä sekä ymmärtämisessä.

Tänä päivänä koira voi työskennellä opettajan pedagogisena apuna koulu- luokassa. Koira voi opettajien kokemuksen mukaan rauhoittaa läsnäolollaan luokan työskentelyilmapiiriä ja tuoda sinne iloa. Koira voi motivoida oppilaita työskentelemään tehtävien parissa, se voi toimia esim. lukukoirana kuuntelemalla lukijaansa. Koira tuo luokkaan läheisyyttä ja lämpöä, ja sen läsnäolo auttaa oppilaita ilmaisemaan ja hillitsemään tunteita. Herääkin kysymys, millä tavalla koulukoira vaikuttaa läsnäolollaan opettajan työhön ja hyvinvointiin.

Työtä muokkaamalla työntekijä omalla toiminnallaan "tuunaa" työn sisältöjä ja merkitystä itselleen mielekkäämmäksi. On hyvin todennäköistä, että työntekijän mahdollisuudet muokata omaa työtään vähentää työuupumuksen kokemuksia sekä työhön kyllästymistä. Opettajan tuodessa luokkaan koiran, hän muokkaa työtään tehden siitä itselleen motivoivan tavan toteuttaa sitä. Lääketieteen tohtori Eero Riikonen on tuonut kirjoittamassaan kirjassa esille työn ja harrastuksen yhdistämisen mukanaan tuomaa innostusta, joka inspiroi antamaan elinvoimaa, energiaa ja voimavaroja työhön. Sanonta "työ tuntuu leikiltä" viittaa kokemukseen työn hallinnasta ja mielekkyydestä, jolloin työstä on muodostunut henkilökohtaisesti oma juttu. (Riikonen 2013, 37-182.)

Nykyaikana koiran tehtävät palvelevat ihmistä opetuksen, terveydenhuollon ja hyvinvoinnin parissa parantamassa ihmisten toimintakykyä ja nostamassa mielialaa sekä antamassa läheisyyttä. Omasta ja perheeni kokemuksesta tiedän, että koiran läsnäololla on voimakas vaikutus ihmisen mieleen ja käyttäytymiseen. Minulla on ollut oman koirani ja opettajan työni kautta mahdollisuus seurata koiran käyttäytymistä koulussa oppilaiden parissa ja sen kykyä viestiä heidän kanssaan. Olen itse kokenut koiran läsnäolon tuovan uutta motivaatiota ja mielekkyyttä työhön. Näiden kokemusten myötä halusin perehtyä tarkemmin luokassa työskentelevän koiran läsnäolon vaikutuksiin opettajan työssä.

Koiran mukaan ottaminen osaksi opettajan työtä on rohkea valinta, joka antaa kenties uusia mahdollisuuksia kehittää ammattitaitoa ja sitä kautta vaikuttaa asioihin, jotka tuovat iloa työpäivään. Tutkimuksen aiheen valinnalla haluan osoittaa arvostustani niille opettajille, jotka uskaltavat ennakkoluulottomasti kokeilla opetuksessaan uusia keinoja.

2 TYÖHYVINVOINTI OPETUS- JA KASVATUSALALLA

2.1 Kokonaisvaltainen hyvinvointi työssä

Työhyvinvointi on tullut entistä tärkeämmäksi tekijäksi työpaikoilla viime vuosien aikana (Virolainen 2012, 9). Ihmisen mieli vaikuttaa kokonaisvaltaisesti joka hetki siihen, mitä teemme. Terveydellisistä lähtökohdista katsottuna työ tekee hyvää mielelle, mutta se voi myös horjuttaa mielenterveyttä. (Kallio & Kivistö 2013, 135.) Työelämässä halutaan viihtyä sekä olla energisiä ja iloisia. Myönteisen vireen halutaan jatkuvan työpäivän jälkeen vielä vapaa-ajalle. (Virolainen 2012, 9.) Työhyvinvoinnin merkityksen yhteydessä puhutaan työn mielekkyydestä, että sitä olisi mahdollisuus tehdä turvallisessa, terveyttä edistävässä työympäristössä yhdessä työyhteisön kanssa (Puttonen, Hasu & Pahkin 2016, 6).

Työhyvinvoinnin edellytys on työn autonomisuus, joka tarkoittaa, että työntekijällä on mahdollisuus hallita omaa työtään ja sen voimavaroja (Riikonen 2013, 37). Keskeinen vaikutus työhyvinvointiin on sillä, kuinka mielekkääksi työntekijä kokee työtehtävät. Työn mielekkääksi kokeminen sekä siitä nauttiminen vähentää stressiä aiheuttavien tekijöiden vaikutusta. Työhyvinvoinnin taakeksi työn vaatimusten sekä työn hallinnan tulisi olla suhteessa toisiinsa sopuinnassa. (Virolainen 2012, 83–85.) Työpaikoilla tulisi työhyvinvoinnista huolehtimisen lisäksi keskittyä lisäämään työn imua, eli mahdollisuuksia innostua työstään aidosti (Manka & Manka, 2016, 41).

Työn imu on positiivinen tila, jota kuvataan tarmokkuudella, omistautumisella sekä uppoutumisella (Hakanen 2011, 6). Mitä enemmän työntekijä kokee työpäivän aikana innostuneisuutta, mielihyvää, työn imua, työtyytyväisyyttä, sitoutuneisuutta ja mukavuutta, sitä parempi on työviihtyvyys ja työhyvinvointi (Virolainen 2012, 14). Työntekijät, jotka ovat innostuneita työstään ja kokevat sen mielekkääksi, voivat työssään hyvin ja kokevat työn imua. Hyvinvointi työssä antaa työntekijälle merkityksellisyyden tunnetta ja lisää jaksamista. (Manka, Hakala, Nuutinen & Harju 2010, 11–76.) Työhön omistautunut henkilö kokee työn

merkitykselliseksi, työ innostaa ja inspiroi, ja saa tekijän kokemaan työstä ja sen haasteellisuudesta ylpeyttä (Virolainen, 2012, 91). Yleisestä uskomuksesta poiketen työntekijälle palkkaakin tärkeämpi asia on onnistumisen kokemukset työssä (Manka & Manka, 2016, 108).

Henkilöstön työhyvinvointi tulee esille erityisesti tyytyväisyyden tunteena, kykyinä luoda uudenlaisia toimintatapoja ja lisätä työn tuottavuutta. Työssään tyytyväinen henkilö lisää myös asiakkaiden tyytyväisyyttä. Työpaikan voimavaroja ovat vastavuoroisuus ja yhteisöllisyys. (Manka ym. 2010, 11–76.) Työkyky ei ole irrallinen asia työntekijän omasta ympäröivästä elämästä, vaan siihen vaikuttavat yhtäläisesti työn ulkopuoliset asiat (Kauhanen 2016, 25). Työntekijän ja työn välisestä ristiriidasta aiheutuvaa tilaa kutsutaan nimellä stressi. Työstä koettu stressi voi pitkään jatkuessa johtaa työuupumukseen. (Virolainen 2012, 30–35.) Työuupumus määritellään työntekijän tilaksi, jossa psyykkiset voimavarat ovat ehtyneet pitkittyneen työstä koetun stressin seurauksena. Työuupumuksen on todettu kehittyvän ihmisen ympäristön välisessä vuorovaikutuksessa. (Ahola, Toppinen-Tanner, Seppänen 2016, 4–7.) Kiire, työssä koettu stressi, huoli töiden jatkuvuudesta sekä työpaikkakiusaaminen aiheuttavat työssäpahoivointia, joka ilmenee ilon katoamisena työstä, josta seuraa pitkään jatkuneena työuupumusta. (Virolainen 2012, 30). Työuupumus, ”burnout” on kokonaisvaltainen työssä kehittynyt stressioireyhtymä, jonka seurauksena ammatillinen itsetunto laskee ja työntekijälle kehittyy kyynistynyt asenne työhön (Perkiö-Mäkelä, Nevala & Laine 2006, 31).

Työnteon tahti on koventunut entisestään, työelämässä keskeistä on nykyään jatkuva kasvu, tulosta pitää olla joka vuosi enemmän ja suoritteiden tulee olla mitattavissa. Nykyaikana uusien vaatimusten mukaisesti työntekijän tulee olla avoin, sosiaalinen sekä omata persoonallisuuteen liitettäviä myönteisiä piirteitä. (Kasvio & Lundell 2015, 44–46.) Työhyvinvointia parantavat hyvät työmenetelmät, työtehtävien osaaminen ja niiden määrä, hyvät työolot sekä työsuhteen pysyvyys (Salovaara & Honkonen 2013, 20). Työhyvinvointia on aina mahdollisuus kehittää. Työhön vaikuttamisen mahdollisuus vaikuttaa olennaisesti työstä

koettuun stressiin, esimerkiksi miten työtään tekee ja missä järjestyksessä. Työntekijä on tärkeää ottaa mukaan kehittämään omaa työtään, sillä työntekijä itse on oman työnsisältönsä paras asiantuntija. Työjärjestelyillä voidaan mahdollistaa tärkeäksi koettu uuden oppiminen. (Puttonen ym. 2016, 29.)

Työ lisää voimavaroja, kun siinä voi käyttää omaa luovuutta ja ratkoa erilaisia ongelmia. Nykyään puhutaan työhyvinvoinnin yhteydessä kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista, jolloin kaikki osa-alueet fyysinen, psyykinen, sosiaalinen ja henkinen hyvinvointi vaikuttavat toisiinsa. Työn mielekkääksi kokemisen kannalta työn haastavuutta tulisi voida lisätä yksilön osaamisen ja kykyjen mukaan. (Virolainen 2012, 11–85.) Ammatillisella identiteetillä tarkoitetaan käsitystä itsestä suhteessa työhön, millaisena työntekijä näkee itsensä työssään ja millaiseksi hän haluaa kehittyä siinä. Siihen kuuluvat myös työhön liittyvät arvot, uskomukset, eettiset ulottuvuudet sekä tavoitteet. (Eteläpelto & Vähäsantanen 2010, 46.)

2.2 Opettajan työhyvinvointia vahvistavat ja haastavat tekijät

Opettajan työhön kuuluu jatkuva oman työnsä kehittäminen (Soini ym. 2008, 246). Häneltä odotetaan yhä enemmän kykyä analysoida ja arvioida omaa toimintaansa sekä kehittää työtään sekä yksin, että yhdessä muiden kanssa. Opettajan on mahdollista hyödyntää ja integroida opettamisen yhteyteen erilaisia menetelmiä ja toimintamuotoja, sillä opettaminen ja oppiminen voi tapahtua usealla eri tavalla. Opettajan työ sisältää monipuolisesti opetusta, tutkimusta sekä opetustoiminnan kehittämistä, työtä on mahdollista uudistaa tekemällä havaintoja ja arvioimalla omaa työtään, sekä tiedostamalla omia pyrkimyksiään ja toimintatapojaan. (Niikko 2015, 243–255.) Opettajan työlle on ominaista yksin työskentely, mutta yhteistyötä tehdään tiiviisti myös muiden opettajien kanssa (Salovaara & Honkonen 2013, 7, 104). Työhön liitetään herkästi autonomisuus, joka tulkitaan työn painottumisena itsenäiseen työskentelyyn.

Opettajan työn hektisyyden vuoksi jatkuva kiire aiheuttaa sen, että vain harvoin on aikaa pysähtyä pohtimaan ja ratkaisemaan työhön liittyviä ongelmia-

kohtia (Perkiö-Mäkelä, Nevala & Laine 2006, 47). Opettaja pyrkii työssään opetuksen, oppimisen ja kasvatuksen keinoin edistämään yksilön mahdollisuuksia oppimiskokemusten syntymisessä sekä vahvistaa oppijan itseluottamusta ja sosiaalista vastuullisuutta. Opettajan ammatissa joutuu tekemään ratkaisuja, jotka perustuvat keskeisesti eettisiin päätöksiin. (OAJ 2014.) Opettajan ja koulun perustehtävänä on tehdä mahdolliseksi oppilaan oppiminen annettujen tavoitteiden suuntaisesti (Soini, Pietarinen & Pyhältö 2008, 246).

Opettajan työ on kokonaisvaltaista, ja työssä käytetään omaa persoonaa, joka toimii myös voimavarana jaksamiselle (Salovaara & Honkonen 2013, 28). Opettajan henkilökohtaiset kokemukset kehittymisen- ja uudistumisenhalusta sekä työn mielekkääksi kokeminen ja nautittavuus ovat asioita, joilla on vaikutusta työstä selviytymiseen (Aho 2011, 186–191).

Työterveyslaitoksen vuonna 2001 toteuttamassa opetushenkilöstön tutkimuksessa opettajilla osoittautui olevan kokemuksia työn imusta selkeästi enemmän, kuin stressi- ja työuupumusoireita. Opettajat, jotka kokevat työn imua, herättävät myös oppilaisiaan innostusta, uteliaisuutta, kiinnostusta sekä tarmokkuutta. (Perkiö-Mäkelä ym. 2006, 33–41.) Opetustyössä työskentelevällä henkilökunnalla on myös todettu olevan parempi työkyky ja koettu terveydentila kuin keskimäärin kaikilla muilla aloilla on työntekijöillä todettu olevan. Tästä huolimatta opettajat kokevat muita aloja enemmän stressiä työn henkisesti rasittavuuden takia. (Onnismaa 2010, 5.)

Jokainen opettaja joutuu miettimään millainen työskentelytapa sopii hänelle itselleen parhaiten, ja miten järjestää koulupäivän kokonaisuus tavalla, joka palvelee parhaiten niin häntä itseään kuin oppilaita. Opettajan on tärkeää huolehtia omasta hyvinvoinnistaan, jotta hän kykenee tukemaan oppilaiden oppimista ja kehittymistä. (Salovaara & Honkonen 2013, 221–222.) Opettajat kokevat tekevänsä itsenäistä työtä, mutta opettajan työssä on kuitenkin paljon sellaisia kuormittavia tekijöitä, joihin ei ole mahdollisuutta itse vaikuttaa. Opettajan työhyvinvointiin vaikuttavat monet eri tekijät, kuten työn jatkuvuus, työmäärä, fyysiset olosuhteet, muutokset ja uudistukset sekä tekijät, jotka liittyvät johtamiseen. Yleistä työssä jaksamista voivat tukea opettajan onnistumisen kokemukset

pedagogisessa toiminnassa, vaikka työ itsessään tuo mukanaan haasteita. Opetajan pedagoginen hyvinvointi on osa työhyvinvointia, ja ne ovat vahvasti yhteydessä koulun perustehtävään. (Soini ym. 2008, 246–252.) Opetustyössä kyynisyys tulee esille etäisyytenä ja kylmyytenä vuorovaikutustilanteissa (Perkiö-Mäkelä ym. 2006, 32).

Työssä jaksamiseen auttaa itselle tärkeiden asioiden löytäminen. Hyvinvointinsa edistämisestä vastuussa on ennen kaikkea opettaja itse, jokaisen on kehitettävä sopivia välineitä oman jaksamisensa edistämiseksi ja ylläpitämiseksi. (Salovaara & Honkonen 2013, 20–206.) Opetustyössä voidaan työssä viihtymistä pitää tärkeänä osatekijänä työhyvinvointiin (Perkiö-Mäkelä ym. 2006, 32). Työpaikalla tulisi huomioida, että työpäivä sisältää myös työstä palauttavia hetkiä eli irrottautumisia, niillä on todettu olevan voimaannuttava vaikutus työnteokoon. Työssä kulutetut voimavarat palaavat tauon aikana, elimistö siirtyy stressitilasta palautumisen yhteydessä lepotilaan. (Manka & Manka 2016, 182–226.)

2.3 Työn imu, innovatiivisuus ja työn muokkaaminen

Työelämässä tarvitaan yhä enemmän sopeutumiskykyä sekä kykyä toimia itse muutoksen edistämisen alulle panijana, tällöin työntekijällä on vaikutusmahdollisuus. Työssä on hyvä miettiä, voisiko siitä tehdä jollain tavalla rikkaampaa, omiin tavoitteisiin, voimavaroihin ja intohimoihin yhteensopivampaa. Työtä muokkaamalla työntekijä omalla toiminnallaan ”tuunaa” työn sisältöjä ja merkitystä itselleen mielekkäämmäksi. On hyvin todennäköistä, että työntekijän mahdollisuudet muokata omaa työtään vähentää työuupumuksen kokemuksia sekä työhön kyllästymistä. (Manka & Manka 2016, 111–158.) Omaan työhön on hyvä pyrkiä lisäämään itseään innostavia asioita. Työn imulla tarkoitetaan tarmokkuutta, omistautumista sekä nautintoa työhön uppoutumisesta. Työn tuloksellisuuden mahdollisuudet näkyvät työntekijän työhyvinvoinnissa, työnimua kokiessaan työntekijä kokee olevansa innostunut ja haluaa suoriutua työssään mahdollisimman hyvin. Työn imu kuvaa työhyvinvoinnin parasta tilaa työnteossa.

(Hakanen 2011, 6–41.) Opettajan on työssään pystyttävä myös seuraamaan ja kehittämään alaansa kyseenalaistamalla vanhoja menetelmiä ja ottamalla käyttöönsä uusia opetusmenetelmiä. Opettajan on kyettävä muuttamaan omaa käyttäytymistään tilanteen vaatimalla tavalla. Voidaankin sanoa opettajan työn olevan jatkuvassa innovaation tilassa, joka tuo opettajaroolille lisäpaineita.

Innovatiivisuuskäsite liitetään uudistumiseen ja sitä voidaan luonnehtia opettajan työssä kykynä toimia joustavasti ja kekseliäästi opetustyössä, pitäen sisällään opetustavat sekä vuorovaikutustaidot. Opettajalla tulee olla avoin ja utelias mieli sekä taito reflektoida asioita kyetäkseen jatkuvaan työnsä kehittelyyn ja uudistamiseen. Kasvatus ja opetuslalla opettajan innovatiivisuudella kuvataan yleensä uutta tapaa opettaa, uutta opetusmetodia tai tehokkaampaa kehitysohjelmaa. (Siltala, Alajääski, Keskinen & Tenhunen 2010, 91.)

Innovatiivinen opettaja kokee työnsä henkisesti palkitsevammaksi eikä näin ollen koe työtään sen raskaammaksi kuin traditionaalisia tapoja käyttäessään. Innovatiivinen opettaja hyödyntää monipuolisesti tietoja ja taitoja nähden uusia vaihtoehtoja tutuissakin tilanteissa. (Tenhunen, Keskinen & Siltala 2009, 47–113.) Vuonna 2008 tehdyssä kyselyssä tutkittiin käsityksiä opettajan pedagogisesta innovatiivisuudesta. Kyselyyn vastanneiden opetusalan asiantuntijoiden käsitysten mukaan innovatiivinen opettaja on sellainen, joka on kekseliäs, on pedagogisesti ammattitaitoinen ja kehittää opetustaan ottamalla uusia monipuolisia opetusohjelmia käyttöönsä. Vaikuttaakin siltä, että innovatiivisuus yhdistetään opettajan työssä uudistushenkisyyteen ja uudistuksiin, jolloin opettaja luovuttaan käyttäen pyrkii yhdistämään erilaisia työtapoja. (Siltala ym. 2010, 96–106.)

Työyhteisön myönteisyydellä ja uudistushakuisuudella on vaikutusta siihen, saako työn muokkaaminen tukea yhteisöltä (Hakanen 2011, 87). Merkittävää on, kuinka opettaja kykenee muokkaamaan omaa työtään sellaiseksi, että se lisää työssä käytettäviä voimavaroja, esimerkiksi ottamalla käyttöön uusia menetelmiä tai opettelemalla uusia taitoja. (Salovaara & Honkonen 2013, 54–58.) Työstä tulee mielekästä ja sille muodostuu tärkeä merkitys, kun sitä voi muokata

itselle sopivaksi. Mahdollisuus säätelyyn tekee hyvää työminälle. Työnmuokaus on omasta työstä huolehtimista ja uudesta näkökulmasta katsomista. Työn hyviä hetkiä voi lisätä katsomalla työpäivää ja työtilanteita uudella tavalla. Työtapoja tarkistamalla voi muokkaamisen avulla luoda työstään oman mosaiikkiteoksen. (Kallio & Kivistö 2013, 27–135.) Voimakasta keskittymistä ja työhön paneutumista, eli työhön uppoutumista kutsutaan flow-tilaksi (Manka & Manka 2016, 109). Flowssa yhdistyvät yksilön taidot ja kiinnostus tehtävää kohtaan. (Vierola 2012, 85.)

2.4 Työn tuunaaminen, harrastuksen ja leikin yhdistäminen

Useissa töissä on mahdollisuus muokata ja parannella työtään itselleen omanlaiseksi, tällöin puhutaan työn tuunaamisesta. Siinä on kyse oman työn toteuttamisesta, jolloin työntekijä tekee työstään itselleen innostavamman ja vähentää työhön leipääntymistä ja työssä uupumista. Työn tuunaamisella voi olla pyrkimys saavuttaa työhön asetetut tavoitteet ja saada entistä mielekkäämpi kokemus työstä, sen avulla voidaan myös vahvistaa omaa ammatti-identiteettiä. Työntekijän omaa pystyvyyttä lisää se, että hän voi kokea käyttävänsä vahvuuksiaan työssään ja huomata kehittymismahdollisuutensa. Työhön vaikuttamisen mahdollisuus vaikuttaa paljon siihen, miten työntekijä tekee työtään ja millaiseksi hän kokee oman työnsä. Oman työn tuunaaminen synnyttää spiraaleja, jotka yhdistävät työn, työntekijän ja työyhteisön voimavarat yhteen ja innostavat työntekijän mahdolliseen huippusuoritukseen. (Hakanen 2011, 52–89.)

Työelämään kohdistuneissa tutkimuksissa on osoitettu lisääntyvässä määrin kiinnostusta työntekijän motivaatiotekijöihin, jotka tekevät työstä mielekkästä. Tutkimusten avulla on pyritty saamaan selville, millaisissa tilanteissa ja olosuhteissa työntekijät saavuttavat hyviä tuloksia, toimivat luovasti ja ovat motivoituneita työhön. Asioiden uutuudella ja myönteisellä yllätyksellisyydellä on yhteyttä työn innovatiivisuuteen ja luovaan ongelmanratkaisukykyyn. Ihmisen energisyys, motivaatio ja innostus vähenevät, jos työssä ei ole yllätyksellisyyttä tai uusia kokemuksia. Työntekijän suhde työhön ja työn yhteys leikkiin on

kasvattamassa kiinnostusta tutkimuskohteena tutkijoiden suunnalta. Leikin rakenne ja muoto herättävät kiinnostusta yhteiskuntatieteilijöissä sekä organisaatio-otutkijoissa. Leikki on itseilmaisun väline, joka on intensiivistä, luovaa ja tuottavaa toimintaa. Leikissä kehittyvät ideat, ongelmanratkaisu ja luova ajattelu sekä oppimismotiivit. Joustavuutensa ansiosta jokaisella osallistujalla on mahdollisuus improvisoida ja muovata leikkiä omien keksintöjensä mukaisesti. Leikki voi sisältää työtehtäviä, josta syntyy näkyviä tuloksia. Leikillä ja työllä on paljon yhtäläisyyksiä, työhön voi sisältyä paljon kuvittelua ja leikkiä. (Helenius & Lumelahti 2013, 14–35.)

Viittaa lääketieteen tohtori Eero Riikosen kirjaan *Työ ja elinvoima*, jonka hän on Työsuojelurahaston tukemassa tutkimuksessa julkaissut vuonna 2013. Riikonen tuo kirjassaan esille uusia näkökulmia työn, työhyvinvoinnin ja vapaa-ajan väliseen erotteluun. Hän tuo esille ajatuksen, jossa harrastukset, leikki ja taide ovat jatkossa työelämän ja työhyvinvoinnin ytimessä. Työ voi olla monella tapaa harrastuksen tavoin kiinnostuksen, uppoutumisen ja mielihyvän lähde. Työn voimavarat voivat kytkeytyä esimerkiksi harrastuksen mukanaan tuomaan innostukseen, joka inspiroi antaen elinvoimaa ja energiaa työhön. Riikonen tuo esille ihmisten harrastuksen merkityksen mielelle. Harrastus on rentouttavaa ja mielihyvää tuottavaa toimintaa, ja sitä ohjaa kiinnostuneisuus asiaan. Oleellinen ero työn ja harrastuksen välillä on, että sitä tehdään omaksi iloksi, ei palkan vuoksi. Leikkitaidoilla ja leikkimisellä on yhteys ihmisen luovuuteen ja hyvinvointiin. Leikille on olennaista, että se mielletään tavallisen elämän ulkopuolelle, se on ikään kuin arjen ulkopuolella. Sanonta "työ tuntuu leikiltä" viittaa kokemukseen työn hallinnasta ja mielekkyydestä, jolloin työstä on muodostunut henkilökohtaisesti oma juttu. Työn kuvaaminen leikkisyydellä on merkki siitä, että työntekijä on mukana siinä koko sielulla ja persoonallisuudellaan. Työn ja leikin yhdistäminen muuttaa käsitystä työstä, se ei voi olla silloin vakavaa ja tosikkomaista. Leikki on joustavaa, se antaa mahdollisuuden toteuttaa ideoita uudenlaisilla tavoilla. Ajatuksena on, että ihmisillä on mahdollisuus leikkiä uusien ajatusten kanssa, eikä leikissä ole tärkeintä tehokkaan päämäärän saavuttaminen. Leikin suosimisen ajatuksena on, että työntekijällä on itsenäisyys töiden

valinnassa. Leikillä on rentouttava vaikutus ja auttaa unohtamaan muut murheet, sillä leikissä voidaan valita riskitaso, ja se auttaa asenteeseen. Riikonen näkee myös mahdollisuuden, että työntekijöiksi palkataan sellaisia henkilöitä, joilla harrastus ja motivaatio yhdistyvät tarjolla olevaan työhön. Oleellista työelämän kannalta on, että leikki tuo väljyyttä myös tunteiden alueelle. (Riikonen 2013, 37–182.)

3 KOIRA-AVUSTEINEN PEDAGOGIIKKA

3.1 Koiran monipuolinen toiminta luokassa

Koirat toimivat kouluissa kasvatuksellisenä tukena ja ne tuovat jo pelkällä läsnäolollaan luokkaan iloa. Ne lievittävät jännittyneitä ilmapiiriä auttaen oppilaita rentoutumaan. (Ahonen 2013, 184–187.) Koiran läsnäolo auttaa oppilasta keskittymään oppitunnin tehtäviin ja kannustaa pitkäjänteisyyteen. Koira lisää myös koulussa viihtymistä sekä työskentelymotivaatiota. Opettajat sanovatkin koiran olevan oppilaalle eräänlainen tukimuoto, jonka kanssa oppilas ei koe leimautuvansa. Oppilaan omaan oppimiseen liittyviin tapahtumiin vaikuttaa paljon hyvän olon tunne, jota koira myönteisellä olemuksellaan tuo luokkaan. Koiran kanssa työskennellessään oppilaat harjoittelevat huomaamattaan taitoja kuten huomion jakamista, oman vuoron odottelua, vuorottelua ja ohjeiden kuuntelemista. Koira voi toimia myös ristiriitatilanteissa merkittävänä apuna oppilaalle, esimerkiksi kännykästä irrottautumisessa, kun se häiritsee liiaksi oppilaan opiskelua. (Järvi & Ikäheimo 2020, 30–39.) Aikuinen heittäytyy mielellään koiran kanssa yhteiseen leikkiin irrottautuen ammatillisesta ja aikuismaisesta roolistaan. Koira vaikuttaa ihmisen hyvinvointiin fyysisellä, psyykkisellä ja sosiaalisella tasolla ja vaikutuksen kokemukset ovat tulkittavissa kokonaisvaltaisina. Koiran läsnäolo voi parantaa yhteenkuuluvuuden tunnetta ja siten lisätä omanarvontuntoa. Koira ja sen ohjaaja luovat yhdessä työskentelyparin, joiden välillä on vallittava työn onnistumisen kannalta luottamuksellinen suhde puolin ja toisin. Koira-avusteisessa interventiossa yhdistyvät ammattitaito sekä osaaminen, työskentelyn tarkoitus ja itseisarvo ei kuitenkaan ole koiran läsnäolo. (Latvala-Sillman 2018, 12–34.)

Koiran työskennellessä luokassa opettajan apuna on tärkeää, että koiran motivaatiota pidetään yllä ohjaustilanteissa, jolloin koira saa palkkion eli vahvisteen riittävän usein. Koiran kanssa työskenneltäessä oppitunnilla käytetään ope-

tustoiminnan apuvälineinä erilaisia noppia, koreja, kuvakortteja, laatikoita, tehtäväpusseja, huiveja sekä palloja, joita koira käyttää ohjatusti opastessaan oppilaita tehtävien pariin. (Kahilaniemi 2016, 36–40.) Luokassa oppilas voi lukea koiralle tai koira tukea koulutehtävistä suoriutumista istumalla vieressä. Oppilas kokee, että hän saa henkilökohtaista apua koiralta tehtävänsä suorittamisessa. (Latvala - Sillman 2018, 71–82.) Koiran voidaan katsoa olevan oppimisen väline auttaessaan oppilaita saavuttamaan oppimisessa asetettuja tavoitteita (Järvi & Ikaheimo 2020, 78.) Opettajan voidaan katsoa toimivan omien vahvuuksien ja kiinnostuksen mukaisesti toteuttaessaan eläinavusteista toimintaa luokassaan.

Lamkin esittelee väitöskirjassaan, kuinka koiran läsnäoloa voidaan hyödyntää pedagogisena apuna koulussa oppilaan oppimisen tukena. Lamkinin tutkimuksen kohteena on oppilaiden lukutaito ja se, kuinka koiran läsnäolo vaikuttaa oppilaan lukemisen taitoihin. Koiran läsnäolon lisäksi sen ohjaaja luo lukutilanteessa lukijaan sosiaalisen vuorovaikutustilanteen ja esittää kysymyksiä lukutilanteessa koiran puolesta. Koiran puhumaton, rauhallinen ja kritiikitön läsnäolo luo selitysten ja halausten kera luo pehmeän sosiaalisen sillan oppimisen tilanteeseen. Järjestetty lukemistilanne yhdessä terapiakoiran kanssa auttaa lukijaa motivaatiossa, sitoutumisessa tehtävään sekä lukemiseen liittymissä prosesseissa. Tutkimuksen välityksellä on havaittavissa useita vaikutuksia oppilaiden sitoutumisessa työskentelyyn koiran kanssa, sekä sitä ohjanneen henkilön ja ympäristön välillä. Oppilaat lukevat koiralle ja ovat mielellään sen kanssa vuorovaikutuksessa. Oppilaat ovat kiinnostuneita koirasta ja sen läheisyys rauhoittaa heitä, koiran läsnäolo luo tarkoituksen lukemiselle. Koiran ja ohjaajan yhteistyön edetessä oppilaan kanssa työskennellessä, oppilaiden vuorovaikutteisuus lisääntyy niin ohjaajan kuin luetun kirjan välillä siten, ettei oppilas enää välitä lukemisen tasostaan. Oppilaan kokiessa hermostuneisuutta, koiran ohjaaja kehottaa siirtämään koiraan, kyseinen toiminta rauhoittaa lukijan mieltä ja hän kykeni jatkamaan lukemistaan. Koiran saapuessa luokkaan oppilaat tulevat hyvälle mielelle ja alkavat hymyilemään, lisäksi he osallistuvat innokkaammin oppitunnilla käsiteltävien asioihin. Koiran avulla luodaan yhteys toiseen ihmiseen eli koira siltaa vuorovaikutustilanteita henkilöiden välillä. (Lamkin 2017, 62–76.)

Vaasan yliopiston henkilöstöjohtamisen professori Liisa Mäkelä tekee parhaillaan tutkimusta koira-avusteisen pedagogiikan hyödyntämisestä opettajan vahvuuksien näkökulmasta. Tutkimukseen on haastateltu 14 opettajaa, jotka toteuttavat luokassaan koira-avusteista pedagogiikkaa. Havainnot perustuvat ajanjaksolla 2017–2018 kerättyyn haastatteluaineistoon. Tutkimukseen osallistuvilla opettajilla on entuudestaan kokemuksia koirista ja niiden kanssa harrastamisesta. Haastatteluissa käy ilmi, että opettajat saavat koira-avusteisen pedagogiikan avulla toteuttaa työtään oman kiinnostuksen ja innostuksen kohteena eli koirien avulla. Koira-avusteinen toiminta koetaan osaksi opettajan omaa ammatillisuutta. Työssä on tärkeää voida hyödyntää työntekijöiden erilaisia vahvuuksia. Koira-avusteinen pedagogiikka antaa mahdollisuuden tehdä työtä toisella tavalla, ja haasteet ovat mielekkäitä muutoksen aiheuttamista vaatimuksista huolimatta. Tässä tutkimuksessa vahvuuksien hyödyntäminen käy ilmi opettajan eläinrakkautena, kyvykkyytenä käsitellä koira sekä koiran vuorovaikutustilanteiden hyödyntämisellä opetustilanteessa. Mäkelän haastattelemat opettajat kertovat koira-avusteisen pedagogiikka kokemustensa perusteella voivansa paremmin työssä, ja osalla myös omien kokemusten mukaan työsuoritukset ovat parantuneet koira-avusteisen pedagogiikan avulla. (Mäkelä 2020, 39–43.)

3.2 Koiran käyttö ja hyöty erilaisissa työtehtävissä

Koira voi auttaa ihmistä ja rikastuttaa elämäämme monella eri tavalla ja parhaimmillaan niistä on monipuolisesti hyötyä ihmiselle. Koirat antavat ihmisille psykologista ja yhteisöllistä tyydytystä unohtamatta niiden työsuoritusta yhteiskunnassamme. (Fogle 2008, 13.) Koirat ovat eläimiä, jotka oppivat helposti monenlaisia asioita (Hallgren 1997, 16). Aiemmin koira auttoi ihmistä lähinnä metsästyksessä sekä asuinalueen vartiointissa. Nyky-yhteiskunnassa koiralla on uusia tehtäviä, kuten toimiminen poliisin ja tullin virkamiestehtävissä, näkövammaisten opaskoirina, liikuntarajoitteisten avustajakoirina, kuulovammaisten kuulokoirina ja diabeetikkojen hypokoirina. (Ahonen 2013, 184.)

Suomen kennelliitto kouluttaa kursseillaan vapaaehtoisuuteen perustuvaa kaverikoiratoimintaa, jossa koiranomistajat vierailevat koiriensa kanssa esimerkiksi päiväkodeissa, kehitysvammaisten- ja vanhustenhoitolaitoksissa ilahduttamassa ja piristämässä ihmisten mielialaa. Koirat vierailevat kirjastoissa lukukoirina, koira rentouttaa läsnäolollaan lukijaa ja lievittää stressin tunnetta. Koiralle on helpompaa lukea, sillä se ei huomauttele lukemiseen liittyvistä virheistä eikä hitaudesta. (www.kennelliitto.fi 2020.) Sopiessaan synnynnäisiltä ominaisuuksiltaan sille valittuun tehtävään, koiran on mahdollista toteuttaa sille luontaisia käyttäytymistarpeita ihmisen hyväksi (Kaimio 2007, 79).

Koirien ja myös muiden eläinten työskentely ohjaajien kanssa on lisääntynyt huomattavasti sosiaali-, terveys- ja kasvatusalojen parissa (Kahilaniemi 2016, 31). Koirat kasvatusta ja kuntoutustyössä ry järjestää soveltuvuuskokeita, joissa arvioidaan koiran soveltuvuutta tehtävään toimia apuna ihmisten parissa tehtävässä kasvatusta ja kuntoutustyössä (Latvala-Sillman 2018, 93). Koiran valinnassa terapiakoiriksi tulee kiinnittää erityistä huomiota, sillä on oltava riittävä koulutustaso, fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen kyky tehtävän suorittamiseen ja koiran on oltava kiltti. Kasvatusta ja kuntoutustyöhön valittua koiraa tulee pennusta asti sosiaalista toimimaan erilaisten ihmisten kanssa sekä tutustuttaa erilaisiin ympäristöihin ja äänimaailmoihin. Pennusta asti hyvin toteutettu sosiaalistamiskasvatusta sopeuttaa koiraa aikuisena kestämään stressaavia tilanteita, joita se työssään jatkossa jatkossa kohtaamaan. (Kahilaniemi, 2016, 33–34.) Koirat hakeutuvat mielellään ihmisen läheisyyteen hakien huomiota itselleen, koska niillä on tarve pyrkiä vuorovaikutukseen ja yhteistyöhön ihmisten kanssa (Latvala - Sillman 2018, 60). Koirat voivat läsnäolollaan rohkaista ihmistä spontaaniin keskusteluun toisten kanssa sekä lisätä halua osallistua ryhmätoimintaan (Höök, 2011, 43–50). Keskeistä koira-avusteiselle kasvatusta ja kuntoutusmenetelmän käytölle on tavoitteellisuus ja ammatillisuus (Ikäheimo 2013, 88).

Eläinavusteisessa työskentelyssä erottuu selkeästi kaksi kokonaisuutta, vapaaehtoinen sekä ammattilaistyö. Toiminta määritellään kansainvälisesti hyväksytyjen lyhenteiden mukaan. Nimikkeiden käyttöä valvoo Suomessa Valvira.

AAA eläinavusteinen toiminta (Animal-Assisted Activity) perustuu vapaaehtoisuuteen, esim. vierailuihin laitoksissa, toiminta ei ole tavoitteellista. Sen tarkoitus on lisätä ihmisen hyvinvointia, kuten kaverikoirien vierailut eri hoitolaitoksissa ja yksiköissä. AAT eläinavusteinen terapia (Animal-Assisted Therapy) toiminnassa eläin osallistuu osaksi hoito- ja kuntoutusprosessia, toiminta on tavoitteellista, kuten toimintaterapia, fysioterapia, psykoterapia sekä perheterapia. AAP eläinavusteinen (erityis)opetus (Animal-Assisted (special) Pedagogy) ja AAE kasvatusta- ja koulutyö (Animal Assisted Education). Eläin voi molemmissa muodoissa olla joko opettajan oma tai luokassa toimivan eläimen ohjaaja. Toiminta opetuksen yhteydessä voi olla tavoitteellisesti ja suunnitelmallisesti annettavaa terapiaa tai eläinavusteista toimintaa. Eläinavusteista terapiaa koululuokassa voi antaa opettaja, jolla on tehtävään vaadittava asianmukainen koulutus. (Järvi & Ikäheimo, 2020, 83–86.)

3.3 Eläinavusteisen toiminnan myönteiset vaikutukset

Eläinten koskettelun ja läsnäolon on havaittu laskevan ihmisten verenpainetta sekä stressitasoa, osalla ihmisistä kyseinen reaktio tapahtuu pelkästään eläintä katselemalla. Eläinten käyttäminen yhtenä terapian muotona perustuu edellä mainittuihin vaikutuksiin. (Telkänranta 2016, 155.) Terapian apuna toimivien lemmikkieläinten edistävistä vaikutuksista on saatu yhä enemmän näyttöä vanhusten ja autistien parissa (Grandin 1986, 94). Hallgren viittaa teoksessaan yhdysvaltalaiseen Boris Levinsoniin (1962), joka käytti koira apuna psykoterapiassa. Levinson on toiminut tienraivaajana terapiakoirien käytölle, joilla on todettu olevan erityisen hyvä vaikutus potilaisiin, erityisesti lapsiin. Eläinavusteisen terapian onnistuminen koostuu monista potilaan, eläimen ja niiden väliseen yhteiseen ympäristöön vaikuttavista tekijöistä. (Hallgren 1991, 38.) Ihminen on luonnostaan kiinnostunut eläimistä, minkä seurauksena ihminen on motivoitunut toimimaan yhdessä eläimen kanssa (Fine 2006, 207).

Beck-Friis ym. viittavat teoksessaan saksalaiseen Bergleriin, joka on tehnyt useita koira- ja kissatutkimuksia. Berglerin mukaan eläimen kanssa voi luoda

kontaktin, joka toimii spontaanisti ilman kielellisiä vaatimuksia sekä riippuvuutta oppimiskyvystä. (Beck-Friis ym.2007, 44–86.) Norling viittaa Levinssonin tutkimuksiin, joiden tulkinnan mukaan eläimillä on ainutlaatuinen kyky vaikuttaa toimintaesteiseen ihmiseen vaikeissa tilanteissa, kuten autismi, dementia, Alzheimer, kun tavalliset vaikuttamiskeinot ovat riittämättömät tai niillä ei saada toivottua tulosta. Norlingin viittauksessa Stewart (1995) ja Bergler (1995) ovat tulkinneet eläinten olevan luonnostaan terapeutteja. (Norling 2002, 13.) Työntekijän tulee olla ammatillisesti tietoinen sekä ihmisen että eläimen käyttäytymisestä toteuttaessaan eläinavusteista terapiaa (Salmela 2013, 12).

Norlingin (1990) ruotsalaistutkimuksen mukaan ihmiset ottavat koiran itselleen positiivisten tunteiden kokemisen, yhteisen suhteen luomisen sekä luontokokemusten takia (Norling 2002, 18). Tutkimusten mukaan koira nostaa ihmisen elämänlaatua seuralaisena, kumppanina tai perheenjäsenenä. se kuuntelee, tuo turvaa ja saa hyvälle tuulelle (Palukka ym. 2007, 10). Useimmat koiranomistajat korostavat koiransa uskollisuutta ja luotettavuutta ja näihin koiran sosiaaliin ominaisuuksiin ihmiset eniten ihastuvatkin. Ihmisellä on hyvinvointinsa kannalta perustavanlaatuinen tarve läheisyyteen ja yhdessäoloon, minkä tarpeen voi koira myös osittain täyttää. (Beck-Friis ym. 2007, 42–44.)

Koiran iloisuus on tarttuvaa, lisäksi sillä tuntuisi olevan aivan erityinen kyky saada ihminen hyvälle tuulelle. Monien tutkijoiden näkemyksestä lapset oppivat koiran avulla ilmaisemaan tunteitaan iloitsemalla, purkamalla suruaan ja käsittelemällä vihan tunteita. (Hallgren 1991, 31–33.) Koira ei kritisoi ihmistä vaan sen sijaan palkitsee uskollisuudellaan ja luo ihmiselle merkityksen tunteen. Ihmisen kehossa näkyy fysiologisia merkkejä silittäessämme koira, puhuessamme niille ja viihtyessämme niiden seurassa. Koira sopeuttaa toimintaansa vastatakseen ja tyydyttääkseen ihmisen tarpeita. (Beck-Friis ym. 2007, 12–13.)

Ihmisillä on suuri kosketuksen tarve jo vauvana. Hyväilyt ja kosketukset luovat turvallisuuden tunteen sekä kokemuksen tunteesta olla rakastettu. (Hallgren 1991, 15.) Kosketusta ovat hyväily, halailu sekä ystävällinen taputtelu. Kosketus välittää lapsille fyysisen kanavan kautta rakkautta, hellyyttä, välittämistä

ja arvostamista. (Värri 2004, 128.) Myös koira voi ihmisen tavoin antaa lohdutuksen tunteen omalla läheisyydellään ja kehon lämmöllään, tulemalla lähelle viereen (Hallgren 2005, 17). Se hakee fyysistä kosketusta koskettamalla kuonollaan. Koiran pehmeä turkki houkuttelee sormilla kosketteluun, hyväilyyn sekä halailuun, tällaisen toiminnan vaikutus näyttäisi lisäävän ihmisen turvallisuuden tunnetta. (Hallgren 1991, 35.)

Fogle viittaa teoksessaan amerikkalaiseen kulttuuriantropologiaan Constance Periin, joka esitti ensimmäisenä havaintojaan koiran silittämisen vaikutuksista ihmisen terveyteen. Silittäessämme koira verenpaineemme laskee. Perinin mukaan koiran silittämisen aikana aktivoituvat samat kehomme kemialliset radat kuin ollessamme fyysisessä kosketuksessa oman äitimme kanssa pienenä vauvana. (Fogle 2008, 161.) Fine viittaa teoksessaan tutkijoiden Baun (1984), Jenkins (1986), Baun- et al (1984), Catcer (1981), Wilson (1987) tekemiin tutkimuksiin, joiden mukaan lemmikkieläimillä on ihmisen verenpainetta alentava vaikutus (Fine 2006, 107). Koiran on myös todettu ennakoivan ja varoittavan ihmiselle sattuneista epilepsia-kohtauksista sekä tunnistavan verensokerin alenemisen diabeetikoilla (Beck-Friis ym. 2007, 79).

Koira lohduttaa olemalla läsnä sataprosenttisesti joka solullaan, se vastaa katseellaan, ääntelyllä ja heiluttamalla häntäänsä. Koira poistaa yksinäisyyden tunnetta ja lisää vastaavasti turvallisuudentunnetta fyysisellä läsnäolollaan. Koiran pää painautuneena polvelle, etsivä katse, kostean nenän hipaisu ja tassu reidelle nostettuna ovat voimakkaita eleitä, jotka keventävät ihmisen mieltä positiivisella tavalla. Koiran varaukseton fyysinen läheisyys auttaa vaikeiden tunteiden käsittelyssä. (Beck-Friis ym. 2007, 23–65.)

Koiran läsnäolon positiiviset vaikutukset ihmiseen ovat verrannollisia läheisten ystävien vaikutuksien kanssa (Krivolaptsuk 2004, 179). Koiralla on todettu olevan myönteisiä vaikutuksia ihmisen yksinäisyyden, turvattomuuden, ujouden, itsehallinnan, itseluottamuksen ja epäsosiaalisen käytöksen ongelmassa (Hallgren 1991, 27). Koiralla ei ole vaatimuksia suhteelle, päinvastoin se voi vaikuttaa yhteisöä yhdistävällä tavalla (Beck-Friis ym. 2007, 35).

3.4 Vastavuoroinen viestintä koiran kanssa

Vastavuoroisen kommunikaation keinoja ovat katsekontakti, hymy, ilmeet sekä äänteleminen (Lonka & Korpijaako-Huuhka 2000, 25). Toiselle viestittäessä pyrimme käyttämään sellaista kieltä tai keinoa, jonka avulla molemmat osapuolet pystyvät ymmärtämään toisiaan parhaiten (Launonen 2007, 8). Eläimet kommunikoivat sanattomasti tarkoituksellisesti liikehtien (Prothmann, Ettrich & Prothmann 2009). Eläinten keskinäisen viestinnän kieli on signaalikieli (Koivisto 2011, 7). Signaalikieli koostuu ruumiinliikkeistä, kosketuksista, äänistä sekä hajuista koostuneesta järjestelmästä, jonka avulla eläimet kommunikoivat ja ilmaisevat erilaisia tunnetilojaan. Vuosituhansien kuluessa susilta koirille siirtyi merkki- eli signaalikieli, jota koirat yhä käyttävät aikomuksiensa ja tunteenilmauksiensa ilmaisemiseen. (Sjöberg 1995, 22.) Suurin osa ihmisen vuorovaikutuksesta on sanatonta viestintää, joka alkaa jo ennen keskustelua (Väisänen, Niemelä & Suua 2009, 28). Koirilla ja ihmisillä on yhtäläisyyksiä sosiaalisten signaalien käytössä (Fogle 2006, 47). Ihmiset ilmaisevat itseä koirien tavoin myös kehonkielellä, eleillä, liikehdinnällä sekä kosketuksella. Yksittäinen ele voi tuoda esille ihmisen tunnetilan, ajatukset ja aikomukset. (Sallinen 2019, 37.) Kehonkieleemme eroavat myös toisistaan, koira paljastaa hampaansa ilmaistessaan vihaisuutta, ihmisellä hampaat tulevat esiin nauraessa (Hallgren 2018, 17). Ihmisten viestintä on keskittynyt enemmän kasvojen ilmeisiin, verrattuna eläimillä (Telkänranta 2016, 19). Koira keskittyy kommunikoidessaan pääasiassa näkökykyynsä, joten sanojen kuuntelemisen sijaan se tarkkailee enemmän ihmisen kehonkieltä (Hallgren 1997, 29). Eläimillä eleet herättävät ja saavat aikaan tietyn reaktion välittömästi. Eläimet vastaavat lajitoveriensä ärsykkeisiin omalla orientaation muutoksellaan ja reaktiollaan, eleiden välisellä keskustelulla. Koiralla on äärimmäisen hyvä taito lukea kehonkieltä. Kyseisen taidon avulla koiralla luo läheisen suhteen ihmisen kanssa ilman sanoja. Koirat saavat informaatiota ihmisen olemuksesta, tavasta liikehtiä, sekä kasvojen ilmeistä. (Hallgren 2018, 19.) Koirat pystyvät havaitsemaan erittäin hienovivahteisiakin signaaleja, jotka meiltä ihmisiltä jäävät huomaamatta (Beck-Friis ym. 2007, 79).

Me ihmiset yritämme mahdollisuuksiemme mukaan tulkita ja ymmärtää koirien lähettämiä signaaleja. Koirat ilmaisevat itseään koko ajan tunneilmauksin. (Sjöberg 1995, 22–35.) Ne tuovat tunteensa esille aidosti ja välittömästi (Hallgren 1991, 31). Koirat eivät kätke tunteitaan, vaan ilmaisevat niitä kehonkielellä. (Tapper 2004, 99–104). Koirat ilmaisevat tahtoaan ja tunteitaan esimerkiksi hännän, korvien, karvojen ja kehon asennon muutoksilla ja ne myös kommunikoivat monenlaisilla äänillään tehokkaasti (Fogle 2006, 47). Aiempien uskomusten mukaan eläimet kokisivat tunteita laimeammin kuin ihmiset, mutta nykyiset tutkimukset eivät tue kyseistä ajatusta ainakaan nisäkkäiden ja lintujen osalta (Telkänranta 2015, 49).

Koirilla on tahtoa ilmaisevia viestejä, joiden avulla ne ilmaisevat oman mielipiteensä ja pyrkivät saamaan ihmistä toimimaan oman mielensä mukaan. Ne pyrkivät kääntämään huomion itseensä tönäisemällä kuonollaan tai tassullaan ja katsomalla samanaikaisesti silmiin. (Krivolaptsuk 2004, 147.) Koirien ominaisuuksiin kuuluu muun muassa, että ne nauttivat koskettelusta, sosiaalisesta kontaktista sekä fyysisestä ja psyykkisestä toiminnasta. Näiden inhimillisten ominaisuuksien takia uskomme ymmärtävämmme koiraa ja sen ajatuksia. (Fogle 2008, 160.) Eläinten viestien tulkitseminen vaatii ihmisen asettumista samalle yhteiselle ymmärryksen tasolle. Tähän tarvitaan ihmiseltä erityisesti omaa halukkuutta ja yritteliäisyyttä. (Prothmann ym.2009.) Koiran ja ihmisen yhteistyö on toimivaa silloin, kun molemmat voivat luottaa toisiinsa (Hallgren 1997, 43).

4 TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tämän kasvatustieteen pro gradu -tutkielman tarkoituksena on tuoda esille tietoa työhyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä sekä opettajan kokemuksia koira-avusteisesta toiminnasta. Tutkimuksessa tutkitaan fenomenologiseen tapaan opettajien omia kokemuksia luokassa toimivan koiran vaikutuksista heidän työhyvinvointiinsa. Koiran läsnäolosta ja sen käytöstä koulussa pedagogisena apuna on saatu hyviä opettajien kokemuksia. Koiran on todettu lisäävän koulussa mm. viihtyvyyttä, oppilaiden työskentelymotivaatiota sekä rauhoittavan käyttäytymisen tilanteita. Tutkimuskysymykset on rajattu koskemaan opettajien kokemuksia koira-avusteisesta pedagogiikasta, sen kautta saadaan tietoa toiminnan vaikutuksista opettajan kokemaan hyvinvointiin. Kysymykset muotoituivat tutkimusprosessin aikana sellaisiksi, että ne tuovat vastauksia mahdollisimman hyvin tutkimusongelmaan selittäen tutkittavaa ilmiötä. Tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

1. Millaisia kokemuksia opettajalla on koira-avusteisesta pedagogiikasta?
2. Kuinka opettaja kokee koira-avusteisen pedagogiikan heijastuvan omaan työhyvinvointiinsa?

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Tämä on laadullinen tutkimus, jossa tietoa kerätään haastattelemalla opettajia, ja jossa tutkija on itse läsnä haastattelutilanteessa. Tutkimusaineiston hankinnassa ja sen analysoinnissa tulevat esille kvalitatiiviselle tutkimukselle ominaiset tunnuspiirteet. Olen valinnut tutkimusmenetelmäkseni kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimusmenetelmän, koska ymmärtävä ja tulkitseva lähestymistapa sopii parhaiten tutkittavan ilmiön tarkasteluun. Tarkoitukseni on kuvailla keräämääni aineistoa mahdollisimman kattavasti pyrkien tuomaan esille sen ominaispiirteitä mahdollisimman hyvin.

5.1 Tutkimuskonteksti

Tämän tutkimuksen kohteena olivat pääkaupunkiseudun kouluissa työskentelevät viisi opettajaa. Tutkimuskonteksti oli heidän koululuokkansa, jossa he työskentelivät yhdessä koiransa kanssa. Haastatteliija ei vierailut tutkittavien työpaikalla, koska haastattelu tehtiin työajan ulkopuolella. Tutkimus perustuu täysin opettajan haastattelussa esille tuomiin asioihin. Haastattelu oli vaivaton järjestää haastattelijan sekä haastateltavan asuinpaikkojen sijaintien läheisyyden vuoksi. Tapausten valinnassa kaupungilla tai asuinalueella ei ollut merkitystä saatujen tutkimustulosten kannalta. Koira-avusteista pedagogiikkaa ei toteuteta läheskään kaikissa pääkaupunkiseudun kouluissa, toiminta perustuu täysin opettajan omaan kiinnostukseen toteuttaa sitä työssään. Kaksi haastattelua tehtiin toukuussa työpäivän jälkeen vapaa-ajalla, kolme haastattelua tehtiin opettajien kesälomalla. Opettajien kesälomalla olleiden haastattelujen ajankohta ei vaikuttanut häiritsevän haastateltavia, koska kyse oli heille mieleisestä ja tärkeäksi kokemastaan aiheesta. Haastattelut tapahtuivat heidän toiveidensa mukaisilla paikoilla lähellä kotia tai kotona. Kolme opettajaa halusi haastattelun tapahtuvan omalla pihallaan, yksi sisällä kotonaan ja yksi kävelylenkillä koiranulkoilutuksen yhteydessä. Tämä tutkimus on lähtökohdiltaan fenomenologinen. Fenomenolo-

gian mukaan pääsemme sisälle asioihin kokemuksen kautta (Kakkori & Huttunen 2010, 1). Fenomenologia tarkastelee asioita tutkimushenkilöiden kokemustodellisuuden kautta, henkilöiden itse kokemina ja elettyinä asioina. Totuus, todellisuus, ilmiön ainutkertaisuus ja ymmärtäminen ovat asioita, jotka ovat olennaisia fenomenologialle. (Puusa & Juuti 2020, 297–304.) Elämän merkityksellisyys rakentuu kokemuksista. Esimerkiksi opettajan omat kokemukset luokkatileissa eroavat oppilaiden kokemuksista huolimatta siitä, että he kokevat asioita samassa tilassa. Jokainen ihminen kokee elämässä tapahtuvat asiat omalla tavallaan, siihen vaikuttavat aiemmin koetut kokemukset, käsitykset, arvot sekä tavat tuntea asioita. Fenomenologit ajattelevat, että kaikki kokemamme asiat maailmassa merkitsevät meille jotain, ihmisen toimintaa voidaan pyrkiä ymmärtämään pohtimalla merkityksiä, joihin hänen toimintansa pohjaa. Ihmisellä ei ole syntyessään merkityksiä, vaan ne syntyvät yhteisöissä, joissa meidät kasvatetaan ja joissa me elämme. Fenomenologiassa korostuu yksilöllisyys, jokaisen ihmisen ainutlaatuisuus, mutta yhteisön jäsenenä meillä on paljon yhteisiä tapoja sekä piirteitä. Opettajat ovat kaikki erilaisia, jokainen toimii ja ajattelee täysin itsenäisesti. (Laine 2018, 29–32.)

5.2 Tutkimukseen osallistujat

Tutkimuksen kohderyhmänä olivat opettajat, jotka käyttivät koira pedagogisena apuna työssään. Tutkittavat olivat kaikki kokeneita opettajia, joilla oli useiden vuosien työkokemus jo ennen aloittamaansa koira-avusteista pedagogiikkaa. Opettajat valikoituivat tutkimuksen kohteiksi Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:n sekä tutkijan omien henkilökohtaisten suhteiden kautta. Kvalitatiivisen tutkimuksen kohdejoukko valitaan tarkoituksenmukaisesti. Tutkittavan aineiston tapauksia käsitellään ja tutkitaan ainutlaatuisina, olennaista on aineiston monitahoinen ja yksityiskohtainen tarkastelu. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa tapauksia tutkitaan riittävän tarkasti, jotta saadaan esille ilmiössä sen merkittävyys ja toistuvuus yleisemmällä tasolla. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2005, 155–171.) Tutkimukseen valitut henkilöt vaikuttivat riittävän motivoituneilta haastattelua

kohtaan. Opettajat valittiin tutkimukseen heidän koira-avusteista pedagogiikkaa kohtaan tuntemansa erityisen kiinnostuneisuutensa ja asialle vihkiytymisensä vuoksi. Haastattelun välityksellä oleellisten tietojen saamisen kannalta oli tärkeää, että haastateltava osoitti erityistä kiinnostusta tutkimusaiheittani sekä haastattelua kohtaan.

Tutkimuksen aineisto koostuu viiden opettajan haastattelusta, jotka työskentelevät eri puolilla pääkaupunkiseutua. Heistä neljällä oli takanaan jo useiden vuosikymmenien työkokemus opettajan työstä, he kuvasivatkin itseään uralaan ”opettajakonkareiksi”. Haastateltavilla opettajilla oli eri pituisia kokemuksia koira-avusteisen pedagogiikan toteuttamisesta luokassaan, kokemusvuodet olivat seuraavanlaiset 1, 3, 7, 8 ja 15 vuotta. Nuorimmalla opettajalla oli myös jo useiden vuosien työkokemus takanaan, mutta koira-avusteista pedagogiikkaa hän oli toteuttanut vasta yhden vuoden. Kaikki haastateltavat olivat naisia. Taulukkoon 1. on kerätty haastatteluun osallistuneiden opettajien taustatiedot.

TAULUKKO 1. Haastatteluun osallistuneiden opettajien taustatiedot.

Haastateltava	Sukupuoli	Ikä	Työvuodet opettajana	Toteuttanut koira-avusteista pedagogiikkaa
opettaja G	nainen	38 v.	12 v.	1 v.
opettaja A	nainen	44 v.	16 v.	3 v.
opettaja V	nainen	49 v.	23 v.	8 v.
opettaja M	nainen	62 v.	39 v.	15 v.
opettaja H	nainen	54 v.	26 v.	7 v.

5.3 Tutkimusaineiston keruu

Yleisin tiedonkeruutapa on haastattelu (Hirsjärvi & Hurme 2010, 34). Haastattelun avulla pyritään selvittämään haastateltavan ajatuksia tutkittavasta ilmiöstä. Haastattelua voidaan kuvata keskusteluna, jossa tutkija on aloitteentekijä ja joh-

dattelee keskustelua. (Eskola & Suoranta 2014, 86.) Haastattelussa ollaan kielellisessä vuorovaikutuksessa haastateltavan kanssa, siksi sen voidaan katsoa olevan ainutlaatuinen tiedonkeruumenetelmä. Haastattelun etuna voidaan todeta olevan se, että haastateltavaksi pyydytyt tulevat yleensä mukaan tutkimukseen, lisäksi haastateltavalta on mahdollisuus saada sellaista tietoa, jota ei tutkija ole huomannut esittää kysymystä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 204–206.) Haastattelun joustavuus tulee esille siinä, että tutkija voi palata myöhemmin asiaan ja tarkistaa haluamiaan seikkoja haastateltavalta (Puusa & Juuti 2020, 107).

Haastattelun etuna voidaan sanoa olevan se, että valintatilanteessa on mahdollisuus huomioida vain sellaisia henkilöitä, joilla on tietoa ja kokemusta tutkitavasta aiheesta sekä kokemusta ilmiöstä (Puusa & Juuti, 2020, 106). Haastattelun huonoksi puoleksi voidaan mainita sen vievän paljon aikaa haastattelijalta (Tuomi & Sarajärvi 2013, 74). Fenomenologisessa tutkimuksessa valitaan haastateltaviksi sellaisia ihmisiä, jotka kiinnostavat tutkijaa heidän ilmiöstä olevien elävien sekä omakohtaisten kokemusten vuoksi. Haastattelu on mahdollista suorittaa keskustelemalla kasvokkain, sähköpostilla tai kirjeitse. (Perttula & Latomaa 2009, 71–167.) Fenomenologisesta haastattelutilanteesta pyritään luomaan mahdollisimman luonnollinen ja keskustelunomainen tilanne, jossa haastateltavalla on mahdollisimman paljon tilaa (Laine 2018, 39).

Puolistrukturoitu haastattelu on yleisesti käytetty kasvatus- ja yhteiskuntatieteellisessä tutkimuksessa, sillä sen katsotaan vastaavan hyvin kvalitatiivisen tutkimuksen lähtökohtia (Hirsjärvi ym. 2005, 197). Puolistrukturoitu haastattelu rakentuu valitun aiheen ympärille, joka etenee valmiiksi ennalta tehtyjen kysymysten mukaisesti, mutta haastattelun etenemisessä voidaan poiketa haastateltavan kertoman suuntaisesti (Puusa & Juuti 2020, 17). Puolistrukturoidussa haastattelussa kysymykset ovat haastateltaville samat, mutta haastattelijalla voi vaihdella kysymysten sanamuotoa. Haastattelua voidaan kuvata vähintään kahden ihmisen väliseksi viestintä- ja vuorovaikutustilanteeksi. Haastattelu on tutkijan ja tutkittavan välistä keskustelua tutkittavasta aiheesta enemmän tai vähemmän strukturoidusti. Haastattelussa ollaan vuorovaikutuksessa toiseen ihmiseen sanoilla, niiden merkityksillä ja niiden tulkinnalla. Kielellä on keskeinen merkitys

viestinnässä ilmeiden ja eleiden lisäksi. Haastattelun avulla on tarkoitus saada selville haastateltavan omia merkityksiä tutkittavasta aiheesta. Haastattelijan läsnäololla ja hänen tavallansa esittää kysymyksiä on vaikutusta haastateltavan vastauksiin. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 34–49.)

Haastattelututkimuksessa on tärkeää luottamuksellisen ilmapiirin luominen (Puusa & Juuti 2020, 108). Tutkimusaineistoa hankittaessa tulisi tutkimustilanne luoda sellaiseksi, jotta tutkittavilla on mahdollisuus elää kokemuksiinsa todenmukaisina ja että he voivat kuvata kokemuksiinsa eletyn kaltaisina. Tutkijan on pyrittävä olemaan haastattelutilanteessa mahdollisimman rento ja läsnä oleva, jotta haastateltava saa mahdollisuuden tuoda esiin omia kokemuksiinsa. Kun tutkimuskohteena on toinen ihminen, vaikeutena on ymmärtää toista ihmistä, silloin puhutaan toiseuden ongelmasta. (Perttula & Latomaa 2009, 13–249.)

Olen käyttänyt tutkimuksessa aineistonkeruumenetelmänä puolistrukturoitua haastattelua ja haastattelut on toteutettu yksilöhaastatteluina. Puolistrukturoidussa haastattelussa kysymykset ovat olleet ennalta määrättyjä, joihin haastateltavat ovat saaneet vastata omin sanoin. Kaikki kysymykset ovat olleet haastateltaville henkilöille samat ja ne on esitetty heille myös samassa järjestyksessä (LIITE 1). Otin yhteyttä neljään opettajaan puhelimen tekstiviestillä ja viidenteen otin yhteyttä sähköpostilla. Tunsin entuudestaan kolme haastateltavaa, joten minulla oli heidän yhteystietonsa. Kahden opettajien yhteystiedot sain haastateltavina olleilta opettajilta. Viisi opettajaa ilmaisi halukkuutensa osallistua tutkimukseen välittömästi, yksi ilmoitti sähköpostitse ja neljä ilmoitti puhelimen tekstiviestillä. Sovin erikseen puhelimitse jokaisen haastateltavan kanssa haastattelun ajankohdan ja paikan sekä arvioin etukäteen haastattelun keston pituuden. Haastattelin itse jokaista viittä opettajaa. Arvioin etukäteen haastatteluun menevän aikaa 30-60 minuuttia. Tutkimukseen osallistuneet viisi opettajaa haastateltiin 19.5 - 26.06.2020 välisenä ajanjaksona. Haastattelut kestivät ajallisesti 30-50 minuuttia (TAULUKKO 3). Yksi haastatteluun kutsumani opettaja kieltäytyi osallistumasta tutkimukseen, koska hän oli keskeyttänyt koira-avusteisen pedagogiikan toteuttamisen luokassaan. Syyksi keskeyttämiselle hän mainitsi esimiehen

kielteisen suhtautumisen kyseistä toimintaa kohtaan. Opettajalla oli itsellään myönteisiä kokemuksia koiran kanssa työskentelystä, mutta rehtorin asenne turhautti ja vaikutti päätökseen keskeyttää toiminta.

Haastateltavaksi sovitut henkilöt tulivat mielellään mukaan haastattelutilanteeseen. Haastattelun alussa kertosin haastattelun aiheen, haastattelun kulun ja muistutin haastattelun nauhoituksesta. Haastattelutilannetta voi kuvata vapautuneeksi ja ilmapiiriä luottamukselliseksi, tunsin entuudestaan kolme haastateltavaa. Minun oli helppo luoda haastattelutilanteessa luottamuksellinen ja avoin kontakti kahteen ennalta tuntemattomaan opettajaan. Koiran omistaminen oli yhdistävä tekijä minun ja haastateltavan välillä, se toi luontevaa yhteenkuuluvuuden tunnetta välillemme. Haastateltavan on mahdollista valikoitua tutkittavaksi tapaukseksi, jos tutkijalla on valmiiksi yhteydet häneen (Saarela-Kinnunen & Eskola 2015, 183).

Ennen haastattelun aloittamista virityimme tunnelmaan kertomalla hiukan omista koiristamme ja opettajan työstämme. Kaikki haastateltavat olivat erittäin puheliaita, joten tutkimusaineistoa vaikutti syntyvän riittävästi jokaisessa haastattelussa. Yhden haastattelun osalta koiran ulkoilutuksen yhteydessä äänittäminen oli pysähtynyt kesken kaiken. Aineiston katoaminen huomattiin vasta litteointi vaiheessa. Haastateltava vastasi itse jälkikäteen uudestaan kysymyksiin, nauhoitti sen ja toimitti äänityksen minulle. Tästä koitui haastateltavalle lisävaikeaa, mutta hän koki tutkittavan asian tärkeäksi, joten hän oli halukas sen tekemään uudestaan. Itselleni jäänyt muistikuva paikan päällä tehdystä haastattelusta auttoi vastauksen analysoinnissa.

Etukäteen tehdyt kysymykset toimivat tärkeänä runkona koko haastattelun ajan. Haastattelutilanne oli helppo pitää samankaltaisena haastateltaville valmiiden kysymysten avulla, vaikka vastaukset saattoivat ajautua toisinaan kysymysten ulkopuolelle. Haastattelun päätteeksi jokaisella oli vielä mahdollisuus kertoa jotain sellaista, jota en ollut huomannut kysyä tai jos haastateltavalla oli tullut mieleen jotain sellaista, jota hän ei ollut huomannut aiemmin kertoa. Jokaisen tutkimushaastattelun äänityksen päätteeksi kävimme vielä vapaamuotoisen keskustelun koiriin, työhön ja vapaa-aikaan liittyen. Haastatteluaineisto muodostuu

tutkijan kyvyistä kuunnella, olla läsnä tilanteessa sekä tulla vaikutetuksi haastatteluvasta (Perttula & Latomaa, 2009, 178).

5.4 Aineiston analyysi

Tutkimusaineistoa voi analysoida monella eri tavalla. Analyysitavaksi tulisi valita tapa, jonka avulla aineistosta saadaan parhaiten esille vastaukset tutkimuskysymykseen. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 224.) Laadullisen aineiston analyysin tavoitteena on kohteena olevan ilmiön ymmärtäminen, kuvailu ja tulkinta. Laadullisessa tutkimuksessa aineiston hankinta kytkeytyy kiinteästi aineiston analyysiin. Tutkijan ennakkotiedoilla ja uskomuksilla, eli esiymmärryksellä on vaikutusta aineiston hankintaan ja väistämättä näin myös aineiston analyysiin. (Puusa & Juuti 2020, 143.) Tutkijan tehtävänä on työstää aineistosta oma analyysi ja tulkinta (Eskola 2018, 210). Tutkimusaineisto tulisikin muokata sellaiseen muotoon, joka mahdollistaa tutkimuskysymyksiin vastausten löytämisen (Eskola & Suoranta 1998, 225). Tutkimuksessaan tutkija pyrkii hahmottamaan kokonaisuutta yhdistelemällä havaintojaan ja johtolankoja kokonaisuuksiksi, jotka muodostavat perustellun ja uskottavan kokonaisuuden. Pilkottuaan aineiston osiin tutkija kokoaa sen uudelleen ja yhdistelee asioita tehden niistä synteesiä. (Puusa & Juuti 2020, 146.) Tutkimuksen ydinasia on kerätyn aineiston analyysi, tulkinta sekä johtopäätösten teko. Analyysi on se vaihe tutkimusta, jolloin tutkijalle selviää, millaisia vastauksia hän saa tutkimusongelmiinsa. (Hirsjärvi ym. 2005, 209.)

Laadullisen aineiston analyysi alkaa usein jo haastattelutilanteessa, tutkija tekee monesti havaintoja ilmiöstä jo itse haastattelutilanteessa. Analyysi koostuu kolmivaiheisesta prosessista, aineiston kuvailusta, luokittelusta sekä yhdistelystä. Kuvauksessa on tärkeää tuoda esille ilmiön aika, paikka ja kulttuuri, jossa ilmiö tapahtuu. Luokittelussa tietoa jäsennetään vertailemalla tutkimusaineiston osia. Yhdistelyn avulla pyritään aineistosta löytämään säännönmukaisuuksia tai samankaltaisuuksia. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 136–147.) Aineistoa luokittele-

malla käydään järjestelmällisesti läpi siinä esiintyviä keskeisiä käsitteitä ja lähtökohtia. Tutkimusongelman mukaisesti erotellaan luokkia, joihin aineistoa voi jakaa. (Ruusuvuori ym. 2019, 18.) Havaintoja luokittelemalla, eli ryhmittelemällä niitä kategorioihin pyritään analyysivaiheessa löytämään eri luokkien välillä samankaltaisuuksia ja säännönmukaisuuksia. Tulokset tulee tulkita ja selittää analysoinnin jälkeen. (Puusa & Juuti 2020, 153.)

Mark T. Bevan tuo esille fenomenologisen menetelmän, jossa haastattelun avulla päästään sisälle tutkimukseen. Tämä fenomenologinen lähestymistapa perustuu kokemuksen kontekstissa oleviin aiheisiin, selittäen ilmiötä. Fenomenologinen tutkija on kiinnostunut kuvaamaan ihmisen kokemusta tavalla, jolla tutkittava itse kokee sen, ei siis teoreettisesta näkökulmasta. Bevan puhuu merkityksen kokemuksesta. Tällä hän tarkoittaa sitä, että jokainen voi kokea asian eri tavalla, koska ihmiset katsovat asioita eri näkökulmista. Fenomenologisessa tutkimuksessa haastateltavana oleva kokemuksen kokenut henkilö pohtii ilmiötä, tutkija pääsee jakamaan asian merkityksen haastattelun avulla. Haastattelu on ylivoimaisesti hallitsevin menetelmä fenomenologisessa tutkimuksessa. Tutkijan on otettava huomioon ilmiön konteksti tutkiessaan henkilön kokemusta. Kysymyksiä tulee olla useita, yksi ei riitä tuomaan esille monia kokemuksen näkökulmia. Tutkijan ei tule hallita sitä, miten tutkittava ilmaisee kokemustaan. (Bevan 2014.)

Fenomenologinen menetelmä on täydellistä antautumista tutkittavaan todellisuuteen, silloin on mahdollista ymmärtää tutkittavan ilmiön todellisuutta. Fenomenologisessa tutkimuksessa tutkittavaa houkutellaan kuvaamaan omia kokemuksiaan juuri hänelle todenmukaisesti ilmenevinä kokemuksina. (Perttula & Latomaa 2009, 13–155.) Tarkoitus on kuvata mahdollisimman tarkasti haastateltavan kertomia kokemuksia. Kerätyn aineiston tarkasteluun tulee käyttää riittävästi aikaa, jotta ymmärrämme aineistosta nousseiden ilmaisujen merkityksiä sekä mikä on olennaista tutkimuksen kannalta. Haastateltavan puheen kokemuksellinen luonne on hyvä säilyttää. Suorien lainauksien käyttäminen korostaa haastateltavan puhetapaa. Tutkimuksessa on tarkoitus esittää merkitsevä aineisto tiivistetysti. Fenomenologit korostavat aineistoon paneutumista, jolloin

merkityskokonaisuudet tulevat esille intuitiona. Tutkijan oman elämänkokemuksen myötä kehittynyt ymmärrys auttaa merkitysten ymmärtämisessä ja intuition merkitys korostuu tapatumassa. (Laine 2018, 42–49.)

Merkitysten yhdistäminen edellyttää, että tutkija löytää niistä yhdistäviä ajatuksia (Syrjälä, Ahonen, Syrjäläinen & Saari 1996, 144). Merkityskokonaisuudet on mahdollista löytää niiden samankaltaisuuden sekä yhteenkuuluvuuden perusteella. Tässä vaiheessa on tarkoitus löytää mahdollisimman paljon merkityksiä, jotka ovat olennaisia ilmiölle. Merkitykset ja niiden kokonaisuudet määrytyvät tutkimuksen näkökulman mukaan, tutkimustehtävä tuo esille olennaisimmat asiat ilmiöstä. Fenomenologia pyrkii selvittämään koetun ilmiön merkitysrakenteen. Viimeisenä porttana tutkimuksessa on tulosten tarkastelu sekä prosessin itsearviointi. Tutkimus on onnistunut, jos ymmärrämme tutkittua asiaa paremmin kuin tutkimuksen alkuvaiheessa. Fenomenologisessa tutkimuksessa on tarkoituksena lisätä ymmärrystämme inhimillistä elämää koskevasta ilmiöstä. (Laine 2018, 42–49.)

Aineiston hankinnassa olen ajatellut, että haastattelu olisi paras keino, jonka avulla minulla oli mahdollista päästä hyvin lähelle haastateltavan kokemuksia. Tästä huolimatta en välttämättä ole ymmärtänyt kaikkea haastattelussa esille tulleita merkityksiä. Olen lukenut tutkimusaineistoa useampaan kertaan ja olen pyrkinyt hahmottamaan sen sisällään pitämän kokonaisuuden. Aineistoa olen pyrkinyt kuvaamaan mahdollisimman hyvin ja tuomaan tutkimuskysymysten tuoman näkökulman avulla esille olennaisen tiedon. Olen pyrkinyt kuvaamaan aineistoa luonnollisella kielellä. Analysoidessani aineistoa olen jäsentänyt sen merkityksiä sisältäväksi kokonaisuudeksi, jonka olen tulkinnut ja tuonut esille esittelemällä sen sisältöä kirjoitetulla kielellä. Lopuksi olen koonnut merkitykset yhteen ja tarkastellut niitä pyrkien huomioimaan kaiken olennaisimman. Sen jälkeen olen tehnyt synteessin, jossa olen pyrkinyt kokoamieni pääseikkojen avulla antamaan vastauksia tutkimuskysymyksiini. Tuloksia olen tarkastellut tutkimuksen teoreettisen viitekehyksen valossa. Lopuksi olen pohtinut tutkimukseni onnistuneisuutta sekä miettinyt tutkimuksellisia kehittämissideoita.

Tutkin ilmiötä, jossa koira toimii luokassa opettajan pedagogisena apuna. Ihmisten välisen kohtaamisen kautta tutkijan on mahdollista kokea ymmärtävänsä tutkittavaa ilmiötä (Perttula & Latomaa 2009, 192). Tutkimuksessani analysoin opettajien haastattelussa kertomien asioiden pohjalta, luokassa vierailevan koiran vaikutusta heidän omaan työhyvinvointiinsa. Aineistosta tehdyt kuvaukset, päätelmät ja tulkinnat selittävät tutkijan ratkaisija ja antavat niille merkityksen (Eskola & Suoranta 1998, 225). Aloitin analyysin aineistoon perehtymällä, kuuntelin äänittämällä taltioituja haastatteluja sekä luin haastatteluja. Litteroinnin jälkeen luin haastatteluaineistoa läpi moneen kertaan ja pyrin löytämään siitä asiat, jotka vastasivat tutkimuskysymyksiin ja tutkimuksen tarkoitukseen. Tutkimuskysymykset ohjasivat analyysin suorittamista.

Lähestyn aineistoa induktiivisesti eli aineistolähtöisesti. Induktiivisessa lähestymistavassa pääpaino on aineistossa ja sen tarkastelussa, eli lähtökohta ei ole teorian ja hypoteesin testaaminen (Hirsjärvi ym. 2009, 164). Päädyin aineiston induktiiviseen lähestymistapaan tutkimusaineiston analysoinnin aikana. Analyysi eteni fenomenologisen menetelmän mukaisesti alkaen haastatteluaineiston, eli haastateltavien kertomien kokemusten kuvaamisesta ja eteni tarkastelemaan näistä nousseiden ilmaisujen merkityksiä. Teemoittamisella tarkoitetaan aineiston pelkistämistä, menetelmän avulla tekstistä pyritään erottelemaan olennaisimmat asiat eli löytämään merkitysten ydin. Tutkijan on mahdollista teemoitella aineistoaan omien esittämiensä kysymysten avulla ja sitä kautta löytää merkityksiä. (Moilanen & Räihä 2018, 49.) Tekstistä tulee pyrkiä löytämään aiheet, jotka ovat olennaisia tutkimuskysymysten kannalta (Eskola & Suoranta 2014, 176). Luin litteroituja tekstejä useaan kertaan, pohdin mikä tekstissä on olennaista tutkimuksen kannalta. Aineisto on mahdollista litteroinnin jälkeen järjestää siten, että kaikkien haastateltavien vastaukset ovat järjestyksessä teemoittain (Eskola & Vastamäki 2015, 43). Tutkimusaineiston analyysissä käytin teemoittelua, eli etsin haastatelluille esitettyjen kysymysten avulla litteroidusta tekstistä teemoja, joita nostin esiin. Taulukossa 2. tuon esille haastattelussa saadun tutkimusaineiston teemoittelusta esimerkkejä.

TAULUKKO 2. Tutkimusaineiston teemoittelun esimerkit.

Aineiston näyte	"Merkityksellinen ilmaus"	Teema	Ydinteema
"Se liimautuu oppilaan kylkeen ja antaa koko päivän sille tukea ja turvaa." (opettaja A)	<u>"antaa koko päivän sille tukea ja turvaa"</u>	Koiran läsnäolo rauhoittaa oppilaita.	Opettajan kokemukset koira-avusteisesta pedagogiikasta.
"Se auttaa oppilasta säätelmään omaa toimintaa ja rauhoittumaan." (opettaja A)	<u>"säätelmään omaa toimintaa"</u>	Koiran läsnäolo auttaa oppilaita säätelmään omaa toimintaansa.	
"Me harjotellaan kokeiden tekemistä sillä, että koira vie niille pussukoissa kysymyksiä eli noutamista väärin päin, ja saa heidät keskittymään tekemiseen." (opettaja M)	<u>"ja saa heidät keskittymään tekemiseen"</u>	Työskentely koiran kanssa lisää oppilaiden mielenkiintoa työskentelyyn ja parantaa keskittymistä tehtävien tekemiseen.	
"Mutta pedagogisesti se oli enemmän sellanen tunnekasvatukseen käytettävä työväline." (opettaja G)	<u>"tunnekasvatukseen käytettävä työväline"</u>	Koiran läsnäoloa käytetään pedagogisissa tilanteissa apuna opettaessa oppilaalle tunteiden säätelyä.	
"Koira tuo esille oppilaan empatiakyvyn, ilman koiraakaan se ei tulisi aina esille." (opettaja G)	<u>"Koira tuo esille oppilaan empatiakyvyn"</u>	Koiran läsnäololla on merkitystä oppilaan kyvyn kokea empatiaa ja kehittyä siinä.	
"Mua ilahduttaa se, kun lapset ilahtuu. Mun mielestä siinä tulee itelle vielä enemmän lämmin ja empaattinen tunne, kun koira on siinä helittävänä kaikilla." (opettaja A)	<u>"lämmin ja empaattinen tunne"</u>	Koiran läsnäolo vapauttaa opettajan resursseja.	Koira-avusteisen pedagogiikan heijastuminen opettajan hyvinvointiin.
"Vapautuneisuutta, kun koira on siinä vieressä." (opettaja A)	<u>"Vapautuneisuutta"</u>	Koiran läheisyys rentouttaa ja luo vapautuneen olotilan.	
"Just se äänensävy antaa oppilaille semmosen kuvan, että opettaja on hyvällä tuulella." (opettaja H)	<u>"opettaja on hyvällä tuulella."</u>	Hyvä mieli kuvastaa opettajan kokemaa myönteisyyttä ja hyvinvointia.	
"Mä oon saanut esimiehiltä hyvää palautetta. Se, että mun työtä arvostetaan ja samoin mun työkaverit kanss." (opettaja H)	<u>"hyvää palautetta. Se, että mun työtä arvostetaan"</u>	Opettajan työssä koetaan tärkeänä, että omaa kehrittelemäänsä pedagogiikkaa ja metodia arvostetaan ja pidetään tuloksellisena.	
"Mä saan ne lapset tekemään tehtäviä ja lapset on sinnikkäämpiä ja opetus helpottuu niin paljon, että se motivoi mua." (opettaja M)	<u>"opetus helpottuu niin paljon, että se motivoi mua."</u>	Oppilaiden motivaation lisääntyminen koulutyöhön lisää myös opettajan motivaatiota työhönsä.	

Teemoittelun avulla sain esille opettajien kokemia merkityksellisiä, jotka vastasivat tutkimuskysymyksiini. Teemoissa esiin tulleet asiat liittyivät hyvinvointiin, koira-avusteiseen pedagogiikan toteuttamiseen sekä sen hyötynäkökohtiin sekä motivaatioon liittyviin tekijöihin. Teemoittelemalla aineistoa saadaan esitettyihin kysymyksiin vastauksia. Käytin teemoittelussa apuna värikoodeja, värjäämällä samaan teemaan kuuluvaa aineistoa tietyllä värillä, näin aineistoa oli helpompi lukea ja käsitellä.

Tulkinta on pohdintaa, siihen ryhdytään analyysissä nousseiden aineiston merkityksien selventämiseksi ja tutkittavan asian suhteiden ymmärtämiseksi (Hirsjärvi ym. 2009, 228). Pohdin haastatteluja lukemalla, mikä on olennaista tutkimuksen kannalta. Merkitysten löytymiseen auttoi tutkijan omat kokemukset opettajuudesta sekä koira-avusteisesta pedagogiikasta, tutkijalla oli siten kokemustensa perusteella muodostunut selkeä ymmärrys ja taju tilanteista, joita tutkittavat kertoivat haastattelussa. Tulkinta perustuu aina jonkinlaiseen oletukseen tai tutkijan esiyymmärrykseen tutkittavasta aiheesta. Tutkijan on tärkeää tiedostaa oma esiyymmärryksensä ja sen vaikutus tutkimusprosessissa sekä tulokinnassa. (Moilanen & Räihä 2018, 57.) Tutkimuksessani on ollut riski tarpeettomaan tulkintaan, sillä tunsin itse henkilökohtaisesti osan haastateltavista. Lisäksi tarpeetonta tulkintaa on saattanut muodostua siksi, että olen itse toteuttanut toimintaa, jota tutkin. Voi olla, että en ole nähnyt merkityksiä samalla tavalla, kuin joku toinen, joka tarkastelisi tutkimiani asioita etäämmältä. Tässä tutkimuksessa tutkijalla on ollut omia kokemuksia tutkimastaan ilmiöstä. Tutkimuksen edessä ja tietomäärän kasvaessa olen oppinut jatkuvasti uutta. Uusi saamani tieto on kertynyt vanhan päälle, jota olen tarkastellut kriittisesti reflektoiden aiempaan tietoon. Oma käsitykseni aiheesta on tutkimuksen eri vaiheiden aikana laajentunut ja tietomääräni syventynyt.

Analyysin perusteella nousseet ajatukset tuon esille johtopäätöksissä. Tutkimuksessa tutkittavien määrä voi jäädä hyvinkin pieneksi, silloin on hyvä pohtia ovatko ihmisten kokemukset ja käsitykset yleistettävissä tavalla, että luoja voi todeta niiden koskettavan itseään (Aaltola & Valli 2010, 65). Aineiston koko on riittävä, kun olennainen tieto saadaan kerättyä siitä (Nummenmaa,

Konttinen, Kuusinen & Leskinen 1997, 21). Saturaaation eli kylläntymisen ajatus tarkoittaa sitä, että haastateltavien määrän voidaan päätellä olevan riittävä, kun niistä ei ilmene enää mitään uutta (Eskola & Vastamäki 2015, 41). Tässä tutkimuksessa viiden henkilön haastattelujen kertomat vastaukset toivat riittävästi tietoa ilmiön tutkimisen kannalta, joten saturaaatio ajatus kävi toteen aineiston riittävyden osalta. Lisäaineiston kerääminen ei vaikuttaisi tuovan lisätietoa tälle tutkimukselle. Haastattelujen suurempi määrä olisi saattanut tuoda joitakin lisä näkökulmia tutkittavalle ilmiölle, mutta johonkin on pistettävä raja, joten aineiston määrä on rajattu sen kylläntymispisteeseen.

Litterointi on keino tutustua paremmin tutkimusaineistoon sekä muuttaa aineisto helpommin hallittavaan muotoon (Ruusuvuori, Nikander & Hyvärinen 2019, 13). Litteroinnilla tarkoitetaan sitä, että tallennettu aineisto kirjoitetaan puhtaaksi kirjoitetuksi tekstiksi, useimmiten on tarkoituksenmukaisinta kirjoittaa teksti sanasanaisesti. Tutkimusaineiston litteroinnista ei ole olemassa sen tarkkuuteen liittyvää yksiselitteistä ohjetta. (Hirsjärvi ym. 2009, 222.) Äänittämani viisi haastattelua litteroin erillisiksi tiedostoiksi. Litterointivaiheessa pyrin kirjoittamaan tarkasti sanasanaisesti ylös kaiken sen, mitä haastateltavat kertoivat. Litteroitua haastatteluaineistoa kertyi yhteensä 30 sivua fonttikoon ollessa 12, rivivälin ollessa 1,5 sivun koko oli A4. Litteroituun tekstiin on helppo palata tutkimuksen tulkinta- ja johtopäätösvaiheen aikana (Syrjälä ym. 1996, 140). Taulukkoon 3. on kerätty tutkimukseen osallistuneiden haastattelujen ajallinen pituus sekä litteroidun aineiston määrä. Tutkija pyrki tutkimuksessaan hahmottamaan kokonaisuutta yhdistelemällä havaintojaan ja johtolankoja kokonaisuudeksi. Pilkottuaan aineiston osiin tutkija kokoaa sen uudelleen ja yhdistelee asioita tehden niistä synteesejä. (Puusa & Juuti 2020, 146.)

TAULUKKO 3. Haastattelun kesto sekä litteroidun aineiston määrä.

Haastateltava	Haastattelun kesto	Litteroitujen sivujen määrä
Opettaja G	45 min	5 s.
Opettaja A	31 min	5 s.
Opettaja V	50 min	9 s.
Opettaja M	35 min	6 s.
Opettaja H	30 min	5 s.

5.5 Eettiset ratkaisut

Tutkimuksen teon eri vaiheissa olen noudattanut Tutkimuseettisen neuvottelukunnan laatimia ohjeita, joissa tuodaan esille hyviä tieteellisiä käytänteitä. Ohjeiden tavoitteena on edistää hyvää tieteellistä käytäntöä sekä ennaltaehkäistä epärehellisyyttä ja vilppiä. Ohjeissa kerrotaan muun muassa, että tutkimustyön kaikkien eri työvaiheiden lähtökohtana tulee olla rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus. Ohjeiden mukaan tieteellinen tutkimus on eettisesti hyväksyttävä ja luotettava vain, jos tutkimuksen tekovaiheissa on noudatettu edellä mainittuja hyviä tieteellisiä käytänteitä. (TENK 2012, 4–6.) Aineistoa kerätessä tutkijan ja tutkittavien välille olisi kyettävä luomaan luottamuksellinen suhde, tutkittavien anonymiteetti tulee suojata ja heille tulee antaa rehellinen kuva tutkimuksen tarkoituksesta (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 24). Kerroin haastateltaville opettajille ennen haastattelua avoimesti tutkimuksen aiheesta ja sisällöstä, heillä oli myös mahdollisuus esittää aiheeseen liittyviä kysymyksiä. Haastattelu tilanteesta pyrin luomaan mahdollisimman luottamuksellisen ilmapiirin ja tuomaan omalla sensitiivisellä olemuksellani lämpimän ja turvallisen vuorovaikutuksen ilmapiirin. Ennen haastattelun aloittamista kysyin jokaiselta haastateltavalta luvan saada tallentaa tutkimushaastattelun. Tutkimusaineistossa haastateltavien oman nimen käytön sijasta oli käytetty suuraakkosia. Kirjaimet eivät ole millään lailla yhdistettävissä henkilökohtaisesti opettajaan, joten heitä ei voi kirjainkoo-

din perusteella tunnistaa. Kirjaimet helpottivat tapaa erottaa tutkimuksen kohteena olleet haastateltavat toisistaan. Litteroinnin yhteydessä muutin myös koirien nimet toisen nimisiksi. Käsittelin aineistoa tietoturva- ja tietosuojasiat huomioiden, ja tutkimukseen liittynyt haastatteluaineisto on hävitetty asianmukaisesti. Näillä edellä mainitsemillani toimilla halusin varmistaa haastateltavien anonyymiteetin, jotta opettajien henkilöllisyyttä ei tunnistettaisi tutkimuksessa. Kaikissa tutkimusprosessini vaiheissa tarkoitukseni on ollut noudattaa hyviä tieteellisiä käytänteitä.

6 TUTKIMUSTULOKSET

Tässä kappaleessa tuon esille tutkimuksen tuloksia. Tämän tutkimuksen tarkoitus on löytää suuntaa antavaa tietoa luokassa pedagogisena apuna toimivan koiran vaikutuksia opettajan kokemaan hyvinvointiin. Tutkimuksen kohderyhmänä olivat opettajat, jotka käyttivät koira-aavusteisena apuna työssään. Tuloksia olen pyrkinyt tuomaan esille kahden tutkimuskysymyksen avulla, jotka käsittelivät opettajan kokemuksia koira-avusteisesta pedagogiikasta sekä koira-avusteisen pedagogiikan heijastumista opettajan omaan hyvinvointiin. Olen käsitellyt molemmat tutkimuskysymykset omissa luvuissaan tulosten esille tuomisen selkeyden vuoksi.

6.1 Opettajan kokemukset koira-avusteisesta pedagogiikasta

Vastauksissa kävi esille, että opettaja oli jo ennen koira-avusteisen toiminnan aloittamista kokenut kiinnostusta koiran pedagogiseen hyödyllisyyteen koulutyössä. Heillä oli ennakkoaajatuksia, että oppilas voisi hyötyä koiran läsnäolosta luokassa auttaen tunne-elämän taidoissa, työskentelyn motivoimisessa sekä emotionaalisuuden tukena.

”Mä ajattelin, että koiran läsnäolosta vois olla rauhottavaa apua.” (opettaja A)

Koira-avusteista toimintaa on tutkittu ja toteutettu jonkin verran. Opettaja oli lukenut ja kuullut koira-avusteisesta toiminnasta ja koiran vaikutuksista eri medioista sekä alan kirjallisuudesta.

”Erilaisia tutkimuksia oli jo jonkin verran. Se lähti kiinnostuksesta, että olin lukenut ja kuullut siitä, että koira voi erityisluokassa tuoda empatiakykyä ja semmoisia lapsia saa innostumaan, jotka ei muute innostu opetuksesta ja ehkä saa rauhottumaan oppilaita.” (opettaja G)

Kahdella vastaajista koiran tullessa vuosia sitten luokkaan, toiminta ei ollut aluksi suunniteltua. Koira-avusteisen toiminnan ollessa aluillaan, siitä ei ollut yhtä paljon tietoa saatavilla, kuin nykyään. Tämä oli yksi syy siihen, että opettaja otti koiran luokkaan miettimättä enempää sen tarkoitusta tai suunnitelmallisuutta. Toiminta lähti kehittymään kohti tavoitteellisempaa toimintaa opettajan omien havaintojen ja kokemusten tukemana. Aluksi koira toimi oppilaille palkkana hyvin tehdystä koulutyöstä ja käyttäytymisestä.

"Se kiinnosti pedagogisena välineenä luokassa ja ehkä myös se oma näkökulma halus itse työhönsä jotakin uutta." (opettaja G)

"Toiminta oli alkuun täysin suunnittelematonta, niin että koira tulee palkaksi tai muuta sellaista, mutta muuttui niin, että koirasta tuli pedagoginen työkalu. Missä vaiheessa tämä oikeasti tapahtui, en osaa tarkkaan sanoa päivämäärää, se vaan alkoi liukua siihen suuntaan." (opettaja V)

Neljä haastateltavaa kertoi kokeneensa, että koira-avusteinen pedagogiikka lisäsi opettajan työmäärää opetuksen suunnittelussa sekä toteutuksessa. Niinä päivinä, kun koira oli luokassa, opettajan tuli suunnitella erikseen opetuksen sisältöä niin, että se mahdollisti koiran osallistamisen. Koiran läsnäolopäivälle erikseen suunniteltava toiminta lisäsi opettajan työmäärää, mutta se koettiin antoisaksi työnlisäykseksi. Vaikka koiran läsnäolo koulupäivinä kasvatti omalta osaltaan työmäärää ja siellä oli oppilaiden lisäksi yksi huolehdittava enemmän, koirasta saatava pedagoginen hyöty kompensoi kokonaisuuden myönteiseksi.

"Se teettää mulle lisää työtä, se on yksi hoidettava lisää." (opettaja M)

"Joo, mutta mä en oo ikinä kokenut sitä semmoseks kuormittavaks, vaan päinvastoin, että uutta intoa tulee siihen työhön." (opettaja H)

Koiran hyvinvoinnista ja sen tarpeista huolehtiminen, kuten ulkoiluttaminen ja ruokkiminen, lisäsivät myös opettajan työmäärää. Lisäksi opettajan oli otettava huomioon koiran läsnäolo kaikissa luokan tapahtumissa.

"Lisää, mun pitää ottaa koko ajan koiran hyvinvointi huomioon. Mun pitää ottaa myös koko ajan koiran hyvinvointi huomioon, mun täytyy viedä sitä ulos." (opettaja A)

"No se et ollaan koulun tiloissa, ja että siinä pitää ottaa yksi palikka lisää ajatteluun mukaan." (opettaja A)

Yksi haastateltava huomio vastauksessaan koiran luonteenpiirteen, eli jos koira olisi haastavampi käytökseltään, se saattaisi vaikuttaa työmäärään lisääntyvästi.

"Koira ei sinänsä lisää työmäärää, kun se hengailee mukana. Jos olisi erilainen koira, jota joutuisi vahtimaan tai kiinnittämään siihen huomiota koko ajan, se olisi haastavampaa." (opettaja V)

Luottamus koiran ja opettajan välillä koettiin tärkeäksi. Opettajan tuli tuntee koiransa erityisen hyvin, jotta hän kykeni arvioimaan koiransa reaktion tilanteessa, jossa oppilaan käyttäytyminen muuttuisi haastavaksi. Opettaja sekä koira tulkitsivat toistensa aikeita eleiden ja liikkeiden välityksellä ja mukauttivat omaa käytöstään tilanteen tarvitsemalla tavalla. Lisäksi koirat osoittautuivat taitaviksi tulkitsemaan oppilaiden mielialaa ja toimimaan tilanteen vaatimalla tavalla lohduttamalla ja tukemalla oppilasta. Tällaiset koiran vaistonvaraiset tulkinnot ja tilanteeseen oikealla tavalla reagoimistavat tuovat lisäarvoa opettajan apuna toimimiseen.

"Mun täytyy tietää tarkasti, missä koira menee, mutta mun koira toimii jo niin automaattisesti, että mun ei tarvi sanoo sille enää mitään. Se osaa ennakoida mun eleistä ja liikkeistä, että pitääkö sen olla aktiivinen, vai pitääks sen mennä passiivisena syrjään." (opettaja M)

"Yhtäkkiä koira meni oppilaan luokse ja pisti pään sen syliin. Oppilaalla oli punaiset posket ja läiskät kaulassa, joka oli merkki siitä, että se oli saamassa raivarin. Koira varmaan haistoi aggression nousun kortisolista, joka tuli siitä lapsesta ja se niin ku ennakoisi sen ja meni rauhoittamaan omalla läheisyydellään."
(opettaja M)

"Se liimautuu oppilaan kylkeen ja antaa koko päivän sille tukea ja turvaa."
(opettaja V)

Oppilaiden käyttäytyminen koettiin rauhallisemmaksi koirapäivinä, mikä helpotti vastaavasti opettajan työtä. Koiran koettiin vaikuttavan oppilaan taitoihin säädellä tunteitaan ja ohjata toimintaansa koulupäivän aikana.

"Se auttaa oppilasta säätelemään omaa toimintaa ja rauhoittumaan. Rini luo yleisen rauhoittavan ilmapiirin luokkaan."(opettaja A)

"Sen mä tiedän, että kun koira on luokassa mä oon varmasti rennompi, koska luokka on rennompi. Siellä on kiukuttelua ja oppositiota vähemmän, niin se tekee mulle työskentelyn paljon helpommaksi."(opettaja M)

Opettajan työssä oppilaiden välituntien aikana opettajalla on välillä mahdollisuus pitää lyhyt tauko. Koiran ollessa koulussa opettaja ei mennyt taukojen aikana opettajienhuoneeseen, joten sosiaaliset kontaktit kollegojen kanssa olivat koirapäivinä vähäisemmät.

"Mä en yksinkertaisesti kerkii sit ollenkaan mennä opehuoneeseen, et mul ei tavallaan oo vapaahetkiä, että kaikki välitunnit mä huolehdin siitä, että koiralla on asiat hyvin." (opettaja M)

Työpäivästä tuli myös jonkin verran pitempi, sillä opettaja halusi olla normaalia aikaisemmin luokassa koiransa kanssa valmistelemassa koulupäivän kulkua

kuin normaalipäivinä. Koiran haluttiin tutustuvan ympäristöönsä ennen oppilaiden saapumista. Koiran läsnäolo palkitsi tuloksillaan lisääntyneen työmäärän ja toiminnan kannattavaksi.

"Joudun lähteä aikasemmin, kun täytyy olla luokassa aikasemmin. Täytyy valmistella asioita enemmän. Se vie voimia, mutta tuo myös paljon työskentelyyn, omaan työhön ja oppilaiden työhön." (opettaja G)

Kaikkien opettajien koirilla oli aktiivinen pedagoginen rooli luokassa. Tärkein tehtävä vaikutti olevan oppilaiden mielialaa ja luokan tilanteita rauhoittava sekä ilmapiiriä parantava toiminta. Koiran avulla koettiin läheisyyden tunnetta, ja se auttoi oppilaita tunteiden säätelyssä.

"Mun koiran tehtävä on olla rauhoittava elementti luokassa. Jos huomaan, että jollain oppilaalla alkaa käymään kierroksilla voin ohjata Rinin sen oppilaan viereen ja se oppilas saa silittää sitä koiraa tai pitää silitys/köllöttely tauon koiran kanssa. Mun koira on semmonen, joka tykkää halailla ja olla lähellä." (opettaja A)

"Mutta pedagogisesti se oli enemmän sellanen tunnekasvatukseen käytettävä työväline." (opettaja G)

Lisäksi koiraa käytettiin mm. lukukoirana, se oli mukana opetustilanteissa motivoimassa ja aktivoimassa oppilaiden oppimistilanteita eri oppiaineissa. Koiran läsnäolo lisää oppilaiden mielenkiintoa oppitunnilla työskentelyyn ja parantaa keskittymistä tehtävien tekemiseen. Koirille oli opetettu tehtäviä, joiden avulla ne osallistuivat opetuksen kulkuun. Osa oppilaista motivoitui liikkumaan saadessaan taluttaa koiraa ulkona.

"Käytän lukukoirana ja rauhoitukseen, niin tehtävissä kuin muutenkin." (opettaja H)

"Käydään kävelyllä. Oppilaat saavat kävelyttää Riniä silleen, että Rini on minussa hihnalla kiinni, Rini on iso koira. Se on liikunnallisesti motivoivaa osalle."
(opettaja A)

"Koiran kanssa tehdään esimerkiksi tehtäviä, sillä tavalla, että koira pyörittää noppaa tai noutaa jotain. Koiralla on aika iso repertuaari erilaisia temppuja, mitä se osaa. Sit koira auttaa kokeissa tosi paljon. Me harjotellaan kokeiden tekemistä sillä, että koira vie niille pussukoissa kysymyksiä eli noutamista väärin päin, ja saa heidät keskittymään tekemiseen. Se on lapsille leikki ja koiralle työtä." (opettaja M)

Koiran avulla oli mahdollista löytää yhteinen keskustelun ja huomion aihe, joka auttoi vuorovaikutustilanteen muodostamisessa, kun siinä esiintyi hankaluutta. Koira toimi eräänlaisena neutraalin yhteyden avaajana, jolloin ei tarvitse ottaa puheeksi omia asioita, joista oli hankala puhua.

"Aika monen kanssa koira on se, millä saadaan keskusteluyhteys auki. Kun on rakennettu vähän luottamusta, päästään myös niihin kipeisiin asioihin."
(opettaja V)

Osalla oppilaista oli henkilökohtaisen opetuksen järjestämistä koskeva suunnitelma (HOJKS), silloin opettaja oli suunnitellut koiran pedagogisen toiminnan siten, että se tuki toiminnallaan oppilaan tavoitteiden saavuttamista.

"Opetussuunnitelmat ovat hyvin henkilökohtaset niin mä mietin, että mitä mä opetan ja miten saan koiran siihen ujutettua työvälineeksi. Samoin kun uuden opetussuunnitelman myötä on tullut tunne ja vuorovaikutustaidot, niin käytän Chiliä tunnetaitojen opettamiseen, koko koulun oppilaille." (opettaja H)

Kaikki oppilaat eivät olleet kiinnostuneet yhteistyöstä koiran kanssa, jolloin sitä ei toteutettu oppilaan kanssa. Koira ei ollut vastaus kaikkiin oppilaan kanssa esille tuleviin ongelmatilanteisiin, joillekin oppilaille yhteistyö koiran kanssa

sopi ja joillekin ei. Opettajan tuli tehdä havaintoja oppilaan työskentelystä ja arvioida, kenelle koiran kanssa yhteistyö sopi ja kenelle ei.

"Koiraa ei ole automaatio, että tuo koiraa luokkaan ja kaikki menee hyvin, vaan se on metodi joidenkin opiskelijoiden kohdalla." (opettaja V)

Koulun työyhteisössä työskenteli monenlaisia ihmisiä, joten koiran läsnäolosta löytyi mielipiteitä sekä puolesta ja vastaan, lisäksi ennakkoluuloja esiintyi jonkin verran. Yhdessä vastauksessa kävi esille se, että osa koulun henkilökunnasta pelkäsi koiraa, mutta se ei estänyt opettajaa tuomasta koiraa kouluun. Tiettyjen yhteisten sääntöjen luominen helpotti koiraa-avusteisen toiminnan toteuttamista koulussa, koirat liikkuvat vain tietyissä koulun tiloissa. Näin koiria välttelevät henkilöt osasivat olla poissa tiloista, joissa koiralla on toimintaa. Usealle työyhteisön opettajalle koulukoira toi päivään piristystä ja hyvää mieltä. Koiraa-avusteisen pedagogiikan toteuttamisella voitiin myös tietoisesti tai tiedostamatta nostaa luokan tai koulun myönteistä profiilia. Koiran läsnäoloon liitettiin myönteisiä ajatuksia, ja siten koko luokan status vaikutti nousevan muiden oppilaiden mielikuvissa. Oppilaat ilmaisivat halukkuutensa opiskella koiraluokassa, vaikka luokan status olisikin ollut jostain syystä leimaava.

"Moni opettajatoveri kiittelee sitä, että Rini pelastaa heidän päivänsä, kun he saavat aamulla sitä silitellä." (opettaja A)

"Suurin osa opettajista pitää koirista. Kaikki eivät kuitenkaan pidä koirista, ja on niitä, joita koirat vähän pelottavat. Siksi on sovittu, että koiraa ei tule kokoustilaan tai jos he tulevat luokkaan, koiraa menee häkkiin. Yhdessä on sovittu säännöt, joita noudatetaan. Ovessa on lappu, että koiraa on täällä." (opettaja V)

"Ei oo yhtään negatiivista kokemusta kenenkään kollegan kanssa koiraa-avusteisesta." (opettaja G)

Opettajien kokemukset koira-avusteisesta pedagogiikasta olivat keskenään samansuuntaisia. Haastateltavien vastauksista kävi esille, että opettajat kokivat oppilaiden käytöksen olleen koiran läsnäolopäivinä rauhallisempaa. Lisäksi oppilaiden keskittymiskyky ja työskentely oppitunnilla parani koiran osallistuessa opetuksen kulkuun suorittamalla sille annettuja tehtäviä.

6.2 Koira-avusteisen pedagogiikan heijastuminen opettajan työhyvinvointiin

Koiran läsnäolon koettiin ilahduttavan ja rentouttavan omaa työpäivää, opettajan leikillisempi ja hupsutteleva mieli lisääntyi.

”Koiran luokassa olo vaikuttaa käyttäytymiseen ehkä niin, että se aiheuttaa lisää hupsuttelua, mutta heittäydyn muutenkin niin paljon, että koira on vain hyvä tekosyy, että voi heittäytyä enemmän.” (opettaja V)

Koirasta koettiin aidosti olevan hyötyä pedagogisesti opetustyössä, sillä se loi omalla läsnäolollaan yhteisöllisyyttä ja auttoi oppilaita ilmaisemaan empatiantunteita.

”Semmosta yhteisöllisyyttä ja yhteenkuuluvuutta, se on aina ollut se iso asia, minkä koira on tuonut.” (opettaja H)

Opettajat kokivat iloa ja myönteisiä tunteita vaistotessaan oppilaiden nauttivan koiran läsnäolosta.

”Mua ilahduttaa se, kun lapset ilahtuu. Mun mielestä siinä tulee itelle vielä enemmän lämmintä ja empaattinen tunne, kun koira on siinä hellittäväänä kaikilla.” (opettaja A)

Koira työväliseenä motivoi ja loi intoa työntekoon. Työpäivä koettiin helpomaksi siinä mielessä, että oppilaiden käytös oli koirapäivinä rauhallisempaa, joten opettajakin pääsi vähemmällä työllä, kun ei tarvinnut puuttua häiriökäytökseen.

"Koen, että koira tuo uutta intoa työntekoon ja oppii itsestä uutta. Se herättää minussa lähtökohtaisesti positiivisia tunteita." (opettaja G)

Opettajat kokivat olevansa enemmän läsnä oppilaiden kanssa sekä kärsivällisempiäkin, kun koira oli luokassa.

"Koiran läsnäolo lisää pitkää pinnaa." (opettaja A)

"Oon ehkä vielä enemmän läsnä tilanteissa." (opettaja G)

Koiran läsnäolon avulla työpäivän aikana oli mahdollista kokea vapaa-ajan tapaan koettuja rentouden tunteita. Rentouden tunne voimaannutti ja antoi lisää energiaa jatkaa työpäivää loppuun saakka.

"Mielestäni koiran avulla onnistun pääsemään samaan nollausmoodiin myös työpäivän aikana, kun saan olla hetken koiran kanssa." (opettaja V)

Koiran läsnäololla koettiin olevan vaikutuksia omaan käytökseen myönteisesti, se lisäsi hyvää mieltä ja iloa työpäivän aikana.

"Kyllä monella tapaa. Se on semmoista vapautuneisuutta, kun koira on siinä vieressä." (opettaja A)

"Sen mä tiedän, että kun koira on luokassa mä oon varmasti rennompi, koska myös luokka on rennompi." (opettaja M)

Koiran kanssa heittäydyttiin leikkimielisiksi, osoitettiin lämpimiä tunteita ja empatiaa herkemmin kuin muina päivinä. Opettaja toi luokkaan koiran, joka oli osa hänen perhettään. Koiran läsnäolo toi luokkaan lämpimän kodinomaisemman tunnelman, jolloin opettajakin oli rennompia ja hänen käytöksestään heijastui myönteisyys. Koiran läsnäolo herätti positiivisia tunteita ja toi mukanaan rennompaa työtettä.

"Sillon kun koira on luokassa, se on kodinomaisempi. Kyllä mä uskon et mä oon empaattisempi ja rauhallisempi." (opettaja H)

"Olen varmasti erilainen, kun koira on luokassa, kun keuhun koiraa omalla tavallani kimittämällä. Heittäydyn koiran kanssa enemmän, kuin että koira ei siellä olisi. Opiskelijat pitävät minua välillä vähän "pöhkönä", koska hulluttelen muutenkin tunneilla. Minulle sopii se, että voi hullutella, ei aina tarvitse olla niin vakavana. Se, että vaikuttaako koira omaan tunnetilaani, niin olen ehkä turhan pitkään ollut opettajana, että ylipäänsä ottaisin töitä niin." (opettaja V)

"Kyllä mä oon erilainen, esim. joskus isommat oppilaat on nauranut, että opella on Chilin ääni. Mut mä oon kokenut myös sen, että kun mähän on hirmu tiukkapiipo koulussa, niin ne näkee minussa myös sen toisen puolen. Just se äänen sävy antaa oppilaille semmosen kuvan, että opettaja on hyvällä tuulella." (opettaja H)

Vastauksissa tuli esille myös se, kuinka tärkeää oli rehtorin myönteinen suhtautuminen koira-avusteista pedagogiikkaa kohtaan. Rehtorin arvostava suhtautuminen lisäsi opettajan omanarvontuntoa antaen tunteen, että hänen työtään ja kehittämäänsä pedagogiikkaa arvostettiin. Esimiehen arvostava asenne ja kannustus olivat omiaan lisäämään työntekijän hyvinvointia.

"Mä oon saanut esimiehiltä hyvää palautetta siitä, että meidän reksi hehkuttaa tätä todella paljon. Se että mun työtä arvostetaan ja samoin mun työkaverit kanssa." (opettaja H)

Vastauksista kävi ilmi, että opettajat olivat löytäneet koira-avusteisesta pedagogiikasta itselleen toimintatavan, joka motivoi vahvasti heitä työhön. Koira-avusteisen pedagogiikan toteuttaminen lisäsi opettajan motivaatiota työhön

"Kyllä, kun mä rupesin tämmöistä tavoitteellista koira-avusteista työskentelyä harrastamaan, niin motivaatio omaan työhön kasvo hirveesti." (opettaja H)

Opettaja oli löytänyt pedagogisen keinon, jota oli mahdollisuus kehittää haluaansa suuntaan. Toiminnan seurauksena oli havaittavissa oppilaissa sekä oppimistuloksia että käyttäytymisen muutoksia, joilla oli vaikutusta myös opettajan omaan työhön palkitsevasti.

"Koen, että jos oppilaiden motivaatiota saa kasvatettua, niin se myös kasvattaa omaa motivaatiota työntekemiseen ja löytää niitä uusia keinoja." (opettaja G)

Työn tekemiselle on keskeistä motivaation tunne. Työssä onnistuminen tuo myös lisäarvoa merkityksellisyyden kokemiseen. Opettaja oli löytänyt itselleen itseään motivoivan ja innostavan tavan tehdä opetus- ja kasvatustyötä yhdessä koiransa kanssa. Koiran koettiin tuovan työhön ikään kuin vertauskuvallisesti sanottuna sokerikuorutteen, joka kuvastaa toiminnan erinomaisuutta.

"Motivaatio tulee sen kautta, kun saa tehdä sellaista, mistä pitää ja kokee merkitykselliseksi. Työn onnistumisen merkityksellisyys on myös tärkeä. Toki pitäisin työstäni ilman koiriakin, kun olen hakeutunut tähän työhön. Mutta koira tuo kuitenkin jotain lisää, ikään kuin sokerikuorutteen. Koira-avusteisella pedagogiikalla on varmasti merkitystä motivaatioon työskennellä. Toinen puoli, mikä tuo motivaatiota on, kun näkee, että hommat toimii ja saa opiskelijoita vietyä eteenpäin ja saa sitä kautta onnistumisen elämyksiä töissä. Ja kun huomaa, että metodi on ollut sellainen, että se toimii se opiskelijan kanssa. Se tuo lisää motivaatiota." (opettaja V)

Koira-avusteista pedagogiikkaa toteuttaessaan opettaja tunsi myönteisiä ajatuksia työtä tehdessään. Kun opettaja näki työssään oman kasvatustyönsä kehittämisen tuloksia, se palkitsi tekijäänsä lisäten hyvinvoinnin ja onnistumisen tunnetta. Opettaja koki olevansa parempi työssään koiran kanssa, kuin ilman koiraa.

"Olen kokenut, että mä onnistun työssäni paremmin koiran kanssa. Mä saan ne lapset tekemään tehtäviä ja lapset on sinnikkäämpiä ja opetus helpottuu niin paljon, että se motivoi mua." (opettaja M)

Koira-avusteinen toiminta antoi monipuolista sisältöä työn tekemiseen sekä pedagogiikkaan. Työskentely koiran kanssa koettiin mielekkääksi ja motivoivaksi tavaksi tehdä työtä. Koiran toiminnan välityksellä opettaja koki onnistuvansa ja saavuttavansa paremmin asetettuja tavoitteita työssään.

"Koira antaa niin paljon sille työlle, itse opetukselle, itse pedagogiikalle, että mä koen sen mielekkääksi tavaksi tehdä töitä. Olen kokenut, että mä onnistun työssäni paremmin koiran kanssa." (opettaja M)

Innostumisen tunteella on vaikutusta siihen, kuinka työntekijä asennoituu omaan työhönsä. Työhyvinvointiin liittyy olennaisesti oma asennoituminen työn tekemiseen. Opettaja koki koiran läsnäolon tuovan voimia ja terapeuttisia vaikutuksia ei vain oppilaisiin vaan laajemmin koko työyhteisöön. Näiden esille tulleiden asioiden vaikutuksesta opettaja koki, että töihin on kiva mennä.

"Kyllä se on lisännyt mun innostusta työhön, koska musta on niin kiva mennä sinne (kouluun) ja nään sen miten se tuo voimia myös mun työkavereille. Sillä on myös terapeuttinen vaikutus meihin aikuisiin ei vain lapsiin. Kyllä mä iloitsen siitä, kun mä nään miten se auttaa oppilaita rauhoittumaan ja miten siitä tulee hyvää mieli ja miten lapset on innostuneita." (opettaja A)

Koiran ollessa luokassa opettajat kokivat tarvetta olla korostuneesti valppaana ja varuillaan, välttääkseen mahdollisten ei toivottujen tilanteiden syntymistä. Valppaana olollaan opettaja halusi varmistaa, ettei vaistojensa varassa toimiva koira reagoisi oppilaiden käytöksellään aiheuttamiin haasteellisiin tilanteisiin. Opettajat olivat toiminnassaan hyvin harkitsevia, tarkkoja ja ennakoivat työssään tulevia tilanteita, jolloin negatiivisten tilanteiden kehittyminen jäi vähäiseksi. Opettajan jatkuva valppaana olo luokassa ja omaan koiraan muodostunut vahva luotamuksen tunne varmistivat sen, että opettaja tunsu hallitsevansa tilanteita, eikä negatiivisuus päässyt nousemaan pintaan haastaviksikaan koetuissa tilanteissa.

"En sano, että se on vaikeampi, mutta sinä päivänä joutuu enemmän skarppaamaan." (opettaja H)

"Semmoinen jatkuva varuillaan olo, tarkkailla oppilaiden suhtautumista koiraan ja käyttäytymistä sekä koiran toimintaa ja miten se käyttäytyy." (opettaja G)

Huolehtiminen ja vastuu kuormittaa opettajan työpäivää monella tapaa, vaikuttaen koettuun hyvinvointiin. Koiran yksin jättäminen luokkaan aiheutti opettajassa stressintunnetta. Opettajan huoli omasta koirasta aiheutti negatiivisia tunteuksia, kun opettaja ei voinut itse jäädä luokkaan koiran kanssa poistuessaan luokasta esimerkiksi ruokailun tai palaverien ajaksi.

"Se on ehkä joskus stressaavaa mulle, kun mä mietin esim. et mihin mä sen koiran jätän, kun me mennään syömään." (opettaja A)

Uutta toimintaa aloitettaessa on hyvin yleistä, että ihmisen mielessä herää erilaisia ennakkoluuloja, jotka aiheuttavat epäilyksiä ja vastustusta uudistukselle. Mieleen tulee herkästi sellaisia asioita, jotka saattaisivat estää toiminnan. Opettajan aloittaessa toteuttamaan koira-avusteista pedagogiikkaa, tuli esille henkilökunnan ennakkoluuloja koiran läsnäolon vaikutuksista. Henkilökuntaa mielti-

tytti koirasta aiheutuvien allergisten reaktioiden lisääntyminen, joka näkyisi henkilökunnan sairaspöissaolojen määrän kasvuna. Huoli henkilökunnan laajamittaisesta allergisoitumisesta ja lisääntyneistä pöissaoloista osoittautui aiheettomaksi, sillä allergisia reaktioita ei tullut esille henkilökunnalla.

”Aluks oli hankalaa se, että kun osa kollegoista pelkäsi, että tulee kauheet allergiset kohtaukset ja kevällä ei varmaan pystytä olemaan töissä ollenkaan et ollaan sairaslomalla koko ajan, mut ei ne toteutunut.”(opettaja M)

Erilaisten allergioiden ja astman esiintyminen on nykyään hyvin yleistä oppilailla. Haastateltavien opettajien työuran aikana koirasta johtuvia allergisia oireita ilmeni vain yhdellä oppilaalla. Kyseinen oppilas siirrettiin asianmukaisten vaiheiden jälkeen toiseen luokkaan allergisten oireiden vuoksi. Oppilaan siirtymisen myötä rinnakkaisluokkaan, koira-avusteista toimintaa voitiin jatkaa luokassa.

”Yhden kerran oppilas on siirretty toiseen luokkaan, kun oppilas on ollut allerginen.” (opettaja M)

Uskontoon liittyvää koira-avusteisen pedagogiikan toiminnan estettä ei tullut haastatteluissa esille. Joskus uskonnolliset syyt saattavat ohjata kielteistä suhtautumista koiriin, mutta osa hyväksyy kuitenkin koiran käytön työominaisuuksessa, kuten vartiointi-, metsästys- ja opaskoirana. Koira-avusteinen pedagogiikka voitiin rinnastaa työkoiraan, lisäksi toiminnan hyväksymiseen edesauttoi ajatus koiran läsnäolon mahdollisista hyödyistä oppilaan tukena ja apuna.

”Vaikka mulla on ollut muslimioppilaita, niin vanhemmat ovat sanoneet, että he eivät kotiin saa ottaa koiraa, mutta kun tää on verrattavissa opaskoiraan, ja jos se auttaa, niin he hyväksyvät sen.”(opettaja M)

Päivittäiset työmatkat vaikuttavat omalta osaltaan työntekijän kokemaan hyvinvointiin. Kulkeminen työpaikalle vie aikaa ja saattaa sisältää monia eri kulkuneuvojen käyttöä. Pääkaupunkiseudulla ja muissa isoissa asutuskeskuksissa on monesti käytännöllisintä liikkua julkisen liikenteen kulkuneuvoilla, eivätkä kaikki koe tarpeelliseksi omistaa autoa. Ruuhkassa kulkeminen esim. metrolla ja raitiovaunulla ison koiran kanssa koettiin hankalaksi, se ei kuitenkaan muodostunut esteeksi kuljettaa koira kouluun.

"Tää metrossa matkustaminen koiran kanssa ja ratikoissa ja muualla, että ruukassa kulkeminen ison koiran kanssa, se ei aina oo niin helppoo." (opettaja M)

Haastateltavien vastauksista kävi esille, että koira-avusteisen pedagogiikan toteuttaminen luokassa heijastui opettajan omaan työhyvinvointiin. Koiran läsnäolon koettiin ilahduttavan ja rentouttavan opettajan työpäivää, se lisäsi hyvää mieltä työpäivän aikana. Opettaja näki koira-avusteista pedagogiikkaa toteuttaessaan oman kasvatustyönsä kehittämisen tuloksia, joka palkitsi tekijäänsä lisäksi hyvinvoinnin ja onnistumisen tunnetta.

7 POHDINTA

7.1 Tutkimustulosten tarkastelu

Tämän kasvatustieteen pro gradu -tutkielman tarkoituksena on tuoda esille teoreettista tietoa työhyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä sekä opettajan kokemuksia koira-avusteisesta toiminnasta. Teoriaosuudessa olen esitellyt koiran ja ihmisen välistä kommunikaatiota ja eläin- ja koira-avusteista toimintaa ja hyötyjä. Työhyvinvoinnin teoriaosuudessa kiinnostustani ovat herättäneet aiheet, joissa on käsitelty työn imua, työn muokkaamista oman näköiseksi, sekä työhön yhdistettävät käsitteet harrastus ja leikki.

Teoriaosuudessa olen tuonut esille koiran läsnäolosta koettuja hyviä kokemuksia sekä kuvannut koiran toimimista opettajan pedagogisena työvälineenä. Työhyvinvoinnin määrittelyssä koostuvan monista eri tekijöistä. Ahon (2011) mukaan keskeinen vaikutus työhyvinvointiin on sillä, kuinka mielekkääksi työntekijä kokee työtehtävät. Työn mielekkääksi kokeminen sekä siitä nauttiminen vähentävät stressiä aiheuttavien tekijöiden vaikutusta. Haastatteluista kävi esille, että koiran käyttäminen luokassa pedagogisena apuna lisäsi opettajien mielekkyyden tunnetta työtään kohtaan. Koiran katsottiin myös vähentävän oppilaiden haastavaa käyttäytymistä, jolloin työpäivä oli rauhallisempi eikä stressannut opettajaa niin paljon. Hakanen (2011) kirjoittaa työn imusta ja ilosta, joita kokien opettaja saa voimavaroja. Innostus, työlle antautuminen ja ammatillinen osaaminen lisäävät työn imua ja sitä kautta parantavat työntekijän hyvinvointia. Opettaja siirtää työn imussa innostuksensa opettamisen kautta oppilaisiin sekä heidän oppimiseensa.

Tutkimuksessa nousi esiin tuloksia, jotka olivat yhteneviä taustateorian kanssa. Vastauksista käy esille haastateltavien kehittymiskykyinen, positiivinen ja motivoitunut asenne omaan työhön. Negatiivisuutta tuli esille vastauksista hyvin vähän tai ei lainkaan. Työhyvinvoinnin kannalta on tärkeää tietää, mitkä asiat koira-avusteisen pedagogiikan toteuttamisen kannalta kuormittavat työtä ja

mitkä auttavat jaksamaan lisäten hyvinvointia työpaikalla. Haastatteluissa välittyi opettajien innostus ja motivaatio löytämäänsä koira-avusteista pedagogiikkaa kohtaan. He olivat valmiita lisäämään omaa työmääräänsä ja vähentämään omia vapaa-ajan hetkiään luokassa toimivan koiran vuoksi. Jokaisesta opettajasta välittyi tietty antaumuksellisuus koira-avusteista pedagogiikkaa kohtaan. Jokainen heistä vaikutti kokevan työn imua.

Haastateltavat opettajat kokivat työnsä mielekkääksi, ja sille oli muodostunut tärkeä merkitys, kun he olivat voineet muokata sitä itselleen sopivaksi. Virolaisen (2012) mukaan keskeinen vaikutus työhyvinvointiin on sillä, kuinka mielekkääksi työntekijä kokee työtehtävät. Hakanen (2011) kirjoittaa mahdollisuudesta muokata ja parannella työtään itselleen omanlaiseksi, tällöin puhutaan työn tuunaamisesta. Työn tuunaamisessa on kyse siitä, miten toteuttaa omaa työtään. Haastateltavat opettajat ovat tuunanneet työtään ottamalla koiran pedagogiseksi välineeksi. Opettaja on lisännyt omaa pystyvyyttään, kun on huomannut voivansa käyttää työssään omia vahvuuksiaan koiran avulla ja näin löytänyt mielekkään keinon kehittää omaa työtään. Työtä tuunaamalla haastateltavat opettajat ovat tehneet työstään itselleen innostavamman ja vähentäneet leipääntymistä työhönsä. Työn tuunaamisen mahdollisuudet vaikuttavat paljon siihen, miten opettaja tekee työtään ja millaiseksi hän kokee oman työnsä.

Riikonen (2013) kirjoittaa kirjassaan harrastuksen kytkeytymisestä työhön ja sitä kautta välittyvää innostusta ja energiaa työhön. Harrastus on rentouttavaa ja mielihyvää tuottavaa toimintaa, ja sitä ohjaa kiinnostuneisuus asiaan. Opettajan tuodessa luokkaan koiransa, hän tuo sinne silloin mielihyvää ja iloa tuottavan perheenjäsenen sekä oman mielekkään harrastuksensa.

Oleellinen ero työn ja harrastuksen välillä on, että harrastusta tehdään omaksi iloksi, ei palkan vuoksi. Koira-avusteisen pedagogiikan toteuttaminen vie normaalipäivää enemmän energiaa lisäten jonkin verran myös työmäärää suunnittelullaan, lisäksi se vähentää taukojen määrän minimiin. Opettajat eivät saa lisäkorvausta koira-avusteisen pedagogiikan toteuttamisesta opetuksessaan, silti he ovat valmiita lisäämään työmääräänsä ja vähentämään vapaahetkiään työpäivän aikana. Riikonen (2013) kirjoittaa myös leikkitaidoista ja leikkimisen

yhteydestä ihmisen luovuuteen ja hyvinvointiin. Koira käyttäytyy toisinaan kuin pieni lapsi, sille myös monesti puhutaan erilaisella äänellä, koiran seurassa opettaja heittäytyy mielellään leikkisäksi hupsuttelijaksi. Riikonen kirjoittaakin "työ tuntuu leikiltä", jolla hän viittaa kokemukseen työn hallinnasta ja miellekkyydestä, työstä on muodostunut henkilökohtaisesti oma juttu. Työn kuvaaminen leikkisyydellä on merkki siitä, että työntekijä on mukana siinä koko sielullaan ja persoonallisuudellaan.

Pro gradu -tutkielman kirjoittaminen on ollut minulle aihealueeltaan mielekäs, sillä olen itse toteuttanut koira-avusteista pedagogiikkaa luokassani neljä vuotta, lisäksi olen harrastanut vapaa-ajallani koirieni kanssa erilaisia harrastuslajeja. Olen pitkän työurani aikana monesti pohtinut opettajan työn haastavuutta, työssäjaksamista ja hyvinvointiani sekä myös sitä, kuinka yhä nautin opettajan työstä vuosikymmenien jälkeen. Nämä ajatukset johdattivat minut tutkimaan koulukoiran läsnäolon vaikutuksia opettajan työhön ja hyvinvointiin. Tutkielman teoriassa esille tuodut seikat koiran hyödyllisyydestä ihmisen hyvinvoinnille ja niiden liittyminen opettajien työhyvinvointiin saivat vastauksensa tässä Pro gradu -haastattelututkielmassa.

Haastattelujen välityksellä saatujen tietojen perusteella voidaan katsoa, että koira-avusteisella pedagogiikalla ja sitä toteuttavien opettajien hyvinvoinnilla on merkittävä yhteys. Työssä jaksamiseen auttaa opettajan itselle tärkeiden asioiden löytäminen. Työstä saatava palaute ja työn tulokset lisäävät opettajan motivaatiota ja sitä kautta työhyvinvointia. Opettajan on tärkeää huolehtia omasta hyvinvoinnistaan vapaa-ajalla, jotta hän palautuu työstään. Palautuminen antaa energiaa ja voimia tehdä opetustyötä, tukea oppilaiden oppimista, kehittymistä ja kasvamista.

Koira-avusteista pedagogiikkaa on tutkittu paljon oppilaan oppimisen ja käyttäytymisen näkökulmasta. Opettajan oman hyvinvoinnin ja hyödyn näkökulma koiran läsnäolosta on jäänyt vähemmälle kiinnostukselle. Haastatteluissa tuli esille koko koulun henkilökunnan myönteisiä tuntemuksia koiran läsnäolosta koulussa. Lisäksi rehtorin kerrottiin osoittavan myönteisellä tavalla kiin-

nostustaan koira-avusteista pedagogiikkaa kohtaan. Monella on varmasti ennakkoluuloja toimintaa kohtaan, jossakin kaupungissa koiran tuominen kouluun on ollut jopa kiellettyä vedoten allergioihin tai koiranpidon mahdollisiin hankaluuksiin erinäisissä tilanteissa.

Koiran läheisyydessä on helppo olla oma itsensä ja sen seurassa tulee hyvälle mielelle. Koirien voidaankin sanoa olevan luonnon terapeutteja, koska ne taitavat luonnostaan kuuntelun sekä tunteellisen ja empaattisen kohtaamisen. Olenkin erittäin vakuuttunut tämän tutkimuksen sekä omien kokemusteni perusteella, että koira sopeutuu hyvin luokan toimintaan sekä opettajan pedagogiseksi avuksi lisäten samalla opettajan hyvinvointia työssään.

Yksi haastateltavista kertoi jotain sellaista, josta voi aistia koiran läsnäolon tuovan paljon hyvää opettajan työpäivään.

”Tuo koira on minun maailman kallein asia, niin se tuo mullekin henkisesti hirmu hyvää. Ja se näyttää oppilaillekin opettajan erilaisen leikkisän puolen.” (opettaja H)

7.2 Tutkimuksen luotettavuus

Keskeinen osa tutkimuksessa on sen luotettavuuden arviointi (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 24–25). Haastatteluaineiston luotettavuuteen vaikuttaa sen laatu. Laadukkuuteen voidaan vaikuttaa etukäteen hyvällä haastattelu-rungolla, varmistamalla haastattelussa käytettävän teknisen välineistön toimivuus sekä tulkintaa helpottavien huomioiden muistiin kirjaaminen haastateltavista. Haastattelujen jälkeen lyhyellä aikavälillä tehdyt litteroinnit parantavat haastattelujen laatua. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 184–185.) Tarkka kuvaus laadullisen tutkimuksen toteuttamisen vaiheista tuo esille tutkimuksen laadukkuutta kuten myös analyysivaiheen luokittelujen tekeminen ja niistä kertominen (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 2008, 227). Tutkimuksissa tulee pyrkiä luotettavuuteen ja tutkimustulosten ei tulisi perustua sattumanvaraisuuteen. Tutkimuksessa olisi hyvä tuoda esille esimerkiksi haastattelun ajankohta sekä olosuhteet sekä tuloksia esiteltäessä tulisi tutkijan kerrottava, miksi hän on päätenyt tiettyihin tuloksiin. (Hirsjärvi ym. 2005, 216–218.)

Tutkimuksessa olisi pyrittävä paljastamaan tutkittavien käsityksiä ja heidän maailmaansa parhaalla mahdollisella tavalla. Tässä tutkimuksessa aineisto on litteroitu pian haastattelun jälkeen. Haastattelujen luotettavuutta on lisännyt myös se, että äänitettyä aineistoa ja litteroitua materiaalia on ollut mahdollista tarkastella uudelleen. Luotettavuutta arvioitaessa tulee huomioida, että haastattelujen aineisto on aina seurausta haastateltavan ja haastattelijan yhteistoiminnasta (Hirsjärvi & Hurme 2010, 18–189).

7.3 Jatkotutkimusaiheet

Koira-avusteisen pedagogiikan ja opettajien työhyvinvoinnin yhteyttä koskevaa tutkimusta olisi mahdollisuus laajentaa, valitsemalla tutkimukseen suurempi otos. Tässä tutkimuksessa haastattelututkimuksen otos rajoittui vain viiteen haastateltavaan. Jatkotutkimus voisi olla sähköisellä kyselykaavakkeella tehty tutkimus, jolloin saavutettaisiin suurempi kohderyhmä laajemmin ympäri Suomea. Koira-avusteista pedagogiikkaa toteuttavat opettajat ovat linkittyneet aihetta käsittelevään sosiaalisen median ryhmiin, joten tutkittavien tavoitettavuus olisi sähköisen lomakkeen avulla mahdollinen. Näin tulokset olisivat määrällisesti laajempia ja mahdollisesti yleistettävissä.

Työntekijöiden poissaolojen määrä on aina puhuttanut paljon. Suuret poissaolojen määrät tulevat yhteiskunnalle kalliiksi, ja lisäksi ne alentavat työntekijöiden hyvinvointia. Opettajien poissaolot lisäävät myös monella tapaa työpäikällä olevien opettajakollegojen työmäärää, jonka seurauksena kuormittavuus lisääntyy. Löytyisikö poissaolojen määrässä eroja kahden opettajaryhmän välillä. Vertailtavina ryhminä olisivat koiran omistavat opettajat, sekä opettajat, jotka eivät omista koiraa. Koiran omistamisella on tutkittu olevan monenlaisia terveydellisiä vaikutuksia ihmiseen. Kyseinen tutkimus toisi lisää tietoa opettajan kokonaishyvinvointiin vaikuttavista asioista.

LÄHTEET

- Aaltola, J. & Suortamo, M. 1995. Yliopisto-opetus. Korkeakoulupedagogiikan haasteita. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Aaltola, J. & Valli, R. 2010. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Aho, I. 2011. Mikä tekee opettajasta selviytyjän? Väitöskirja. Tampereen yliopisto.186–191. <http://urn.fi/urn:isbn:978-951-44-7893-2> (Luettu 5.5.2020.)
- Ahola, K., Toppinen-Tanner, S. & Seppänen, J. 2016. Vaikuttavatyöuupumusinterventio. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131651/Vaikuttava_ty%C3%B6uupumusinterventio.pdf?sequence=1&isAllowed=y , 4–7. (Luettu 5.5.2020.)
- Ahonen, L. 2013. Koirat kasvun ja kehityksen tukena koulussa. Teoksessa K. Ikäheimo (toim.) Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Solution Models House.
- Asunmaa, T. & Räihä, P. 2010. OPETUS 2000. Samalta viivalta 4, Valtakunnallisen kasvatusalan valintayhteistyöverkoston (VAKAVA)kirjallisen kokeen aineisto 2010. PS-kustannus. Porvoo: WS Bookwell oy.
- Beck-Friis, A., Beck-Friis, B. & Strang, P. 2007. Hundens betydelse i vården. Stockholm: Gothia.
- Bevan, M. T. 2014. Advancing Qualitative Methods. A Method of Phenomenological Interviewing. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1049732313519710> (Luettu 20.9.2020.)
- Eskola, J. 2018. Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat: Laadullisen aineiston analyysi vaihe vaiheelta. Teoksessa toim. R. Valli, Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen

- teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 210.
- Eskola, J. & Suoranta J. 2014. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 10.painos. Tampere: Vastapaino.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 8. painos, Tampere: Vastapaino.
- Eskola, J. & Vastamäki, J. 2015. Teemahaastattelu, opit ja opetukset. Teoksessa toim. R. Valli ja J. Aaltola. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Jyväskylä: PS-kustannus, 41–43.
- Eteläpelto, A. & Vähäsantanen, K. 2010 OPETUS 2000. Samalta viivalta 4, Valtakunnallisen kasvatusalan valintayhteistyöverkoston (VAKAVA) kirjallisen kokeen aineisto 2010. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Fine, A. 2006. Handbook on Animal assisted therapy. London: Elsevier.
- Fogle, B. 2006. Dog owner's manual. Koiranomistajan käsikirja 2008. Suom. Syvänperä, T. Helsinki: Otava.
- Fogle, B. 2006. Jos koirasi puhuisi. Suom. Ulla Kokko. Helsinki: Otava.
- Grandin, T. 1986. Minun tarinani: ulos autismista. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Hakanen, J., 2011. Työn imu. Työterveyslaitos. Tampere: Tammerprint.
- Hallgren, A. 1989. Hundens i våra hjärtan och i vårt samhälle Bohuslänings boktryckeri AB, Uddevalla. Suom. 1991 Ihmisen paras ystävä. Helsinki: Tammi.
- Hallgren, A. 1997. Kotikoiran kasvatusta. Helsinki: Tammi.
- Hallgren, A. 2005. Tunnista koirasi viestit. Helsinki: Tammi.
- Hallgren, A. 2018. Lexikon i hundspråk. Södertälje: AH Books.
- Helenius, A. & Lummelahti, L. 2013. Leikin käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2005. Tutki ja kirjoita. 11. painos. Helsinki: Gummerrus.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2008. Tutki ja kirjoita. 13.-14. painos. Helsinki: Otava.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2010. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Höök, I. 2011. Better care with a caredog. ABC for therapy dogs. Uppsala: Utomhuset Hälsohuset AB.
- Ikäheimo, K. 2013. Karvaterapiaa - Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Yliopistopaino.
- Järvi, T. & Ikäheimo, K. 2020. Koira koulutyössä. Helsinki: Books on Demand.
- Kahilaniemi, E. 2016. Eläinavusteinen interventio. Asiakkaan toiminnallisuuden tukeminen koira-avusteisin menetelmin. Tampere: Viestipaino.
- Kaimio, T. 2007. Koirien käyttäytyminen. Helsinki: WSOY.
- Kakkori, L. & Huttunen, R. 2010. Fenomenologia, hermeneutiikka ja fenomenograaffinen tutkimus. <https://dockplayer.fi/8028070-Fenomenologia-hermeneutiikka-ja-fenomenograaffinen-tutkimus.html>, 1. (Luettu 20.9.2020.)
- Kallio, E. & Kivistö, S. 2013. Mieli työssä. Työterveyslaitos. Tampere: Tammerprint.
- Kasvio, A. & Lundell, S. 2015. Ulos oravanpyörästä: työn kohtuullistamisen edut ja haitat Työterveyslaitos. Helsinki: Työterveyslaitos.
- Kauhanen, J. 2016. Työhyvinvointi, organisaation menestystekijänä kehittämisohjelman laatiminen. Helsinki: Kauppakamari.
- Kennelliitto 2020. Kaverikoirat. <https://www.kennelliitto.fi/koirat/kaverikoirat> (Luettu 1.7.2020)
- Kiviniemi, K. 2018. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Teoksessa toim. R. Valli, Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Jyväskylä: PS-kustannus, 74–76.
- Koivisto, I. 2011. Eläinten kielellä. Tulkintoja luonnonystävän iloksi. Helsinki: Bookwell.
- Krivolaptsuk, N. 2004. Koira puhuu. Porvoo: Rasalas Kustannus.
- Laine, T. 2018. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa toim. R. Valli, Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia

aloittelevalla tutkijalla tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 29–49.

Lamkin, D. 2017. Fostering Literacy Learning With Three Middle School Special-Education Students Using Therapy Dogs as Reading Partners <https://eric.ed.gov/?id=ED581938>, 62–76. (Luettu 1.7.2020.)

Latvala-Sillman, P. 2018. Työparina koira. Loviisa: Sanasilta.

Launonen, K. 2007. Vuorovaikutus. Espoo: Kehitysvammaliitto.

Lonka, E. & Korpijaakko-Huuhka, A-M. 2000. Kuulon ja kielen kuntoutus. Helsinki: Palmenia.

Manka, M., Hakala, L., Nuutinen, S. & Harju, R. 2010. Työn iloa ja imua - työhyvinvoinni ratkaisuja pientyöpaikoille. https://kuntoutussaatio.fi/files/391/tyhyopas_lopullinen.pdf, 11–76. (Luettu 15.5.2020.)

Manka, M-L. & Manka, M. 2016. Työhyvinvointi. Helsinki: Talentum Pro.

Moilanen, P. & Räihä, P. 2018 Merkitysrakenteiden tulkinta. Teoksessa toim. R. Valli, Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalla tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 57.

Mäkelä, L. 2020. Juhlakirja professori Riitta Viitalan 60-vuotisjuhlan kunniaksi. Vahvuuksia tukeva valmentava johtajuus antaa tilaa uusille ideoille. Valmentavat rehtorit koira-avusteisenpedagogiikan hyödyntämisen mahdollistajana. Teoksessa toim. N. Koivunen ja S. Kultalahti. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-476-857-3>, 39–43. (Luettu 15.5.2020.)

Mäkelä, L. 2020. Hyvinvointia työpaikoilla, nyt ja tulevaisuudessa. Iloa opetustyöhön -Työn tuunausta koira-avustuksen toiminnan tuomisella osaksi omaa työnkuvaa. <https://docplayer.fi/68195052-Liisa-makela-vaasan-yliopisto-johtamisen-yksikko-pl.html> (Luettu 15.5.2020.)

Niikko, A. 2015. Tutkiva opettaja ongelman ratkaisijana. Teoksessa toim. R. Valli ja J. Aaltola. Ikkunoita tutkimus tutkimusmetodeihin 1. Jyväskylä: PS-kustannus, 243–255.

Norling, I. 2002. Djur i vården. Göteborg: Göteborgs Universitetet.

- Nummenmaa, T., Konttinen, R., Kuusinen, J. & Leskinen, E. 1997.
Tutkimusaineiston analyysi. Helsinki: WSOY.
- OAJ, Opetusalan ammattijärjestö 2014.
https://www.oaj.fi/globalassets/julkaisut/2014/opettajanammattietiikka_jaeettisetperiaatteet.pdf (Luettu 15.5.2020.)
- Onnismaa, J. 2010. Opettajien työhyvinvointi. Katsaus opettajien työhyvinvointitutkimuksiin 2004-2009. Opettajien työhyvinvointi. Katsaus opettajien työhyvinvointitutkimuksen.
https://www.researchgate.net/publication/314259763_Opettajien_tyohyvinvointi_Opetushallitus_1. (Luettu 15.5.2020.)
- Perkiö-Mäkelä, M., Nevala, N. & Laine, V. 2006. Hyvä koulu. Helsinki: Työterveyslaitos.
- Perttula, J. & Latomaa, T. 2009. Kokemuksen tutkimus. Merkitys-tulkintaymmärtäminen. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.
- Prothmann, A., Ettrich, C. & Prothmann, S. 2009. Preference for and responsiveness to people, dogs and objects in children with autism. Multidisciplinary Journal of the Interactions of People & Animals no:2
- Puttonen, S., Hasu, M. & Pahkin, K. 2016 Helsinki. Työhyvinvointi paremmaksi. Keinoja työhyvinvoinnin ja työterveyden kehittämiseksi suomalaisilla työpaikoilla. Raportti, Työhyvinvointi paremmaksi 2016,
[http://urn.fi/URN:ISBN%20978-952-261-652-4\(PDF\)](http://urn.fi/URN:ISBN%20978-952-261-652-4(PDF)), 6–29.
(Luettu 15.5.2020.)
- Puusa, A. & Juuti, P. 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus.
- Riikonen, E. 2013. Työ ja elinvoima. Helsinki: Osuuskunta Toivo.
- Ruusuvuori, R., Nikander, P. & Hyvärinen, M. 2019. Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino.
- Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2009. Menetelmäopetuksen tietovaranto KvaliMOTV. Kvalitatiivisen menetelmien verkko-oppikirja. Yhteiskuntatieteellisen tietoarkistonjulkaisuja.
<https://www.fsd.tuni.fi/fi/tietoarkisto/julkaisut/kvalimotv.pdf>,

24–25. (Luettu 7.7.2020.)

- Saarela-Kinnunen, M. & Eskola, J. 2015. Tapaus ja tutkimus = tapaustutkimus. Teoksessa toim. R.Valli ja J. Aaltola. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Jyväskylä: PS-kustannus, 183.
- Salmela, J. 2013. Viidakkoportaat. Eläinavusteisen valmentajan opas. Helsinki: Alfa Partners.
- Sallinen, S. 2019. Kehokoodi. Sanattoman viestinnän opas. Helsinki: Readme.fi.
- Salovaara, R. & Honkonen, T. 2013. Voi hyvin, opettaja! Jyväskylä: PS-kustannus.
- Siltala, R., Alajääski, J., Keskinen, S. & Tenhunen, A. 2010. OPETUS 2000. Samalta viivalta 4, Valtakunnallisen kasvatusalan valintayhteistyöverkoston (VAKAVA) kirjallisen kokeen aineisto 2010. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Sjöberg, R. 1995. Koirien kieli. Eleet, ilmeet, käyttäytyminen. Helsinki: Tammi.
- Soini, T., Pietarinen, J. & Pyhältö, K. 2008. Pedagoginen hyvinvointi peruskoulun opettajien työssä. <https://journal.fi/aikuiskasvatus/article/view/93841/52519>, 246–252. (Luettu 15.5.2020.)
- Syrjälä, L., Ahonen, S., Syrjäläinen, E. & Saari, S. 1996, Laadullisen tutkimuksen työtapoja. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Tapper, I. 2004. Hundens mentaliteetti. Stockholm: Prisma.
- Tenhunen, A., Keskinen, S. & Siltala, R. 2009. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja. <https://docplayer.fi/7108877-Opetuksen-innovaatiot-ja-innovatiivisuus-opetuksessa.html>, 47–113. (Luettu 15.5.2020.)
- Telkänranta, H. 2016. Eläin ja ihminen. Mikä meitä yhdistää? Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- TENK, Tutkimustieteellinen neuvottelukunta 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyksien käsitteleminen Suomessa. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/68148/URN%3ANBN%3Afi%3Aju-202003132395.pdf?sequence=1&isAllowed=y>, 4–6. (Luettu 18.12.2020)

- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Valli, R. 2018. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 33–210.
- Valli, R. & Aaltola, J. 2015. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Jyväskylä: PS-kustannus, 41–255.
- Virolainen, H., 2012. Kokonaisvaltainen työhyvinvointi. Helsinki: Books on Demand.
- Väisänen, L., Niemelä, M. & Suua, P. 2009. Sanat työssä. Vuorovaikutus ammattitaitona. Helsinki: Kirjapaja.
- Värri, V-M. 2004. Hyvä kasvatus, kasvatus hyvään Dialogisen kasvatuksen filosofinen tarkastelu erityisesti vanhemmuuden näkökulmasta. https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/101122/varri_hyva_kasvatus_kasvat_hyvaan.pdf?sequence=1&isAllowed=y , 128 (Luettu 24.7.2020.)

LIITTEET

Liite 1.

Haastateltaville esitettävät kysymykset:

1. Miten tulit ajatelleeksi viedä koiran luokkaan ja ryhtyä soveltamaan koira-avusteista pedagogiikkaa?
2. Kuinka kauan olet soveltanut luokassasi koira-avusteista pedagogiikkaa?
3. Kerro omin sanoin, millä tavoin käytät koira-avusteista pedagogisesti opetuksessasi?
4. Oletko kokenut koira-avusteisella pedagogiikalla olevan merkitystä sinun motivaatioon työkennellä opettajan työssä?
5. Mitä negatiivisia kokemuksia sinulle on koira-avusteisesta pedagogiikasta?
6. Vaikuttaako koira siihen, kuinka käyttäydyt tai koet tunteita päivän aikana?
7. Lisääkö koira sinun työmäärääsi?
8. Mitä hyviä puolia koet saavasi työssäsi koiran läsnä ollessa koulussa?
9. Miten työyhteisössä suhtaudutaan koiraan?