

**VUOROVAIKUTUKSEN MERKITYS KUNTOUTUJALLE
HEVOSAVUSTEISESSA KUNTOUTUKSESSA**

- fenomenologinen tutkimus

”Sehän se hevonen on se mikä mua auttaa.”

Minna Mattila

Pro Gradu -tutkielma
Liikuntatieteellinen tiedekunta
Jyväskylän yliopisto

TIIVISTELMÄ

Mattila, M. 2019. Vuorovaikutuksen merkitys kuntoutujalle hevosavusteisessa kuntoutuksessa - fenomenologinen tutkimus. Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto, Fysioterapian pro gradu -tutkielma, 50 s., 6 liitettä.

Hevosavusteisessa kuntoutuksessa vuorovaikutus on merkittävä osa toimintaa. Kuntoutumisprosessissa vuorovaikutuksella voidaan tukea kuntoutujaa tunnistamaan toimintakykynsä edellytyksiä, soveltamaan niitä omaan arkeensa ja löytämään myös uusia mahdollisuuksia. Hevosavusteisen kuntoutuksen vaikuttavuudesta on vielä niukasti tutkimustietoa. Etenkin ymmärrystä kuntoutujan näkökulmasta tarvitaan lisää. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, mikä merkitys hevosavusteisen kuntoutuksen vuorovaikutuksella on kuntoutujalle. Tutkimuksessa tarkasteltiin kuntoutujien kokemuksia ja merkityksiä vuorovaikutuksesta.

Tutkimuksen aineisto on osa Kelan rahoittamaa Jyväskylän yliopiston Ratsastusterapia – vaikuttavuus ja merkitykset – tutkimushanketta. Tutkimusaineisto kerättiin elo-marraskuussa 2016 avoimilla yksilöhaastatteluilla. Tutkittavia oli yhteensä kymmenen (n=10), joista seitsemän oli osallistunut ratsastusterapiaan ja kolme sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan. Kuusi tutkittavista oli lapsia ja neljä aikuista. Itseraportoituja syitä hevosavusteiseen kuntoutukseen osallistumiseen olivat muun muassa etenevät keskushermostosairaudet, masennustilat, tarkkaavaisuushäiriöt tai haasteet perhetilanteissa. Haastattelutallenteet litteroitiin (219 A4 sivua) ja analysoitiin aineistolähtöisesti fenomenologisella Spiegelbergin merkitysanalyysillä. Analyysissä jokaisesta haastattelusta poimittiin yksilöllisesti merkitysyksiköt, jotka yhdistettiin merkityskokonaisuuksiksi ja -verkostoiksi. Lopuksi kymmenen haastattelun merkitysverkostot yhdistettiin yhteiseksi synteesiksi.

Tutkimuksen tuloksena vuorovaikutus ilmeni kuntoutujalle monitasoisina suhteina itseen, hevoseen, terapeuttiin tai ohjaajaan sekä talliyhteisöön. Analyysissä muodostui seitsemän merkityskokonaisuutta, jotka olivat olennaisia kuntoutujalle vuorovaikutuksessa: Luottamus, Läheinen hevonen, Tunteiden peili, Innostava ratsastus, Pystyvyyden tunne, Kuntoutujalähtöisyys ja Yhdistävä kokemus. Tuloksena saadun merkitysverkoston sisällä on lisäksi kolme kehää, jotka kuvaavat vuorovaikutuksen merkitystä kuntoutujalle kuntoutumisen prosessissa: 1) Tunnistamisen kehä, 2) Tuetun toimijuuden kehä ja 3) Voimaantumisen kehä.

Vuorovaikutus merkitsee kuntoutujalle hevosavusteisessa kuntoutuksessa tukea, joka mahdollistaa kuntoutujalähtöisen itsensä kehittämisen prosessin. Tärkeää on vuorovaikutuksen voimaannuttava vaikutus ja kuntoutujan tukeminen toimijuuteen omassa kuntoutumisessaan. Kuntoutajat kokivat olennaisena kumppanuussuhteen, jossa toteutuu luonteva dialogi, yhteinen ymmärrys ja hyväksyntä. Tutkimustuloksia voidaan hyödyntää myös yleisemmin kuntoutuksen kentällä ja tulla paremmin tietoiseksi vuorovaikutuksen merkityksistä kuntoutujalle kuntoutumisprosessissa.

Avainsanat: Fenomenologinen merkitysanalyysi, hevosavusteinen kuntoutus, kuntoutuminen, ratsastusterapia, sosiaalipedagoginen hevostoiminta, vuorovaikutus.

ABSTRACT

Mattila, M. 2019. The meanings of interaction for rehabilitees in equine-assisted rehabilitation - A phenomenological study. Faculty of Sport and Health Sciences, University of Jyväskylä, Physiotherapy Master's thesis, 50 pp., 6 appendices.

Interaction is a meaningful part of the equine-assisted rehabilitation. In the rehabilitation process interaction can support the rehabilitee to recognize the requirements of his functioning, to adapt these in activities of daily living and also to find new possible ways to be active. There are still very few studies about the effects of equine-assisted rehabilitation. Especially there is a need for understanding the rehabilitees point of view. The aim of this study was to understand the meanings of the interaction in equine-assisted rehabilitation from the rehabilitees point of view. In this study the experiences and meanings about interaction were explored.

The qualitative data is a part of University of Jyväskylä's Ratsastherapie - vaikuttavuus ja merkitykset - research project funded by Kela. The research data was collected from August to November 2016 by interviewing the rehabilitees. Ten (n=10) rehabilitees were interviewed. Seven of them had participated hippotherapy and three equine-assisted socio-pedagogical activity. Six of the rehabilitees were children and four adults. Self-reported reasons for equine-assisted rehabilitation were among others central nervous system disorders, depression, attention deficit disorders or challenging family situations. The interviews were transcribed and analyzed from a phenomenological perspective using Spiegelberg's seven phase meaning analysis. Every interview was analyzed separately by revealing individual meanings and meaning units and nets. The final interpretation was done by uniting ten rehabilitees' individual meaning nets to one synthesis.

According to the results of this study interaction occurs to rehabilitee as a relationship to himself, to horse, to therapist or instructor and to stable community. Seven meanings were identified in the meaning analysis that were meaningful to the rehabilitees in the interaction of equine-assisted rehabilitation. There were also three different circles in the net of meanings that describe the meaning of the interaction to the rehabilitee in the rehabilitation process.

Interaction occurs to the rehabilitee as a support in the equine-assisted rehabilitation that makes it possible for the rehabilitee to improve himself. Interaction empowers and supports the rehabilitee to become an active agent in his own rehabilitation process. A partnership with natural dialog, mutual understanding and acceptance is important to the rehabilitee. In addition, it is important to understand the meanings of interaction in rehabilitation process from the rehabilitee's point of view.

Keywords: Phenomenological significance analysis, equine-assisted rehabilitation, rehabilitation, hippotherapy, social pedagogical horse activity, interaction.

SISÄLLYS

| | | |
|-------|---|----|
| 1 | JOHDANTO..... | 1 |
| 2 | KUNTOUTUMINEN..... | 3 |
| 2.1 | Kuntoutujälähtöisyys..... | 3 |
| 2.2 | Vuorovaikutus kuntoutumisessa | 5 |
| 3 | HEVOSAVUSTEINEN KUNTOUTUS..... | 7 |
| 3.1 | Ratsastusterapia..... | 7 |
| 3.2 | Sosiaalipedagoginen hevostoiminta | 8 |
| 3.3 | Hevosavusteisen kuntoutuksen tavoitteet | 8 |
| 3.4 | Hevosavusteisen kuntoutuksen vaikuttavuus | 9 |
| 4 | VUOROVAIKUTUS | 13 |
| 4.1 | Vuorovaikutuksen määritelmiä | 13 |
| 4.2 | Hevosen ja ihmisen välinen vuorovaikutus..... | 14 |
| 4.3 | Vuorovaikutus hevosavusteisessa kuntoutuksessa..... | 15 |
| 5 | TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYS..... | 17 |
| 6 | TUTKIMUKSEN TOTEUTUS | 18 |
| 6.1 | Fenomenologinen tutkimusote | 18 |
| 6.2 | Tutkijan esiymmärrys..... | 20 |
| 6.3 | Aineiston hankinta | 21 |
| 6.3.1 | Tutkittavat | 22 |
| 6.3.2 | Fenomenologinen haastattelu..... | 22 |
| 6.4 | Aineiston analyysi..... | 23 |
| 7 | TULOKSET | 26 |
| 7.1 | Luottamus..... | 27 |
| 7.2 | Läheinen hevonen | 27 |
| 7.3 | Tunteiden peili | 28 |

| | |
|--|----|
| 7.4 Innostava ratsastus | 28 |
| 7.5 Pystyvyyden tunne | 29 |
| 7.6 Kuntoutujälähtöisyys..... | 29 |
| 7.7 Yhdistävä kokemus | 30 |
| 7.8 Kuntoutujan vuorovaikutuksen merkitysperspektiivi hevosavusteisessa kuntoutuksessa | 30 |
| 7.9 Tunnistamisen kehä..... | 31 |
| 7.10 Tuetun toimijuuden kehä..... | 32 |
| 7.11 Voimaantumisen kehä | 33 |
| 7.12 Kuntoutumisen vuorovaikutuksen kehät..... | 34 |
| 8 POHDINTA | 36 |
| 8.1 Tutkimustulosten tarkastelua | 36 |
| 8.2 Luotettavuus | 42 |
| 8.3 Eettisyys | 44 |
| 8.4 Johtopäätökset | 46 |
| LÄHTEET | 47 |
| LIITTEET | |

1 JOHDANTO

Kuntoutuksessa puhutaan kuntoutumisesta, kun tämä prosessi on tavoitteellinen ja kuntoutuja on keskeisessä roolissa (Autti-Rämö & Salminen 2016). Asiakas- tai kuntoutujalähtöisyydestä on puhuttu terveys- ja sosiaalihuollossa jo kauan, mutta kuntoutumiseen tähtäävä kuntoutujajohtoinen toiminta ei kuitenkaan ole vielä siirtynyt osaksi käytäntöjä. Kuntoutuminen tähtää kuntoutujan arkeen, jossa tarvitaan monenlaisia kykyjä ja taitoja. Autti-Rämön ym. (2016, 59) mukaan kuntoutumisen lähtökohta on se, että kuntoutuja itse tunnistaa vahvistamisen ja kehittämisen tarpeensa ja siksi kuntoutustoiminnan tulee olla kuntoutujalle merkityksellistä. Kuntoutumisen edistämiseksi tulee löytää kullekin yksilölle tarkoituksenmukaisimpia kuntoutumista ja toimintakykyä ylläpitäviä sekä arjessa toteutettavia keinoja. Hevosavusteinen kuntoutus voi olla jollekin kuntoutujalle juuri se tarkoituksenmukaisin keino.

Hevosavusteiseen kuntoutukseen kuuluvat Suomessa ratsastusterapia ja sosiaalipedagoginen hevostoiminta. Molemmissa kuntoutusmuodoissa painottuvat kohtaaminen ja vuorovaikutus (Suomen Ratsastusterapeutit ry 2017; Sosiaalipedagoginen hevostoiminta ry 2019). Hevosavusteisessa kuntoutuksessa vuorovaikutusta tapahtuu kuntoutujan, hevosen, terapeutin tai ohjaajan sekä ympäristön ja talliyhteisön kanssa. Vuorovaikutus hevosen kanssa perustuu Rokan (2011, 82) mukaan kehonkieleen sekä ihmisen käyttämiin liikkeisiin ja kosketukseen. Hevonen tulkitsee näitä ja vastaa niihin omalla käytöksellään ja liikkeillään. Terapeutti toimii hevosen ja kuntoutujan välisen vuorovaikutuksen sanoittajana ja sillanrakentajana (Purola 2011, 179). Vuorovaikutus näyttäytyy hevosavusteisessa kuntoutuksessa hyvin moninaisin tavoin ja siksi sen tutkiminen tässä kontekstissa on mielekästä ja mielenkiintoista.

Hevosavusteinen kuntoutus on kehittynyt Laineen ym. (2015) mukaan sosiaali- ja terveysalan sekä hevosalan välimaastossa toimintamuoto kerrallaan ilman tarkempaa ohjausta. Koulutus on rakentunut käytännön tarpeiden perusteella ja tarkempi tieteellinen teoriapohja ja käsitteellistäminen on vielä kesken. Kuntoutuksen kentällä hevosavusteinen kuntoutus on edelleen hajanainen kokonaisuus, jota vaikeuttaa osaltaan toimijoiden kirjava koulutus- ja osaamis pohja sekä toiminnan nopea kasvu. Jotta hevosavusteista kuntoutusta voitaisiin kehittää, tarvitaan Laineen ym. (2015) kartoituksen mukaan lisää tutkittua tietoa käsitteistä, menetelmistä ja vaikuttavuudesta sekä

hyvien käytäntöjen tuntemusta. Alalla toimijat kaipaisivat erityisesti lisää tutkittua tietoa kuntoutujista ja heidän tarpeistaan.

Tämän tutkimuksen aineisto on kerätty Kelan rahoittaman ja Jyväskylän yliopiston toteuttaman Ratsastusterapia - vaikuttavuus ja merkitykset -tutkimushankkeessa. Hankkeen tarkoituksena oli selvittää, millaista tutkimusnäyttöä on ratsastusterapian vaikuttavuudesta ja millaisia merkityksiä hevosavusteisella kuntoutuksella on kuntoutujille, terapeuteille tai ohjaajille sekä kuntoutuksen rahoittajatahoille. Hevosavusteisesta kuntouksesta ja sen vaikuttavuudesta terapiamuotona on vielä verrattain vähän tutkimustietoa (Stergiou ym. 2017) ja etenkin ymmärrystä kuntoutujan näkökulmasta tarvitaan lisää, jotta voidaan paremmin arvioida, mitkä kuntoutujaryhmät hyötyisivät hevosavusteisesta kuntouksesta ja mitä muitakin kuin fyysisiä vaikutuksia toiminnalla voidaan saavuttaa. Vuorovaikutuksen merkityksen tutkiminen hevosavusteisessa kuntouksessa voi myös lisätä tietoa siitä, mitä kaikkea sisältyy kuntoutuksen vuorovaikutukseen ja mikä sen rooli on kuntoutumisen kannalta.

Tässä pro gradu -tutkielmassa tarkastellaan hevosavusteista kuntoutusta kuntoutujan näkökulmasta ja pyritään ymmärtämään, millaisia merkityksiä vuorovaikutuksella on kuntoutujalle hevosavusteisessa kuntouksessa.

2 KUNTOUTUMINEN

Autti-Rämön ja Salmisen (2016, 14-15) mukaan kuntoutuminen on toimintaa, jossa kuntoutuja määrittää itselleen merkitykselliset ja realistiset tavoitteet. Niiden pohjalta pyritään asiantuntijoiden kanssa löytämään sopivat keinot, joilla kuntoutuja voi saavuttaa tavoitteensa ensisijaisesti itsenäisesti tai lähiympäristön tukemana. Kuntoutustoimenpiteitä voidaan toteuttaa ilman kuntoutumista esimerkiksi tapauksissa, joissa kuntoutuja ei koe toimenpiteitä oman elämänsä tavoitteita tukevaksi tai jos kuntoutuja ei ole toiminnassa itse lainkaan aktiivinen (Autti-Rämö & Salminen 2016, 15). Kuntoutuminen voidaan nähdä Järvikosken ja Karjalaisen (2008) mukaan myös yksilön uudenaikaisena keinona palautua entiseen asemaansa tai tulla toimeen muuttuneessa elämäntilanteessa. Se on oppimista, oman elämän uudelleen rakentamista ja uusien merkitysten rakentamista elämäntilanteen muuttuessa.

2.1 Kuntoutujalähtöisyys

Kuntoutujalähtöisyys tarkoittaa, että kuntoutujaa kuullaan ja hänelle luodaan mahdollisuus osallistua kuntoutuksensa suunnitteluun ja päätöksentekoon (Salminen ym. 2016, 31). Kuntoutuja tarvitsee kuntoutumisensa tueksi hyvät vuorovaikutustaidot omaavia ammattilaisia, jotka auttavat häntä tunnistamaan tavoitteensa, tukevat kuntoutujan sitoutumista ja motivaatiota sekä arvostavat häntä muutoksen mahdollistajana ja omien tavoitteiden määrittäjänä (Autti-Rämö & Salminen 2016, 15).

Onnistuakseen kuntoutumiseen vaaditaan kuntoutujan omaa motivaatiota, omien kykyjen tunnistamista sekä ympäristön muutosta tukevia mahdollisuuksia. Kuntoutumisen prosessissa kuntoutujan aktiivinen rooli on keskeinen (Autti-Rämö ym. 2016, 57). Karhulan ym. (2016, 225) mukaan kuntoutus on muutos- ja oppimisprosessi ja tavoitteet asetetaan ohjaamaan kuntoutumista tätä haluttua muutosta kohti. Tavoitteet ovat tärkeässä asemassa vaikuttavan kuntoutuksen toteuttamisessa. Tavoitteita laatiessa kuntoutujan tulisi osata tunnistaa omat muutostarpeensa ja hänellä tulisi olla halua asettaa omaan elämäänsä liittyviä tavoitteita ja sitoutua niihin (Karhula ym. 2016, 225-226). Kun kuntoutumisprosessi onnistuu, johtaa se pysyvään toimintatapojen muutokseen ja osallistumisen mahdollisuuksien parantumiseen (Autti-Rämö ym. 2016, 67).

Valtaistumisen, osallistumisen, aktivoitumisen ja toimijuuden käsitteet ovat yleistyneet kuntoutuksessa ja terveydenhuollossa (Salminen ym. 2016, 31). Empowerment-teorioiden perusteella valtaistumisessa yhdistyvät yhteisölliset rakenteet ja yksilön toimijuus. Yksilötasolla valtaistuminen merkitsee muun muassa sitä, että yksilöllä on mahdollisuus ajaa ja hallita omia asioitaan ja tulla tietoiseksi näitä rajoittavista tekijöistä. Yhteisötasolla valtaistumista tukevat tasa-arvoiset ja osallistumismahdollisuuksia tarjoavat toiminnat esimerkiksi kuntoutuksessa (Salminen ym. 2016, 31).

Voimaantuminen on mahdollista, kun ihminen on kokenut valtaistumisen tunteen (Räsänen 2006, 78). Voimaantuminen edellyttää sitä, että ihminen pysähtyy ensin oman tilanteensa äärelle ja hänelle syntyy ajatus muutostarpeesta (Räsänen 2006, 78). Voimaantuneella henkilöllä on tunne siitä, että hän hallitsee omaa elämäänsä, luottaa omiin kykyihinsä toimia itselleen tärkeissä asioissa, osaa tunnistaa ja kehittää omaa toimintaansa sekä tiedostaa mahdollisuutensa vaikuttaa asioihin (Räsänen 2006, 10-11). Voimaantumiseen liittyy myönteisyys, joka on yhteydessä hyväksyvään ja luottamukselliseen ilmapiiriin sekä arvostuksen kokemiseen (Halonen 2011, 310). Halosen (2011, 310) mukaan voimaantuminen on sekä henkilökohtainen, että sosiaalinen prosessi.

Kuntoutujan pystyvyyden tunteella on suuri merkitys motivaatiolle ja tätä kautta tavoitteiden saavuttamiselle kuntoutuksessa (Härkäpään ym. 2016, 77). Kuntoutujan on uskottava pystyvyyteensä, jotta hän jaksaa olla aktiivinen tavoitteisiinsa pyrkiessä. Pystyvyyden tunne vaikuttaa toiminnan aloittamiseen, siihen sitoutumiseen sekä toiminnan jatkamiseen vastoin käymisestä huolimatta. Onnistumisen kokemukset tukevat pystyvyyden tunnetta (Härkäpää ym. 2016, 78).

Wijma ym. (2017) systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa selvitettiin, mitä sisältyy kuntoutujalähtöiseen fysioterapiaan. Fysioterapeutin ja kuntoutujan välinen vuorovaikutus nähtiin tärkeäksi ja siinä merkityksellistä oli yksilöllisyys terapiassa, hyvä kommunikointi, ohjaaminen ja opastaminen, kuntoutujalähtöiset tavoitteet sekä fysioterapeutin kannustus. Kuntoutujat muun muassa kertoivat, että heille oli tärkeää, että fysioterapeutti osasi ottaa vastaan kuntoutujan kertomuksen, ymmärsi mitä kuntoutuja kertoi ja osasi selittää asiat ymmärrettävästi.

Kuntoutujalähtöisessä tavoitteenasettelussa tai toiminnassa ylipäänsä ovat lähtökohtana Karhulan ym. (2016, 229) mukaan kuntoutujan tarpeet. Kuntoutujalla tulee olla tasa-arvoinen asema työntekijöiden kanssa ja toiminnan tulee mahdollistua dialogin kautta.

2.2 Vuorovaikutus kuntoutumisessa

Jotta kuntoutuja oppii tunnistamaan toimintakykynsä edellytyksiä, soveltamaan niitä omaan arkeensa ja löytämään myös uusia mahdollisuuksia, tulee kuntoutumisen prosessin sisältää hyvää vuorovaikutteista työskentelyä (Autti-Rämö ym. 2016, 58). O’Keeffin ym. (2016) laadullisessa systemaattisessa katsauksessa tarkasteltiin terapeutin ja kuntoutujan välistä vuorovaikutusta fysioterapiassa. Sen mukaan vuorovaikutus on fysioterapeutin ja kuntoutujan välillä tapahtuvaa yhteistyötä, joka rakentuu yhteisestä ymmärryksestä, tavoitteista, terapian interventioista sekä fysioterapeutin ja kuntoutujan välisestä tunnesiteestä. Toimijuuden tukeminen kuntoutumisen prosessissa vaatii tunnistamisen vaiheen, jossa kuntoutuja kokee ymmärtävänsä tai oivaltavansa jotain itselleen merkityksellistä (Tynjälä ym. 2016, 268-269). Nämä tilanteet tapahtuvat usein luonnollisessa dialogissa. Kuntoutumisen prosessia tukee siis hyvä vuorovaikutuksellinen suhde kuntoutuksen ammattilaiseen (Tynjälä ym. 2016, 268).

Vuorovaikutukseen fysioterapeutin ja kuntoutujan välillä vaikuttavat yksilöllinen ja asiakaskeskeinen terapia (yksilöllinen toteutus, mielipiteen huomioiminen), terapeutin kommunikaatiotaidot (kuuntelu, empatia, huumori, rohkaisu) ja fysioterapeuttiset taidot (ohjaus ja koulutus) sekä organisaatioon ja ympäristöön liittyvät tekijät (kiireettömyys, joustavuus, viihtyvyys) (O’Keeffe ym. 2016). Kaikki nämä liittyvät tavalla tai toisella vuorovaikutukseen. Kessler ym. (2018) selvittivät puolestaan tekijöitä, jotka edistävät tai estävät kuntoutujalähtöisyyden toteutumista terapeutin ja kuntoutujan välisessä vuorovaikutuksessa tavoitteiden asettelutilanteessa. Edistäviä tekijöitä olivat kuntoutujan kannustaminen miettimään, mitä hän haluaisi tehdä ja mitä hän kokee merkityksellisenä elämässään, esimerkkien antaminen sekä kuntoutujan kuuntelu ja ajan antaminen. Tutkimuksessa havaittiin, että kuntoutujan nimeämän tavoitteen hyväksyminen riippui siitä, kuinka paljon kuntoutujalla oli varmuutta ja itseluottamusta esittää tavoite. Terapeutti hylkäsi herkästi kuntoutujan tavoitteen, jos hän koki, että siihen liittyi jokin fyysinen riski tai kuntoutuja toi tavoitteen epävarmasti ilmi. Terapeutti ei saisi Kesslerin ym. (2018) mukaan tuomita kuntoutujan

tavoitteita, vaikka ne olisivat epärealistisia, eikä ottaa liikaa valtaa tavoitekeskustelussa. Herkkä kuuntelu ja kuntoutujan kunnioittaminen johtavat tutkimuksen mukaan parempaan kuntoutujalähtöiseen kohtaamiseen.

Kuntoutumisessa interventioden kohteena ja toteuttajana toimivat kuntoutujan lisäksi myös hänen elinympäristönsä ja siihen kuuluvat henkilöt (Autti-Rämö & Salminen 2016, 15). Alanko ym. (2018) tutkivat fenomenologisella tutkimusotteella kuntoutujien osallistumista tavoitteen asetteluun. Kuntoutujalle tärkeää oli luottamus kuntoutustilanteeseen, ammattilaisiin, itseensä ja omaisiin sekä arvostava kohtaaminen. Vuorovaikutuksessa olennaista kuntoutujalle oli avoimuus ja tasavertaisuus sekä tunne siitä, että hän sai osallistua päätöksen tekoon tavoitteiden asettelussa. Ammattilaisten tehtävä oli tukea kuntoutujaa tunnistamaan toimintakykynsä vajavuudet ja huomioida kuntoutujan omat yksilölliset tarpeet ja toiveet tavoitteiden asettelussa. Tavoitteiden asetteluun ja kuntoutumiseen liittyy kuntoutujan epävarmuutta omasta tilanteesta, joka ammattilaisen tulisi vuorovaikutuksessa huomioida. Omaisten mukaan ottaminen tavoitteiden asetteluun tukee kuntoutumista (Alanko ym. 2018).

Kuntoutumisessa vuorovaikutusta tapahtuu myös kuntoutujan ja ympäristön välillä. Hämäläinen ja Savolainen (2016, 282-283) ovat todenneet, että toiminta vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa kehittää ihmistä. Kun ihminen pyrkii toimimaan eri tilanteissa, hän vastaa toimintaympäristön asettamaan haasteeseen, arvioi toimintaansa sekä tarvittaessa muuttaa sitä. Toiminnan terapeuttinen voima syntyy siitä, kun toiminta koetaan omakohtaisesti, se on yksilölle ainutlaatuista ja se on täsmällisesti valittua toimintaa (Hämäläinen & Savolainen 2016, 282-283). Toiminta, joka on voimavaralähtöistä, edistää Karhulan ym. (2016, 236) mukaan kuntoutujan itseluottamusta, omatoimista ongelmanratkaisukykyä ja tulevaisuuteen liittyvää optimismia.

3 HEVOSAVUSTEINEN KUNTOUTUS

Tässä pro gradu -tutkielmassa tarkastellaan ratsastusterapiaa ja sosiaalipedagogista hevostoimintaa. Näistä käytetään tässä yhteisnimitystä hevosavusteinen kuntoutus. Mäenpään ym. (2016) mukaan hevosavusteinen kuntoutus on Euroopassa jaettu motoriikkaa tukevaan hippoterapiaan ja kasvatuksen tukena toimivaan heilpedagogiseen ratsastusterapiaan. Muita kansainvälisiä termejä, joita esiintyy tutkimuksissa ovat muun muassa equine assisted therapy, therapeutic riding ja horse therapy. Jos elävän hevosen kanssa toimiminen ei ole mahdollista, kuten allergian, hevospelon, pitkien etäisyyksien tai taloudellisten syiden vuoksi, voidaan hevosavusteista kuntoutusta toteuttaa myös mekaanisen simulaattorihevosen kanssa (Mäenpää ym. 2016).

3.1 Ratsastusterapia

Ratsastusterapia on kuntoutusmuoto, jota toteuttaa ratsastusterapeutti yhdessä tehtävään koulutetun terapiahevosen kanssa. Ratsastusterapia on yksilöllistä terapiaa ja sen kuntoutukselliset tavoitteet asetetaan toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälisen ICF-luokituksen (International Classification of Functioning, Disability and Health) mukaan. Tavoitteet voivat olla motorisia, toiminnallisia, pedagogisia ja psykologisia. Ratsastusterapiassa harjoitellaan hallitsemaan omaa kehoa, toimintaa, mieltä ja käyttäytymistä. Erityisenä voidaan ratsastusterapiassa nähdä kuntoutujan ja hevosen välinen vuorovaikutus, jonka vaikutukset kuntoutujaan voivat olla kokonaisvaltaiset (Suomen Ratsastusterapeutit ry 2017).

Suomessa ratsastusterapiaa toteutetaan pääasiassa yksilömuotoisena, mutta ryhmämuotoistakin terapiaa käytetään pariterapian muodossa tai terapeuttisessa vikellyksessä (Mäenpää ym. 2016). Suomessa ratsastusterapia kuuluu lääkinnälliseen kuntoutukseen, kun sitä toteuttaa Suomen Ratsastusterapeutit ry:n hyväksymän koulutuksen käynyt ratsastusterapeutti. Ratsastusterapeuttien koulutus aloitettiin Suomessa vuonna 1988 ja tämä kolmivuotinen koulutus (52 op) järjestetään Ypäjän hevosopiston ja Suomen Ratsastusterapeutit ry:n yhteistyönä. Pohjakoulutukseksi vaaditaan sosiaali-, terveystai kasvatusalan ammattitutkinto, kahden vuoden työkokemus sekä hyvä hevosmiestaito. Oma pohjakoulutus toimii viitekehyksenä ratsastusterapian toteuttamisessa jatkossa.

3.2 Sosiaalipedagoginen hevostoiminta

Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan (SPHT) lähtökohtana on ihmisen ja hevosen vuorovaikutus sekä ympäröivä talliyhteisö. SPHT pohjautuu sosiaalipedagogian teoriaan, jossa peruselementtejä ovat yhteisöllisyys, elämyksellisyys, toiminnallisuus ja dialogisuus (aito kohtaaminen). Toiminta perustuu yksilön omaan kokemukseen ja sen kautta oppimiseen. Toisaalta toiminnalla pyritään yhteisöllisyyteen, kokonaisvaltaisuuteen ja osallistavaan toimintaan hevosen avulla (Sosiaalipedagoginen hevostoiminta ry 2019).

Sosiaalipedagogisen hevostoimintaohjaajan nimikettä hallinnoi Sosiaalipedagoginen hevostoimintayhdistys ry. Se myönnetään henkilöille, joilla on voimassa oleva yhdistyksen jäsenyys ja jotka täyttävät koulutusta ja osaamista koskevat kriteerit. Kriteereinä ovat hyväksytysti suoritettu sosiaalipedagogisen hevostoiminnan 25 opintopisteen täydennyskoulutus, koulutus sosiaali-, terveys- tai kasvatusalalta tai muulta soveltuvalta alalta, vähintään kahden vuoden soveltuva työkokemus ja riittävät hevostaidot. Riittäviksi hevostaidoiksi katsotaan vähintään 5 vuoden kokemus hevosten kanssa työskentelystä tai hevosalan koulutus (Sosiaalipedagoginen hevostoiminta ry 2019).

3.3 Hevosavusteisen kuntoutuksen tavoitteet

Hevosavusteisella kuntoutuksella on hyvin monenlaisia tavoitteita riippuen asiakkaasta ja hänen tarpeistaan. Stergioun ym. (2017) systemaattisessa katsauksessa todettiin, että eniten ratsastusterapiaa on tutkittu CP-vammaisten lasten (8 tutkimusta), aikuisten MS-tautia sairastavien (3 tutkimusta), aivoinfarktista toipuvien (1 tutkimus) ja ikääntyneiden, monisairaiden (4 tutkimusta) kohdalla. Kaikilla ryhmillä tutkimukset osoittavat ratsastusterapian tuottavan myönteisiä vaikutuksia erityisesti tasapainon, motoristen toimintojen, ryhdin, kävelyn, lihastasapainon, lantion liikkuvuuden, psykososiaalisten tekijöiden ja elämänlaadun kannalta. Ratsastusterapia lisää Stergiou ym. (2017) mukaan myös kognitiivista, emotionaalista ja sosiaalista hyvinvointia, mutta sen vaikuttavuudesta tarvitaan lisää tutkimusnäyttöä.

Suomessa ratsastusterapiaa käytetään tällä hetkellä muun muassa liikuntavammaisten, lihastautisten, autististen, käytöshäiriöisten, tarkkaavaisuushäiriöisten ja kehitysvammaisten lasten ja nuorten kuntoutuksessa (Mäenpää ym. 2016). Ratsastusterapialla pyritään vaikuttamaan eri aisteihin, kehon hahmottamiseen, pään, istumisen ja kävelyn asennon hallintaan, tasapainoon, lihasvoimaan, lihasten spastisuuteen, nivelten liikkuvuuteen ja kokonaismotoriikkaan. Sen lisäksi, että harjoittelua tehdään hevosen selässä, hyödynnetään ratsastusterapiassa myös talliympäristöä ja hevosen kanssa yksilöllisesti tapahtuvaa maasta käsin työskentelyä esimerkiksi hevosen hoitoa ja varustamista (Mäenpää ym. 2016).

Suomalaisen ratsastusterapian tavoitteiksi on kuvattu fyysisen toimintakyvyn tukemisen lisäksi kuntoutujan psyykkisten valmiuksien ja mielen tasapainon lisääminen (Mäenpää ym. 2016). Ratsastusterapian tavoitteena voi olla myös rohkeuden ja itseluottamuksen lisääntyminen sekä itsetunnon kohentuminen. Tavoitteena on auttaa kuntoutujaa tunnistamaan omat vahvuutensa hevosen avulla onnistumisten kautta, mutta samalla myös hyväksymään rajoitukset ja ymmärtämään, että ne eivät tee elämästä huonompaa vaan erilaista (Halonen 2011, 307-308).

3.4 Hevosavusteisen kuntoutuksen vaikuttavuus

Stergioun ym. (2017) systemaattisen katsauksen ja meta-analyysin mukaan ratsastusterapiasta on vielä melko vähän tehty tutkimuksia ja usein otoskoot ovat olleet niin pieniä, että yleisempien johtopäätösten teko näiden perusteella on epäluotettavaa. Keskityn tässä luvussa nostamaan esiin, mitä tutkimusnäyttöä hevosavusteisesta kuntouksesta on vuorovaikutuksen näkökulmasta.

Hevosavusteisessa kuntoutuksessa kuntoutuja on vuorovaikutuksessa hevosen, terapeutin tai ohjaajan ja talliympäristön kanssa. Vuorovaikutusta hevosen kanssa tapahtuu ensinnäkin liikkeen kautta. Ratsastusterapiassa selässä istujaan kohdentuu ihmisen kävelymallia mukaileva harjoitusvaikutus, hevosen liike stimuloi ihmisen tuntoaistia ja vaikuttaa ihmiseen tasapaino- ja liikeaistijärjestelmien kautta sekä lisäksi hevosen noin 1,5 astetta ihmisen ruumiinlämpöä korkeampi ruumiinlämpö vaikuttaa rentouttavasti ratsastajaan ja vähentää lisääntyneitä lihasjänteyttä esimerkiksi CP-vammaisilla kuntoutujilla (Mäenpää ym. 2016). Moraes ym. (2016)

tutkimuksessa todettiin, että ratsastusterapian sensomotoriset ja asennonhallinnan harjoitteet edistivät posturaalista sekä dynaamista tasapainoa CP-vammaisilla lapsilla ja he suoriutuivat ratsastusterapian myötä paremmin toiminnallisista tehtävistä.

Toiminnallisista tehtävistä suoriutumista ja osallistumista tutkivat myös Frank ym. (2011), joiden tapaustutkimuksessa CP-vammaisen lapsen fyysinen toimintakyky koheni ratsastusterapiassa, mikä lisäsi myös hänen osallistumistaan arjessa ja minäpystyvyyden tunnetta. Läheinen suhde hevoseen voimaannutti ja motivoi lasta sekä antoi itsevarmuutta suorittaa haastaviakin tehtäviä hevosen kanssa. Lisäksi lapsen äiti havaitsi ratsastusterapiaa seurattessaan lapsensa potentiaalin ja antoi tälle enemmän mahdollisuuksia omatoimisuuteen arjessa. Myös Hsieh ym. (2016) tutkimuksen mukaan CP-vammaisten lasten vuorovaikutustaitoja pystyttiin vahvistamaan ratsastusterapialla ja näin tukemaan suoriutumista ja osallistumista arjen tilanteissa ja ikätovereiden kanssa toimiessa. Ratsastusterapiassa lapsi saa mahdollisuuden harjoittaa vuorovaikutustaitojaan turvallisesti hevosen kanssa. Vuorovaikutus hevosen kanssa sitoutti lapsen myös paremmin osallistumaan terapiaan.

Ratsastusterapian vaikuttavuutta on tutkittu CP-vammaisilla lapsilla ja nuorilla (Mäenpää ym. 2016). Vuorovaikutuksessa hevosen kanssa lapsi tai nuori saa positiivisia kokemuksia ja palautetta, mikä lisää halua oppia lisää ja vahvistaa minäkuvaa. Hevonen hyväksyy kuntoutujan sellaisena kuin hän on: ei arvioi eikä arvostele tai huomautta normaalista poikkeavasta liikkumisesta. Mäenpään ym. (2016) mukaan ratsastusterapian vaikuttavuudesta koettuun elämänlaatuun on tehty kuitenkin vielä vain vähän tutkimusta.

Ratsastusterapian vaikuttavuudesta autistisilla henkilöillä on viime aikoina julkaistu enenevässä määrin tutkimustietoa. Srinivasan ym. (2018) systemaattisen katsauksen 15 tutkimuksen perusteella ratsastusterapialla voi olla positiivisia vaikutuksia sosiaalisiin vuorovaikutustaitoihin autistisilla lapsilla ja aikuisilla. Borgin ym. (2016) tutkimuksessa havaittiin autististen lasten sosiaalisen kanssakäymisen lisääntyneen ryhmäterapiana toteutetun ratsastusterapian aikana. Ratsastusterapian aikana ja sen lopuksi lapsia kannustettiin vuorovaikutukseen hevosen kanssa. Myönteinen vuorovaikutuskokemus hevosen kanssa voi tutkimuksen mukaan lisätä aloitteellisuutta vuorovaikutukseen myös ihmisten kanssa ja tukea sosiaalisten taitojen kehittymistä autistisilla

lapsilla. Harrisin ja Williamsin (2017) mukaan, ratsastusterapialla voidaan vähentää yliaktiivisuutta ja muita oireita autistilapsilla ja näin tukea heidän sosiaalista osallistumistaan.

Kern-Godal ym. (2016a) tutkivat fenomenologisella tutkimusotteella, mikä merkitys kuntoutujan ja hevosen suhteella on päihdekuntoutujille hevosavusteisessa kuntoutuksessa. Tutkimuksessa haastateltiin kahdeksaa 20-30-vuotiasta nuorta. Tuloksena saatiin kolme pääteemaa: suhde hevoseen, tunnevaikutus ja hallinta. Suhde hevoseen koettiin erityisen tärkeänä osana hevosavusteista kuntoutusta. Hevonen valikoitui terapiassa sen mukaan, kuka muistutti eniten kuntoutujaa ja kenen kanssa syntyi nopeasti luottamus. Hevonen koettiin hyväksyvänä ja ymmärtäväisenä. Hevonen peilasi vuorovaikutuksessa kuntoutujan käytöstä ja tunteita. Kuntoutujat sanoivat hevosen olevan läheinen ystävä heille (Kern-Godal ym. 2016a).

Tunnevaikutus ilmeni Kern-Godal ym. (2016a) tutkimuksessa niin, että hevoset saivat kuntoutujissa esiin tunteita kuten onnellisuutta ja iloa. Hevosen kanssa toimiessa kuntoutuja saattoi unohtaa omat arjen ongelmat ja oleminen hevosen kanssa rauhoitti kuntoutujia. Vuorovaikutuksessa hevosen kanssa kuntoutujat tunsivat tiedostavansa kehonsa ja tunteensa paremmin. Omaa käyttäytymistä oli helpompi ymmärtää, kun sai hevosen kautta siitä palautetta ja kuntoutujat huomasivat myös, että olivat kykeneväisiä muuttamaan omaa käytöstään. Kuntoutujien mukaan hevonen oli ymmärtäväisempi kuin ihminen. Hevosen kanssa vaikeiden asioiden käsittely koettiin turvallisemmaksi. Vuorovaikutuksessa hevosen kanssa kuntoutujat kokivat minäpystyvyyden, onnistumisen ja voimaantumisen tunteita, kun esimerkiksi huomasivat pystyvänsä ohjaamaan isoa ja vahvaa hevosta. Kuntoutujat voittivat hevosen kohtaamiseen liittyvän pelkonsa ja se voimaannutti heitä. Hyvä suhde hevoseen vahvisti myös kuntoutujan suhdetta hevosavusteisen kuntoutuksen terapeuttiin tai ohjaajaan (Kern-Godal ym. 2016a).

Toisessa fenomenologisessa tutkimuksessaan Kern-Godal ym. (2016b) tutkivat talliympäristön merkitystä hevosavusteisessa kuntoutuksessa. Tutkimuksen mukaan hevosavusteisessa kuntoutuksessa päihdekuntoutujat pääsivät ikään kuin karkuun tavanomaista hoitoa. Kuntoutujat odottivat pääsyä hevosavusteiseen kuntoutukseen, se oli jotakin mistä he nauttivat ja mikä teki heidät onnellisiksi. Tallilla sai keskittyä juuri siihen hetkeen ja viettää aikaa hevosten, henkilökunnan ja muiden kuntoutujien kanssa. Toisin kuin tavanomaisessa hoidossa, tallilla

hevoset ja henkilökunta koettiin enemmän ystävinä kuin terapiahenkilöinä. Kuntoutujia ei kohdeltu potilaina vaan tavallisina ihmisinä. Kuuluminen talliyhteisöön oli päihdekuntoutujille merkityksellistä. Talliyhteisössä kuntoutujat oppivat ottamaan vastuuta itsestään ja muista. He kokivat olevansa hyödyksi tehdessään tallitöitä ja heidän toimintansa oli merkityksellistä ja sitä arvostettiin. Hevosavusteiseen kuntoutukseen tulemista ei koettu pakollisena hoitona vaan kuntoutujat olivat hyvin motivoituneita ja jo pelkästään talliympäristö sai heidät unohtamaan arjen vaikeudet. Talliympäristö hevosavusteisessa kuntoutuksessa oli paikka, jossa päihdekuntoutujat pääsivät luomaan positiivista minäkuva. (Kern-Godal ym. 2016b).

4 VUOROVAIKUTUS

Hevosavusteisessa kuntoutuksessa erityistä on se, että kuntoutuja on vuorovaikutuksessa terapeutin tai ohjaajan lisäksi terapiahevosen kanssa. Lisäksi vuorovaikutusta voidaan nähdä tapahtuvan myös talliympäristön ja -yhteisön kanssa.

4.1 Vuorovaikutuksen määritelmiä

Erwing Goffman määrittää vuorovaikutuksen siksi, mitä tapahtuu, kun kaksi tai useampi ihminen on fyysisesti läsnä toistensa kanssa (Peräkylä 2001, 349). Keskeistä Goffmanin mukaan on jaetun läsnäolon luoma tilanne, eikä niinkään sosiaalinen konteksti. Maailman terveysjärjestön (WHO) julkaiseman kansainvälisen ICF toimintakykykäsitteiden luokituksen (2018) määritelmän mukaan vuorovaikutus on toimimista asiayhteyteen ja sosiaaliseen tilanteeseen sopivalla tavalla, kuten osoittamalla asianmukaista huomaavaisuutta, osoittamalla arvostusta tai vastaamalla toisten henkilöiden tunteisiin. Vuorovaikutus sisältää kunnioitusta, lämpöä, arvonantoa ja suvaitsevaisuuden osoittamista, kritiikkiin ja sosiaalisiin vihjeisiin vastaamista sekä tilanteeseen sopivan fyysisen kontaktin käyttämistä ihmissuhteissa. ICF-luokituksessa on määritelty, että vuorovaikutussuhteiden ylläpitämiseksi ja suhteiden hoitamiseksi henkilön tulee osata säädellä tunteitaan ja mielihoiteitaan, kontrolloida kielellistä ja fyysistä aggressiivisuutta, toimia itsenäisesti vuorovaikutussuhteissa ja noudattaa sosiaalisia sääntöjä ja sopimuksia esimerkiksi leikkiessä muiden kanssa (World Health Organization 2018).

Vuorovaikutukseen liittyy läheisesti kommunikaation käsite (Kauppila 2011, 19-20). Kommunikaatio voi olla sanallista tai sanatonta viestintää. Sanallinen viestintä on puhetta ja esittämistä, kun taas sanattomaan viestintään kuuluvat muun muassa eleet ja ilmeet. Sanattomaan viestintään liittyy vahvasti myös kosketus (Kauppila 2011, 33-34). Kosketusaistin kautta viestitään pitämistä, rakastamista, turvallisuutta ja ymmärtämistä.

Konteksti eli tilanne ja paikka luo edellytyksen vuorovaikutukselle ja liittyy siksi vahvasti sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Sosiaalisissa tilanteissa ihmisen kommunikaatiolla on aina jokin

vuorovaikutuksellinen merkitys (Kauppila 2011, 25). Kauppilan (2011, 50) mukaan vuorovaikutus ihmisten kesken on monimutkaisempaa kuin eläinten välinen vuorovaikutus. Eläimen selkeä vuorovaikutus voi olla helpottava tekijä kuntoutujalle, jolla on haasteita sosiaalisessa vuorovaikutuksessa.

4.2 Hevosen ja ihmisen välinen vuorovaikutus

Hevosen kanssa käydään sekä sisäistä, osin näkymätöntä, tunnetason dialogia, että ulkoista, näkyvää, liikedialogia. Tässä psykofyysisessä vuorovaikutuksessa kuntoutuja voi saada yhteyden omaan kehoonsa istuessaan hevosen selässä, mutta myös taluttaessaan tai hoitaessaan hevosta maasta käsin. Hevosen kohtaamisessa on jatkuvaa dynamiikkaa, vaikka se vain seisoo paikallaan (Lindroos 2011, 322).

Hevonen tulkitsee ihmisen kehonkieltä sekä hänen käyttämiään liikkeitä ja kosketusta (Rokka 2011, 82). Hevonen vastaa niihin omalla käytöksellään ja liikkeillään. Hevonen pyrkii kontaktiin ihmisen kanssa ja se houkuttelee myös ihmistä vastavuoroisuuteen. Saattaa olla myös niin, että hevonen ei reagoi ihmisen heikkoon kontaktiin, jolloin se puolestaan kannustaa ihmistä voimakkaampaan yhteistyövaatimukseen (Rokka 2011, 85).

Hevosen kohtaamiseen liittyy yleensä tunteita. Jo pelkkä hevosen olemus herättää tunteita sekä muisti- ja mielikuvia. Hevonen aistii ihmisen tunnetilaa ja reagoi siihen (Rokka 2011, 82). Yrjölä (2011a, 103) toteaa, että hevosten kanssa jokainen kohtaaminen on erilainen ja etukäteen ennustamaton seikkailu. Sen odottamiseen liittyy kiinnostusta, pelkoa, halua oppia uutta hevosesta ja itsestä sekä toiveita hevosen antamasta huomiosta. Hevonen muistuttaa ihmistä olemuksellaan, jolloin ihminen voi ulkoistaa projektionsa, toiveensa ja pelkonsa hevoseen ja tarkastella tällä tavoin niitä asioita itsessään, joita voisi olla muutoin vaikea kohdata (Yrjölä 2011b, 170).

Graham ja Lindsey (2017) havaitsivat tutkiessaan hevosavusteisen terapian hyötyjä lapsilla, joilla on kehityksellisiä haasteita, että hevosen kanssa toimiminen ohjasi lapsia kehittämään itsetuntemusta, minäpystyvyyttä, itsevarmuutta, itsereflektiota ja pelkojen voittamista. Hevoselta

voi saada tarkkaa ja harhaanjohtamatonta palautetta reaktioina lapsen käytökseen. Tämä lisää lapsen itsetietoisuutta siitä, miten hän toimii vuorovaikutuksessa muiden kanssa (Graham & Lindsey 2017). Kuntoutuja voi peilata hevoseen omaa tunnemaailmaansa ja tapaansa olla suhteessa muuhun maailmaan ja muihin ihmisiin. Hevosen kanssa voi olla turvallista kokeilla uusia käyttäytymismalleja ja suhtautumistapoja ja siirtää niitä sitten vähitellen muihin ympäristöihin ja arkeen (Purola 2011, 181). Törmälehto (2011, 336) lainaa Rauniota ja Helkamaa (1974) todetessaan, että myönteinen vuorovaikutuskokemus hevosen kanssa voi lisätä kuntoutujan kontaktiyrityksiä vuorovaikutukseen myös terapian ulkopuolella. Hevonen voi olla myös tarpeeksi motivoiva ja vaativa vuorovaikutuskumppani, joka saa esimerkiksi kohtaamaan pelkoja (Yrjölä 2011a, 101).

4.3 Vuorovaikutus hevosavusteisessa kuntoutuksessa

Hevosavusteisessa kuntoutuksessa kuntoutujan ja hevosen välisen vuorovaikutuksen lisäksi tilanteessa läsnä ovat myös terapeutti tai ohjaaja sekä talliympäristö ja -yhteisö. Hevosen läsnäolo terapiassa tuo muutoksia terapeutin ja kuntoutujan väliseen suhteeseen (Yrjölä 2011b, 171-172). Tilanne muuttuu kahdenkeskisyyden sijasta kolmiosuhteeseen. Terapeutti voi lukea kuntoutujaa hevosen reaktioista ja opettaa puolestaan kuntoutujaa havainnoimaan hevosta ja ymmärtämään, miten hänen oma toimintansa näkyy hevosen reaktioissa (Yrjölä 2011b, 171-172). Toisaalta terapeutin ja terapiahevosen välinen suhde voidaan nähdä merkittävänä, sillä kuntoutuja voi arvioida sen kautta omaa luottamustaan hevoseen ja terapeuttiin (Purola 2011, 184). Pelkästään ratsaille nouseminen vaatii kuntoutujalta luottamusta hevoseen sekä terapeuttiin. Luottamuksen rakentaminen voi olla jo itsessään hevosavusteisen kuntoutuksen tavoite.

Johansenin ym. (2016) tapaustutkimuksessa tarkasteltiin hevosavusteisessa terapiassa hevosen ja keski-ikäisen naisen välistä vuorovaikutusta ja sen vaikutusta tutkittavan naisen ihmissuhdetaitoihin. Tuloksena tutkijat löysivät neljä teemaa: tutkittava harjoitteli oman tahdon ilmaisua hevosen kanssa, kehitti kehotietoisuuttaan, määritteli omia henkilökohtaisia rajojaan ja harjoitteli tunteiden tiedostamista. Tutkittavalla oli alkuun paljon haasteita olla vuorovaikutuksessa hevosen kanssa, mutta vaikeiden asioiden käsittely toiminnassa hevosen kanssa koettiin turvallisiksi menetelmäksi. Tutkittava peilasi omaa käytöstään hevosen reaktioihin. Koska

terapeutilla oli hyvä luottamus tutkittavaan, hän pystyi toimimaan siltana hevosen ja tutkittavan välillä ja sanoittamaan tapahtumia (Johansen ym. 2016).

Dunlopin ja Tsantefskin (2017) laadullisessa tutkimuksessa tutkittiin ryhmämuotoista ratsastusterapiaa lapsilla, joilla oli perheessä päihteiden ongelmakäyttöä. Myös tässä tutkimuksessa turvallisuuden tunne ja luottamus olivat merkityksellisiä vuorovaikutuksessa. Hevosen kanssa lapset kokivat olonsa turvalliseksi, ymmärretyksi ja tärkeäksi sekä arvostivat kosketusta ja kiintymystä vuorovaikutuksessa. Hevosen käytös oli ennakoitavaa ja täten hallittavissa. Turvan tunne mahdollisti toiminnasta nauttimisen ja hauskan pitämisen. Ratsastusterapiassa lapset muodostivat myös ystävyysuhteita ja kokivat itsevarmuuden ja vuorovaikutustaitojen kohentuneen. Pohl ym. (2018) tutkivat aivoinfarktin sairastaneiden kokemuksia hevosavusteisesta kuntoutuksesta. Myös aikuiset tutkittavat muodostivat tunnesiteen hevoseen ja yllättyivät, kuinka tärkeäksi ystäväksi hevonen kuntoutuksen aikana muodostui ja kuinka suuria tunteita se herätti. Hevosen tottelemaan saaminen sai aikaan ilon tunnetta ja hevosen ohjaaminen opetti kuntoutujia kommunikoidaan omia aikomuksiaan selkeästi ja luottamaan myös hevosen käyttäytymiseen ratsastuksen aikana. Pohl ym. (2018) toteavat tutkimuksen perusteella, että hevosavusteinen kuntoutus lisäsi kaiken kaikkiaan tutkittavien kehoitietoisuutta ja minäpystyvyyttä, joista heille on hyötyä elämässä aivoinfarktin jälkeen.

5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYS

Tämän pro gradu -tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, mikä merkitys hevosavusteisen kuntoutuksen vuorovaikutuksella on kuntoutujalle. Tutkimuksessa tarkasteltiin kuntoutujien kokemuksia ja merkityksiä vuorovaikutuksesta. Hevosavusteisesta kuntoutuksesta on tehty vielä melko vähän tutkimusta ja etenkin kuntoutujien kokemuksista tarvitaan lisää tietoa, jotta kuntoutusmuodon merkitystä kuntoutujalle voitaisiin ymmärtää paremmin. Myös vuorovaikutus kuntoutuksessa on vielä vähän tutkittu aihe.

Tutkimuskysymys oli:

1. Millaisia merkityksiä vuorovaikutuksella on hevosavusteisessa kuntoutuksessa kuntoutujan näkökulmasta?

6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Laadullisessa tutkimuksessa pyritään selittämään tai ymmärtämään jotain ilmiötä ja tutkimaan ihmisen luomaa merkitystodellisuutta (Tuomi & Sarajärvi 2009, 28; 63). Tämän tutkimuksen tehtävänä oli tarkastella kuntoutujien kokemuksia ja merkityksiä vuorovaikutuksesta ja merkitysanalyysin perusteella ymmärtää paremmin vuorovaikutusilmiötä hevosavusteisessa kuntoutuksessa. Tutkimusmenetelmäksi valittiin fenomenologia, joka on yksi laadullisen tutkimuksen tutkimusmetodeista. Aineiston keruu toteutettiin avoimilla yksilöhaastatteluilla.

6.1 Fenomenologinen tutkimusote

Fenomenologia tutkii kokemuksia, jotka syntyvät vuorovaikutuksessa todellisuuden kanssa (Laine 2010, 29). Fenomenologinen tutkimusote soveltuu tähän tutkimukseen, sillä tavoitteena on ymmärtää kuntoutujien antamia merkityksiä vuorovaikutuksesta hevosavusteisen kuntoutuksen kontekstissa. Fenomenologisella tutkimusotteella voidaan tutkia myös aiemmin vielä vähemmän tutkittua ilmiötä (Judén-Tupakka 2008, 65), kuten tässä tapauksessa. Fenomenologisen tutkimuksen tarkoituksena on lisätä ymmärrystä ihmiselämän ilmiöstä, jotta voidaan esimerkiksi ratkaista jokin ongelma tai kehittää toimintaa (Laine 2010, 44-45).

Kun tutkitaan ihmistä fenomenologisesti, on perustana jokin käsitys ihmisestä (Laine 2010, 28; Tuomi & Sarajärvi 2009, 34). Tässä tutkimuksessa ihmiskäsitys nähdään kokonaisvaltaisena. Fenomenologiassa tutkitaan kokemuksia ja kokemukset nähdään suhteessa siihen todellisuuteen, jossa ihminen elää. Fenomenologian mukaan ihmisen suhde maailmaan on intentionaalinen eli kaikki merkitsee meille jotakin. Ihmisen toimintaa ohjaavat hänen antamansa merkitykset asioille. Kokemukset syntyvät merkitysten ohjaamina. Fenomenologisen tutkimuksen kohteita ovat nuo merkitykset (Laine 2010, 28-29). Kokemus rakentuu merkitysten mukaan (Tuomi & Sarajärvi 2009, 34). Tutkimalla kokemuksia ratsastusterapiasta tai sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta voidaan päästä selville sen merkityksistä kuntoutujalle. Tutkijan tehtävä on kääntää katse kohteesta suhteeseen (Piirainen & Laine 2013). Tutkittavien puheen kohteena voi olla esimerkiksi hevonen ja tarkastelemalla kaikkia eri näkökulmia suhteessa hevoseen, voidaan nähdä kokonaiskuva. Kokemus on moniulotteinen ilmiö ja se rakentuu erilaisista merkityksistä. Siksi kokemuksellinen ilmiö

kuvataan merkitysten verkostona, jossa eri perspektiiveistä tarkastellut merkitykset ovat suhteessa myös toisiinsa.

Fenomenologisen merkitysteorian mukaan ihminen on perustaltaan yhteisöllinen. Merkityksetkin ovat siis intersubjektiiivisiä, subjektien välisiä tai niitä yhdistäviä, ja niiden lähde on yhteisö, johon jokainen kasvaa ja kasvatetaan. Tutkittavat ihmiset ovat jonkin yhteisön yhteistä merkitysten perinnettä, jolloin yksilöllinen kokemus kertoo myös jotain yleistä (Laine 2010, 30). Merkitysten tutkimisessa tärkeää on siis huomioida ilmiön konsepti eli tässä tapauksessa ratsastusterapia tai sosiaalipedagoginen hevostoiminta. Hevosavusteinen kuntoutus yhdistää tässä tutkimuksessa tutkittavia ja se mahdollistaa pyrkimyksen ymmärtää ilmiötä yleisesti paremmin. Fenomenologinen tutkimus ei kuitenkaan pyri tekemään yleistyksiä yksittäistapauksista vaan se tavoittelee tutkittavien sen hetkisen merkitysmailman ymmärtämistä (Laine 2010, 31). Fenomenologia ei pyri köyhdyttämään tutkimusaineistoa vaan se on kiinnostunut merkitysten monikerroksisuudesta ja yleisen ilmiön lisäksi tärkeäksi koetaan yksilöllinen moninaisuus. Ihmisissä on yhdistäviä, tyypillisiä ja yksilöllisiä puolia (Laine 2010, 42).

Merkityksiä voidaan tutkia vain ymmärtämällä ja tulkitsemalla. Fenomenologiseen tutkimukseen tarvitaan silloin myös hermeneuttinen ulottuvuus, kun haastattelussa saatuja ilmaisuja ja niiden kantavia merkityksiä pyritään tulkitsemaan (Laine 2010, 31). Hermeneuttisen ymmärtämisen avulla oivalletaan ilmiöiden merkityksiä ja ymmärtäminen nähdään aina tulkintana, jonka taustalla on jo aiemmin ymmärretty (Tuomi & Sarajärvi 2009, 35). Arkielämässä teemme jatkuvasti tulkintoja muiden ihmisten ilmaisuista luontaisen ymmärryksemme varassa. Tätä ymmärrystä kutsutaan esiymmärrykseksi. Tutkittava merkitysmailma on yleensä tutkijalle jollain tavalla tuttu, koska elämme samassa kulttuuripiirissä. Toisaalta jo merkitysten ymmärtäminen edellyttää tietynlaista esituttuutta aiheesta (Laine 2010, 32-33). Fenomenologisessa tutkimuksessa on tärkeää, että tutkija tunnistaa ja kirjoittaa auki oman esiymmärryksensä, jolloin hän tulee tietoiseksi siitä.

Tavoitteena tässä tutkimuksessa oli ymmärtää merkityksiä kuntoutujien näkökulmasta. Hermeneuttisella kehällä tarkoitetaan tutkimuksellista dialogia tutkimusaineiston kanssa. Kehää kiertämällä eli käymällä vuoropuhelua aineiston ja oman tulkinnan välillä, tutkija pyrkii vapautumaan minäkeskeisyydestään ja tavoittamaan avoimesti toisen ”toiseuden” (Laine 2010, 36).

Tutkijalla on oma kokemus- ja merkitysmaailmansa, joka täytyy asettaa sivuun ja tarkastella aineistoa objektiivisesti. Esiymmärryksen tiedostaminen auttaa tutkijaa tunnistamaan mitkä asiat kuuluvat esiymmärrykseen ja mitkä siis tulee asettaa tutkimuksessa sivuun. Tutkijana olemisen perusasia on kriittinen itsetietoisuus (Piirainen & Laine 2013). Fenomenologiassa tutkija pyrkii tavoittamaan tutkittavan ajatuksia hänen kokemuksistaan hänen elämismaailmassaan. Kuitenkin tutkijan on tärkeää tiedostaa oma kokemisensa, jotta hän voi tavoittaa ilmiön aidon olemuksen (Judén-Tupakka 2008, 85). Omista lähtökohta oletuksistaan tietoiseksi tuleminen on Piiraisen ja Laineen (2013) mukaan fenomenologisen tutkijan isoin haaste.

Kriittisyys ja reflektiivisyys kuuluvat fenomenologiseen analyysiin. Kriittisyydellä tarkoitetaan itsekritiikkiä omia tulkintoja kohtaan. Reflektiivisyys puolestaan tarkoittaa omien tutkittavaan ilmiöön liittyvien ajattelun lähtökohtien tiedostamista, kuten ennakkoluulojen tai oman ihmiskäsityksen (Laine 2010, 34). Laadullisessa tutkimuksessa tutkija on väistämättä mukana tutkimuksessa ja hänen on jatkuvasti arvioitava omaa vaikutustaan tutkimuksessa etenkin aineiston analyysivaiheessa.

6.2 Tutkijan esiymmärrys

Ratsastusterapia on ymmärryksen mukaan ratsastusterapia-koulutuksen käyneen fysio- tai toimintaterapeutin toteuttamaa terapiaa pääasiassa erityistä tukea tarvitseville lapsille. Myös hevoset on koulutettu terapiaan soveltuviksi. Ymmärryksen mukaan ratsastusterapiassa kuntoutuja istuu hevosen selässä ja terapeutti taluttaa ja antaa ohjeita. Terapiassa vaikuttavaa on jo pelkästään hevosen mukana olo ja vuorovaikutus hevosen kanssa. Lisäksi ratsastaessa voi tuntea hevosen liikkeitä ja hevosen lämmön ja huomata miten oma toiminta ratsailla vaikuttaa hevosen käyttäytymiseen. Sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta kuulin ensimmäistä kertaa tämän pro gradu -työni yhteydessä.

Lapsena kävin ratsastustunneilla. Mieleenpainuvin kokemus oli ratsastaminen ilman satulaa, jolloin tunsin hevosen lämmön ja liikkeitä erityisen hyvin. Lämmön ymmärrän rentouttavan lihaksia. Liikkeet voivat rauhoittaa ratsastajaa ja ohjaavat ratsastajaa mukailemaan hevosen liikkeitä.

Liikkeistä voi uskoakseni oppia myös liikerytmiä. Ratsastus maastossa taas rentouttaa ja rauhoittaa mieltä. Hevonen voi myös mahdollistaa jonkun liikuntavammaisen henkilön liikkumisen.

Tiedän oikeastaan aika vähän ratsastusterapiasta. Tietoni perustuvat kuulopuheisiin ja kokemuksiin. Minulla on kyllä monia ystäviä, joilla on paljonkin kokemusta hevosista. Yhtään ratsastusterapeuttia en tunne. Ratsastukseen liittyviä termejä tiedän jonkin verran. Olen tähän asti ajatellut, että ratsastusterapia vaikuttaa lähinnä fyysisesti ja tehtävät, joita siellä tehdään ja terapian tavoitteet ovat fyysisiä. Se, että lähden tutkimaan hevosavusteisen kuntoutuksen merkityksiä vuorovaikutuksesta, tuntui aluksi erikoiselta ajatukselta. Vuorovaikutusta olen pitänyt itsestään selvänä elementtinä terapiassa, mutta sen merkitystä en ole aiemmin ajatellut tarkemmin tai kovinkaan monipuolisesti tai syvällisesti.

Olen itse työskennellyt fysioterapeuttina (6 vuotta) ikääntyneiden kuntoutuksessa. Aihe on siis minulle hyvin uusi ja erilainen, kuin asiat, joiden parissa olen työskennellyt tähän asti. Vaikka aihe on tämän työn myötä alkanut kiinnostaa minua kovasti, välttelin tutustumasta siihen liikaa. En esimerkiksi käynyt katsomassa ratsastusterapiatuntia ennen analyysin valmistumista.

6.3 Aineiston hankinta

Pro gradu –tutkielman aineisto on Kelan rahoittaman ja Jyväskylän yliopiston toteuttaman (Aartolahti 2017) Ratsastusterapia – vaikuttavuus ja merkitykset –tutkimushankkeen haastatteluaineisto ja siitä osio, jossa haastatellaan ratsastusterapiaan tai sosiaalipedagogiseen hevostoiintaan osallistuneita kuntoutujia. Tutkimus sai puoltavan lausunnon Jyväskylän yliopiston eettiseltä toimikunnalta ennen haastattelujen suorittamista. Haastattelut toteutti edellä kuvatun hankkeen vastuullinen tutkija, mutta tämän tutkimuksen tutkijalla oli mahdollisuus kuunnella haastattelutallenteet.

6.3.1 Tutkittavat

Tutkittavien rekrytoinnissa autoivat Suomen Ratsastusterapeutit ry. sekä Sosiaalipedagoginen Hevostoimintayhdistys ry. Ratsastusterapeutit ja SPHT-ohjaajat antoivat valitsemilleen kuntoutujille tutkimustiedotteen (liite 5 ja 6), jossa kerrottiin tutkimuksesta ja pyydettiin suostumusta antaa kuntoutujan yhteystiedot tutkijoille yhteydenottoa varten. Haastateltavia kuntoutujia oli lopulta yhteensä kymmenen (n=10), joista seitsemän oli osallistunut ratsastusterapiaan ja kolme sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan. Fenomenologisessa tutkimuksessa haastateltavien määrä voi vaihdella, mutta yleensä sopivaksi määräksi suositellaan kuudesta kymmeneen osallistujaa (Virtanen 2006, 171). Tutkimukseen osallistuvien tuli pystyä kommunikoidaan puheella tai kommunikaattorilla ja heidän kognitiivisten kykyjensä oli oltava riittävät haastattelukysymysten ymmärtämiseksi ja niihin vastaamiseksi. Haastateltavista kuusi oli lapsia ja neljä aikuisia. Lapsilla haastatteluissa oli mukana huoltaja tai sijaisvanhempi ja lisäksi yhden aikuisen kuntoutujan haastattelussa oli aikuinen mukana. Kuntoutujista kolme oli miehiä ja seitsemän naisia.

Itseraportoidut syyt ratsastusterapiaan tai SPHT:aan olivat tarkoituksella moninaiset kuntoutujien kesken. Syitä olivat muun muassa etenevät keskushermostosairaudet, lihastonuksen ja tasapainon heikkoudet, masennus- tai pelkotilat, kipu, autismi, käyttäytymis- ja tarkkaavaisuushäiriöt sekä haasteet perhetilanteissa. Haastatellut kuntoutujat olivat osallistuneet ratsastusterapiaan vaihdellen puolesta vuodesta kuuteen vuoteen ja sosiaalipedagoginen hevostoiminta oli puolestaan kestänyt kuukaudesta puoleen vuoteen. Tässä aineistossa ratsastusterapiaan osallistuneet olivat joko Kelan tai sairaanhoitopiirin lähettämiä, kun taas sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan maksava taho oli kunta tai osin kolmas sektori. Kuntouttajatahoina toimivien terapeuttien ja ohjaajien taustammatteja ratsastusterapiassa ja sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa olivat fysioterapeutti, toimintaterapeutti, psykologi, sosionomi ja terveydenhoitaja.

6.3.2 Fenomenologinen haastattelu

Laineen (2010, 37-38) mukaan haastattelu on laaja-alaisin keino tavoittaa toisen ihmisen kokemuksellinen maailmasuhde. Fenomenologisen haastattelun tulisi olla mahdollisimman avoin,

luonnollinen ja keskustelunomainen tapahtuma. Vastauksilta tavoitellaan kuvailua ja kertomuksenomaisuutta (Virtanen 2006, 172). Tämän tutkimuksen haastattelut olivat yksilöhaastatteluja ja ne toteutettiin elo-marraskuun 2016 aikana. Kyseessä oli avoimiin kysymyksiin perustuva haastattelu. Avaava kysymys kuntoutujien kohdalla oli aikuisten tapauksessa ”Millaista se ratsastusterapia on ollut?” ja lasten tapauksessa ” Kertoisitko millaisia hevosia siellä tallilla on?”. Lisäksi haastattelija teki tarkentavia kysymyksiä liittyen odotuksiin ja kokemuksiin kuntoutusmenetelmän tavoitteista, toteutuksesta ja vaikutuksesta sekä merkityksellisyydestä. Haastattelut toteutettiin haastateltavan kotona tai muussa hänelle sopivassa paikassa kuten hevostallilla tai kahvilassa. Haastattelutilanteen avoimuus on tärkeää, jolloin ilmapiiri on otollinen sille, että tutkittava kertoo aidosti omista kokemuksistaan eikä sellaisia asioita, joita uskoo tutkijan haluavan kuulla. Haastattelun tulisi kulkea tilanteen ja haastateltavan ehdoilla (Piirainen & Laine 2013).

Haastattelut nauhoitettiin ja litterointi tehtiin ammattimaisen litterointipalvelun toimesta. Litteroitua tekstiä kuntoutujien kohdalta kertyi yhteensä 219 A4 sivua fontilla Times New Roman, fonttikoko 12 ja riviväli 1.

6.4 Aineiston analyysi

Ilmiön olemuksen ja merkityksen avautuminen tutkimuksessa mahdollistuu vaiheittaisen etenemisen avulla (Judén-Tupakka 2008, 86). Tavoitteena on tiedostaa, kritisoida, kontekstualisoida, kuvata, verrata, muuttaa ja syventää tietoa ilmiöstä. Systemaattisen etenemisen tarkoitus on myös varmistaa, että analyysissä tutkijalla säilyy kriittisyys ja reflektiivisyys omia tulkintoja kohtaan (Piirainen & Laine 2013). Hevosavusteisen kuntoutuksen ymmärryksen lisäämiseksi aineisto analysoitiin aineistolähtöisen Herbert Spiegelbergin merkitysanalyysin avulla. Merkitysanalyysin tuloksena saadaan selvitys kokemuksen eri merkitysnäkökulmista ja niiden luonteesta monipuolisesti (Laine 2010, 29).

Spiegelbergin (1978, 656) merkitysanalyysissä pyritään laajentamaan ja syventämään ymmärrystä haastatteluissa ilmenevistä välittömistä kokemuksista. Ennen analyysin aloittamista tutkijan tulee olla tietoinen mahdollisista ennakko-oletuksistaan, puhdistaa mielensä näistä oletuksista ja lähestyä

ilmiötä intuitiivisesti (Spiegelberg 1978, 659). Spiegelbergin merkitysanalyysi etenee seitsemän askeleen mukaisesti (kuva 1). Ensimmäinen askel on ilmiön tarkastelua. Siinä Spiegelberg ohjaa tutkijaa palaamaan ilmiöön itseensä ja näkemään sen intuitiivisesti, tarkastelemaan ilmiötä analyttisesti ja kuvaamaan sen (Spiegelberg 1978, 659; Judén-Tupakka 2008, 69). Tutkija tiedostaa ensimmäisessä vaiheessa ilmiöön kohdistuvan tieteellisen keskustelun ja aikaisemman tutkimustiedon sekä oman esiymmärryksensä ilmiöstä, mutta pyrkii näkemään ilmiön näistä taustavaikuttajista vapaana (Judén-Tupakka 2008, 73). Tässä tutkimuksessa analyysi tehtiin aineistolähtöisesti, jolloin viitekehyksen tarkentuminen ja perehtyminen aiempaan tutkimustietoon tapahtuivat vasta analyysin valmistumisen jälkeen.

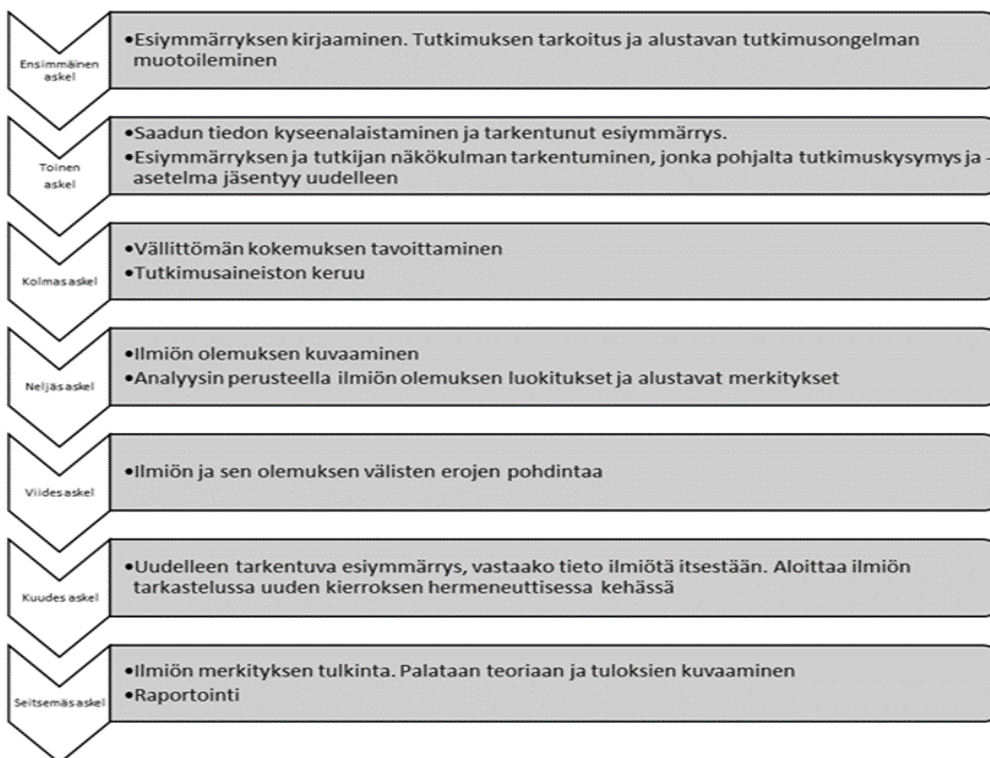
Olemusta ymmärtääkseen tutkija voi tarkastella ilmiön erityisyyksiä ja yksityiskohtia esimerkkeinä. Toisessa ilmiön olemuksen tavoittamisen vaiheessa tutkija muodostaa näkökulmaansa ja uudelleen jäsentää tutkimuskysymystä (Judén-Tupakka 2008, 74; 87). Kolmannella askelmalla aloitetaan tutkimusaineiston keruu, jolla pyritään tavoittamaan tutkittavien välitön kokemus ilmiöstä. Kolmannella askelmalla pyritään tavoittamaan lisäksi olemusten väliset olennaisuudet eli ilmiön komponenttien väliset suhteet ja yhteydet, jotka esiintyvät ilmiön yhteydessä. Niitä voi olla sekä ilmiön sisällä että ilmiöiden välillä (Spiegelberg 1978, 680; Judén-Tupakka 2008, 77). Tässä vaiheessa analyysia vuorovaikutusilmiön monimuotoisuus alkoi jäsentyä ja tutkimustehtävä tarkentui.

Neljännessä vaiheessa kuvataan ilmiö sellaisena kuin se on aineiston perusteella ja etsitään alustavia merkityksiä tutkimuskysymystä vastaten. Spiegelberg itse puhuu ilmenemismuotojen esiintymisen katselemisesta (Judén-Tupakka 2008, 78). Kuvauksessa pyritään autenttisuuteen, jota voidaan tukea esimerkiksi sitaatoimalla tekstiä kuvaukseen. Viidennellä askelmalla tarkastellaan, miten ilmiö rakentuu tietoisuudessa ja varmistetaan ilmiön kuvauksen istuvuus (Judén-Tupakka 2008, 79-81; 87).

Kuudennessa vaiheessa tarkastellaan ilmiötä tutkijan esioletuksista ja -käsityksistä vapautuneena (Spiegelberg 1978, 691; Judén-Tupakka 2008, 82). Tässä vaiheessa voidaan käydä aineiston kanssa uudestaan dialogia hermeneuttisessa kehässä. Viimeisellä seitsemännellä askelmalla tulkitaan ilmiön merkitys ja peilataan sitä aikaisempiin teorioihin. Seitsemännellä askelmalla syvennetään

vielä merkitysten ymmärtämistä ja tulkintaa (Judén-Tupakka 2008, 84). Koko prosessin ajan tutkijan on tärkeää reflektoida kriittisesti omia tulkintojaan suhteessa esiymmärrykseen.

Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin ensin jokainen haastattelu yksilöllisesti kuunnellen haastattelutallennetta ja lukien litteroitua tekstiä. Jokaisesta haastattelusta tiivistettiin aluksi kuvaus, jossa ilmenivät tutkimustehtävään vastaavat asiat. Liitteenä on esimerkki Jessican haastattelukuvauksesta (liite 1). Tämän jälkeen kuvauksesta poimittiin merkitysyksiköt, jotka yhdistettiin merkityskokonaisuuksiksi. Merkityskokonaisuuksien kuvaukset kirjattiin ja täydennettiin sitaatein (liite 2). Merkityskokonaisuuksista rakentui lopuksi merkitysverkosto, jonka nuolet kuvaavat merkityskokonaisuuksien välisiä interaktiivisia suhteita (liite 3). Jokaisesta haastattelusta kirjoitettiin vielä auki merkitysperspektiivi, jossa merkitysverkosto yhteyksineen pyrittiin sanoittamaan auki (liite 4). Lopulliset tulokset saatiin yhdistämällä jokaisesta haastattelusta saadut merkityskokonaisuudet, -verkostot ja -perspektiivit yhdeksi yhtenäiseksi merkitysverkostoksi eli synteetiksi.

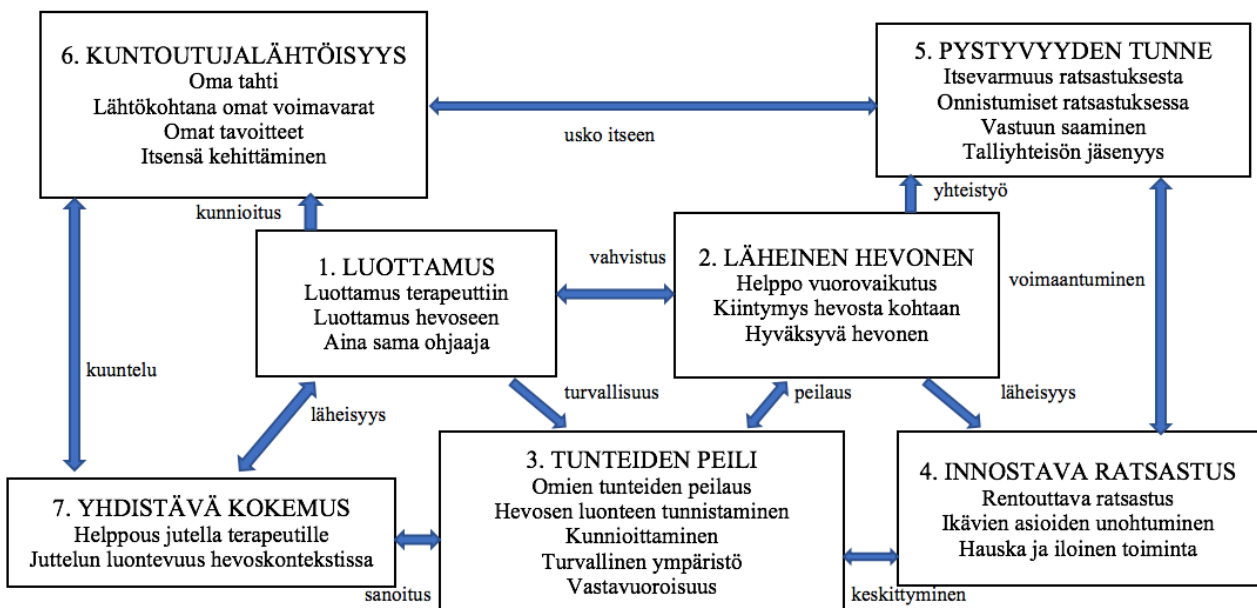


KUVA 1. Spiegelbergin merkitysanalyysin 7 vaihetta.

7 TULOKSET

Hevosavusteisen kuntoutuksen vuorovaikutus ilmeni kuntoutujalle monitasoisina suhteina itseen, hevoseen, terapeuttiin tai ohjaajaan sekä talliyhteisöön. Kuntoutujat puhuivat myös vuorovaikutuksen merkityksistä heidän arkeensa.

Aineiston analyysissä muodostui seitsemän merkityskokonaisuutta. Merkityskokonaisuudet ovat nimettyinä 1) Luottamus, 2) Läheinen hevonen, 3) Tunteiden peili, 4) Innostava ratsastus, 5) Pystyvyyden tunne, 6) Kuntoutujalähtöisyys sekä 7) Yhdistävä kokemus. Kaikissa kokonaisuuksissa on nähtävissä syvyysaspekti, joka tarkoittaa sitä, millaisena merkityskokonaisuus ilmenee kuntoutujalle. Merkitysverkostossa tulevat esiin myös näiden seitsemän eri merkityskokonaisuuden vuorovaikutteinen suhde toisiinsa. Nuolet kuvaavat merkityskokonaisuuksien interaktiivista yhteyttä toisiinsa (kuva 2).



KUVA 2. Hevosavusteisen kuntoutuksen merkityskokonaisuuksien verkosto (syntesi). Kuviossa nuolet kuvaavat merkityskokonaisuuksien suhdetta toisiin ja numerot ilmaisevat merkityskokonaisuuden olennaisuuden suhteessa toisiin merkityskokonaisuuksiin.

7.1 Luottamus

Hevosavusteisessa kuntoutuksessa kuntoutujille olennaisinta oli luottamuksellisen suhteen syntyminen. Luottamus terapeuttiin tai ohjaajaan ilmeni siinä, että terapeutille tai ohjaajalle tuntui luontevalta puhua ja hänestä tuli kuntoutuksessa läheinen. Turvallisessa luottamussuhteessa kuntoutujat uskaltautuivat käsittelemään tunteitaan. Oli tärkeää, että terapeutti tai ohjaaja pysyi aina samana. Kuntoutujat kokivat, että terapeutti tai ohjaaja kunnioitti heitä ja kuntoutujat puolestaan luottivat terapeutin tai ohjaajan ammattitaitoon. Luottamus terapeuttiin tai ohjaajaan vahvisti taas luottamusta ja läheisyyttä hevosen kanssa. Luottamus hevoseen oli hyvin merkityksellinen ja lähtökohtainen asia hevosen kohtaamisessa kuntoutuksessa.

- *”Että jotenkin Ullan kanssa on muodostunu tosi semmonen luottamuksellinen suhde että siinä on sitte käyty asioita puolin ja toisin läpi.”*(Kati)
- *”-- sit yhtäkkiä, siis mä luotin siihen hevoseen kun se synti se semmonen että mä huomasin et se on rauhallinen.”*(Kirsti)

7.2 Läheinen hevonen

Toinen olennainen merkityskokonaisuus oli läheinen hevonen. Hevosesta tuli monelle kuntoutujista hyvin rakas ja tärkeä ystävä. Hevosen kanssa kommunikointi koettiin helpoksi ja hevonen hyväksyväksi. Hevoselle osoitettiin tunteita ja kuntoutujat kokivat merkitykselliseksi sen, että hevonen vastasi kiintymyksen osoituksiin. Tämä teki hevosten kanssa toimimisesta mielekästä ja innostavaa. Yhteistyössä läheisen ja luotettavan hevosen kanssa kuntoutujat uskaltautuivat rohkeasti kehittämään itseään. Läheinen hevonen myös mahdollisti omien tunteiden peilaamisen hevoseen tutustumisen kautta.

- *”No kun niille voi puhua, ihan näin että, sitten, se on, vähän vaikeeta, niin, vaikka jo ihan, niin ja jännää niin tota, niille voi puhua ja sit, vaikka ne ei vastaakaan mutta kun ne kuuntelee.”* (Heidi)
- *”No, se on ollu mulla alusta asti, ja se on aivan ihana. Täällä on kuvia meistä kahesta.”* (Neea)

7.3 Tunteiden peili

Luottamuksellinen suhde terapeuttiin tai ohjaajaan ja hevoseen, sekä läheisyys hevosen kanssa mahdollistivat turvallisen ympäristön omien tunteiden käsittelylle. Myös ilmapiiri talliyhteisössä koettiin tällöin turvalliseksi. Tarkkailemalla ja tutustumalla hevosiin kuntoutujat peilasivat omia tunteitaan ja käsityksiä itsestään. Hevosen koettiin aistivan kuntoutujan mielialaa ja reagoivan siihen omalla käyttäytymisellään. Isoa eläintä täytyi kunnioittaa ja keskittyä sen käyttäytymisen ja ohjaamisen ymmärtämiseen. Tällöin usein ikävät ajatukset unohtuivat. Jotkut kuntoutujat samaistuiivat hevosen luonteenpiirteisiin ja tämä lähensi suhdetta hevoseen. Hevosten kanssa toimiessa tunteita oli luontevaa sanoittaa terapeutille tai ohjaajalle.

- *”Se on tavallaan silleen, et jos sulla on hyvä päivä, niin se on hyvin, jos sä oot välillä semmonen väsynyt, se on väsynyt. Se on tavallaan niin ku äiti sano että hevonen on tavallaan niin kuin peili.” (Patrik)*
- *”No se on tosi semmonen, niinku sympaattinen ja sit se on jotenkin niin samanlainen ku mä niin se on, silleen helppo samaistua ja silleen.” (Jonna)*

7.4 Innostava ratsastus

Hevosavusteisessa kuntoutuksessa merkityksellistä oli innostava ratsastus. Ratsastus oli monen mielestä hauskaa ja iloista toimintaa. Ratsastaessa ikävät asiat unohtuivat, kun keskittyi hevosen ohjaamiseen. Huolien unohtuessa ratsastus koettiin myös rentouttavana toimintana ja elämyksenä. Läheisyys hevosen kanssa lisäsi ratsastuksen mielekkyyttä. Innostava ratsastus voimaannutti kuntoutujia haastamaan itseään ja onnistumiset hevosen kanssa puolestaan lisäsivät iloa ja rentoutta ratsastukseen.

- *”Vähän kuin, siellä pysty, helppo on sitten miettiä asioita mitä ei niinku kotona oo miettiny, täällä että, niin, kaikki negatiiviset lähtee pois. Ja positiiviset asiat taas tulee mieleen silleen että, ihana kun saa käydä ratsastamassa--” (Heidi)*
- *”Siis se on ihana tiiätsä sun pää, se tyhjenee kaikesta ku koko ajan saa kotona rässata kaikesta.” (Kirsti)*
- *”Se on hauskaa” (Veeti)*

7.5 Pystyvyyden tunne

Pystyvyyden tunne merkityskokonaisuudessa innostava ratsastus ja sen mukana tuomat onnistumiset yhteistyössä hevosen kanssa voimaannuttivat kuntoutujia ja lisäsivät heidän itsevarmuuttaan. Kuntoutajat kertoivat voittaneensa itsensä hevosen selässä. Kuntoutajat otettiin talliyhteisöissä vastaan tasavertaisina. He kokivat merkitykselliseksi sen, että saivat vastuuta hevosten hoidosta ja tallitöistä. Kuntoutajat saivat myös vaikuttaa terapiakerran sisältöön. Itsevarmuuden ja vastuun saaminen hevosavusteisessa kuntoutuksessa vahvistivat kuntoutujien uskoa itseensä ja mahdollisuuksiin kehittää itseään.

- *”-- kun mä kerta toisensa jälkeen voitin itteni, voitin sen ensinnäkin sen eläimenpelon ja sitten sitten sain sen uskalluksen tehdä ja toimia ja tulla ja nauttia jopa, uskalsin olla hevosen selässä silmät kiinni, niin se tunne on ihan mahtava ja siitä mä sain niin paljon voimaa että mä uskalsin lähteä tämmösiin kouluihin ja kaiken maailman niinkun, tehdä ja suorittaa.”* (Anne)
- *”Mää vähä kiusaan ittee sillä et, mä pystyn siihen tai silleen et sitku mä teen sen niin, sit mä tajusinki et kyl se, onnistuu.”* (Jessica)

7.6 Kuntoutujalähtöisyys

Kuntoutujille oli olennaista, että heidät kohdattiin yksilöllisesti. He saivat edetä kuntoutuksessa omaan tahtiin ja omista voimavaroistaan lähtien. Kuntoutuksessa keskusteltiin kuntoutujan omista tavoitteista ja kuntoutajat saivat mahdollisuuksia kehittää itseään heille itselleen tärkeissä asioissa. Vastuullisuuden vahvistama usko itsen kannusti kuntoutujia asettamaan itselleen isojaakin tavoitteita ja he uskoivat myös mahdollisuuksiinsa saavuttaa ne. Kuntoutujalähtöisesti terapeutti tai ohjaaja kuunteli kuntoutujaa ja auttoi tätä tunnistamaan omia tavoitteitaan. Luottamuksellisessa suhteessa kuntoutujan yksilöllisyyttä kunnioitettiin ja kuntoutajat kokivat tulleen kohdelluksi tasavertaisina.

- *”Ja ekasta kerrasta asti musta tuntu että ”oho, ai tällai tää nyt menikin sitten että mä ylitin itseni ihan joka kerta”. Ja se oli hienoo et heti ekalla kerralla sanottiin että ei oo mihinkään kiire--”* (Anne)

- *”Ja sitten siellä ajatellaan sun tulevaisuuden kannalta ja mikä olis sulle parasta ja keskitytään siihen, et sä et esimerkiksi herpaantuis koulussa tai luokassa.”* (Patrik)

7.7 Yhdistävä kokemus

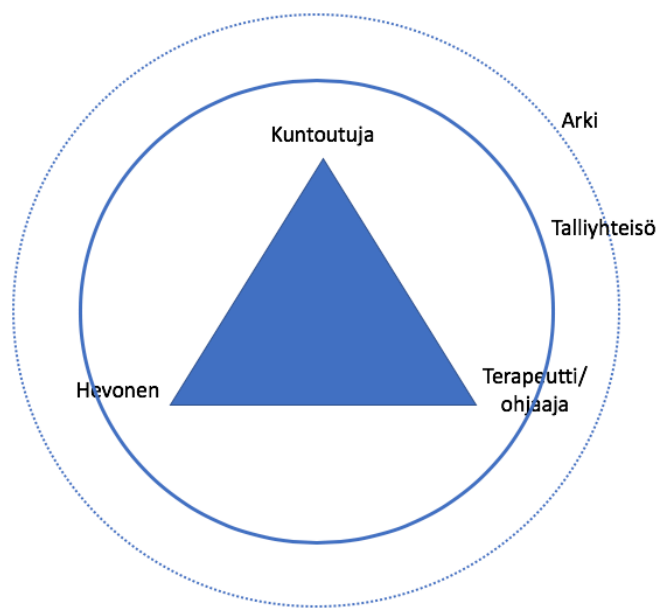
Kuntoutujat kokivat suhteen terapeutin tai ohjaajan kanssa luontevaksi. Hevosavusteiseen kuntoutukseen liittyi luontevana osana keskustelu ja se tapahtui usein hevosten hoidon tai ratsastuksen yhteydessä. Kuntoutujaa ja terapeuttia tai ohjaajaa yhdisti siis kokemus hevosista ja talliympäristö. Kuntoutujat kokivat terapeutin tai ohjaajan läheiseksi ja luotettavaksi, jolloin hänelle pystyi puhumaan myös vaikeista asioista. Terapeutin tai ohjaajan kanssa käytiinkin läpi hevosavusteisessa kuntoutuksessa esiin tulleita tunteita ja ajatuksia ja pyrittiin sanoittamaan niitä. Kuntoutujat olivat rohkeampia puhumaan hevoskontekstissa ja terapeutti tai ohjaaja koettiin hyvänä kuuntelijana.

- *”Siel voi melkein puhua mistä vaan.”* (Patrik)
- *”Että ja kyllä selkeesti meitä just että yhdistää jotenkin myös ne hevoset että kun on samanlaisia kokemuksia ne hevoset ja sitten vähän muutenkin elämäkokemukset ehkä samanlaisia niin jotenkin sitten on ollu helppo puhua siinä sitten Ullalle.”* (Kati)

7.8 Kuntoutujan vuorovaikutuksen merkitysperspektiivi hevosavusteisessa kuntoutuksessa

Kuntoutujalle merkityksellistä vuorovaikutuksessa on luottamus terapeuttiin tai ohjaajaan sekä hevoseen. Luottamusta vahvistaa kuntoutujan läheisyys hevosen kanssa, mikä taas osaltaan lisää luottamusta terapeuttiin tai ohjaajaan. Luottamus mahdollistaa turvallisen tunteiden käsittelyn ja kuntoutuja voi peilata omia tunteitaan läheisessä suhteessaan hevoseen. Kuntoutujalle hevosavusteinen kuntoutus on hauskaa ja iloista toimintaa, jossa ikävät asiat unohtuvat. Ratsastus innostaa kokeilemaan aluksi haastavilta tuntuvia tehtäviä ja läheisen hevosen kanssa pystyy myös rentoutumaan. Onnistuneet kokemukset hevosen kanssa voimaannuttavat ja lisäävät itsevarmuutta. Kuntoutujalle on tärkeää, että hän saa vastuuta kuntoutuksessa ja on talliyhteisön tasavertainen jäsen. Tämä lisää itsevarmuutta ja uskoa itseen. Pystyvyyden tunnetta tukee kuntoutujalähtöinen kohtaaminen kuntoutuksessa ja usko itseen puolestaan rohkaisee itsensä kehittämiseen sekä itselle tärkeiden tavoitteiden asettamiseen. Kuntoutujalähtöisen kohtaamisen mahdollistaa kunnioittava ja

tasavertainen luottamussuhde kuntoutujan, hevosen ja terapeutin tai ohjaajan välillä. Hevostoiminta yhdistää kokemuksena kuntoutujaa ja terapeuttia tai ohjaajaa. Kuntoutujalle on merkityksellistä, että häntä kuunnellaan ja ymmärretään, jolloin puhuminen aroistakin asioista tuntuu helpommalta. Yhdistävän kokemuksen avulla terapeutti tai ohjaaja pystyy auttamaan kuntoutujaa sanoittamaan tunteitaan ja tätä tukee jälleen läheinen luottamussuhde kuntoutujan, hevosen ja terapeutin tai ohjaajan kanssa. Kuvassa 3 on kuvattu vuorovaikutuksen tasot hevosavusteisessa kuntoutuksessa.



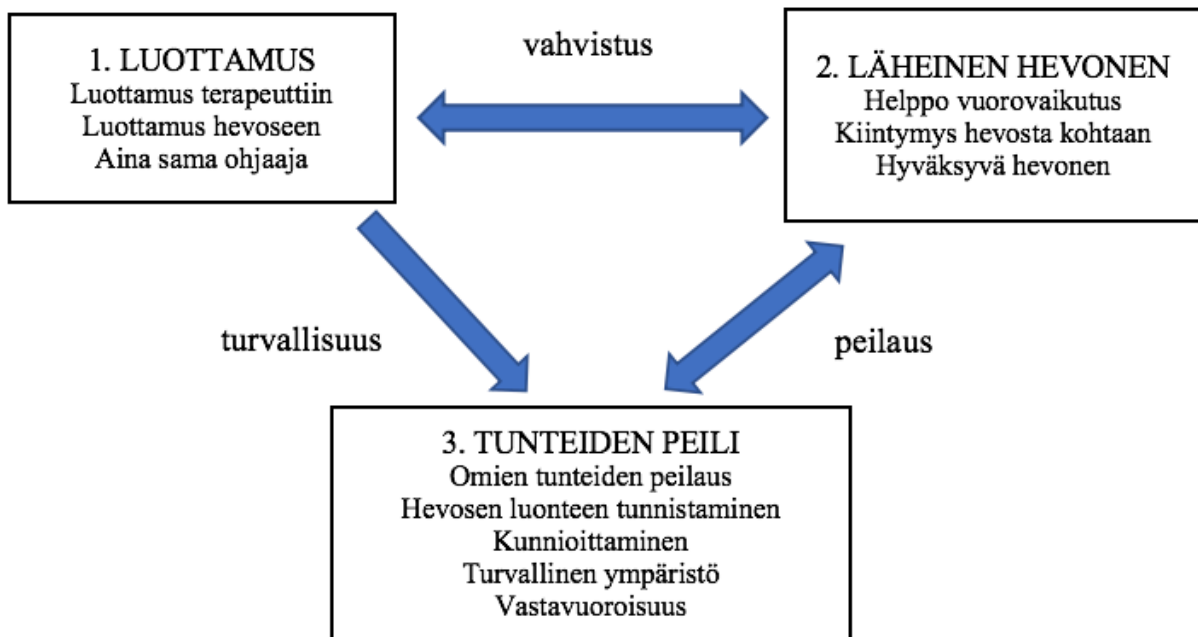
KUVA 3. Hevosavusteisen kuntoutuksen vuorovaikutuksen tasot

7.9 Tunnistamisen kehä

Merkitysverkoston sisällä on lisäksi kolme kehää, jotka ovat nimettyinä 1) tunnistamisen kehä, 2) tuetun toimijuuden kehä sekä 3) voimaantumisen kehä. Nuolet kuvaavat sitä, missä suhteessa merkityskokonaisuudet ovat toisiinsa nähden.

Tunnistamisen kehä (kuva 4) on lähtökohta hevosavusteiselle kuntoutukselle. Kuntoutustilanne on luottamuksellinen ja turvallinen ja mahdollistaa kuntoutujan omien tunteiden ja ajatusten tiedostamisen sekä ymmärtämisen. Hevonen toimii tunteiden ja toiminnan peilinä. Hevosen aidot ja hyväksyvät reaktiot antavat kuntoutujalle palautetta ja vahvistavat luottamuksellista kohtaamista.

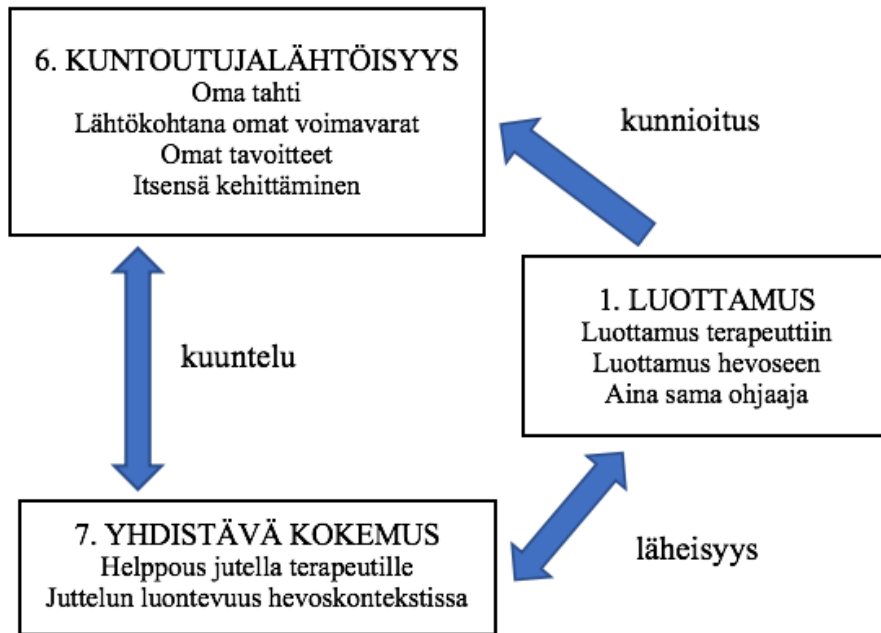
Vuorovaikutuksen merkitys kuntoutujalle tässä kehässä on auttaa tunnistamaan omia vahvuuksia ja asioita, joissa kuntoutuja on jo hyvä sekä näkemään asiat, joissa hän haluaisi kehittää itseään.



KUVA 4. Hevosavusteisen kuntoutuksen tunnistamisen kehä.

7.10 Tuetun toimijuuden kehä

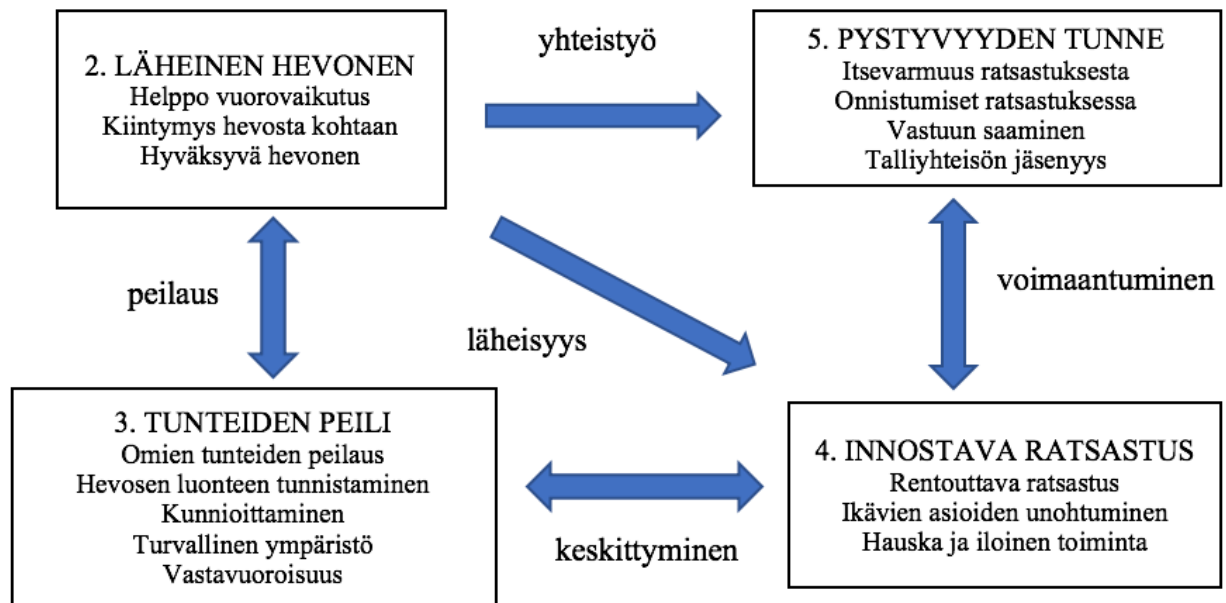
Tuetun toimijuuden kehässä (kuva 5) kuntoutuja kokee luottamusta hevoseen ja terapeuttiin tai ohjaajaan ja häntä kuunnellaan ja kunnioitetaan. Tässä kehässä tärkeää on tasavertaisuus kuntoutujan, terapeutin tai ohjaajan sekä hevosen välillä. Vuorovaikutuksessa kuntoutujaa tuetaan asettamaan rohkeasti itselleen tavoitteita ja uskomaan omaan pystyvyyteensä niiden toteuttamisessa. Yhteinen toiminta hevosen kanssa lähentää kuntoutujaa, terapeuttia tai ohjaajaa sekä hevosta ja tukee yhteisten tavoitteiden eteen työskentelyä. Kuntoutujaa tuetaan toimijuuteen ja näin tekemään kuntoutuksesta hänen näköistään ja hänen kehittymisensä tähtäävää.



KUVA 5. Hevosavusteisen kuntoutuksen tuetun toimijuuden kehä.

7.11 Voimaantumisen kehä

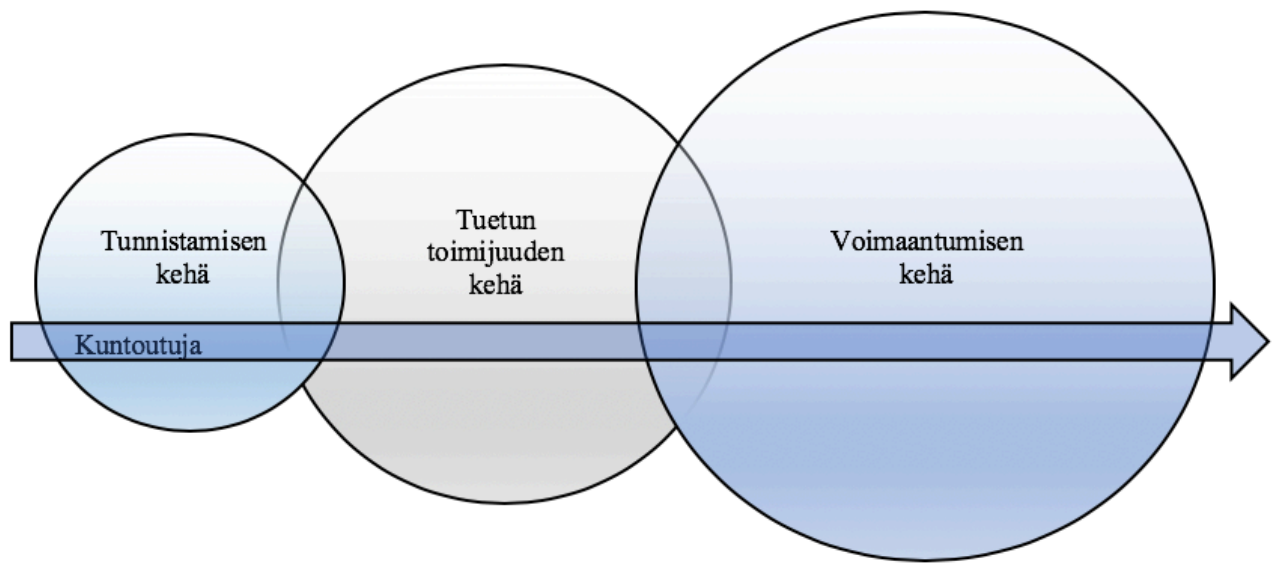
Voimaantumisen kehässä (kuva 6) kuntoutuja voimaantuu ja tulee hyväksytyksi yhteisön jäsenenä. Kuntoutuja saa vastuuta tallitöistä ja hevosen hoidosta ja voi kokea olevansa tasavertainen talliyhteisön jäsen. Hevosavusteinen kuntoutus koetaan hauskana ja iloisena toimintana, josta kuntoutuja saa pystyvyyden tunnetta myös oman arjen hallintaan. Ratsastus on innostavaa ja vuorovaikutus hevosen kanssa tuo onnistumisen ja hyväksytyksi tulemisen tunteita. Vuorovaikutus hevosavusteisessa kuntoutuksessa vahvistaa kuntoutujan kokemusta omasta pystyvyydestään ja hän ottaa vastuuta omasta kuntoutumisestaan myös hevosavusteisen kuntoutuksen ulkopuolella omassa elämässään.



KUVA 6. Hevosavusteisen kuntoutuksen voimaantumisen kehä.

7.12 Kuntoutumisen vuorovaikutuksen kehät

Hevosavusteisen kuntoutuksen kolme kehää, tunnistamisen, tuetun toimijuuden ja voimaantumisen kehä, voidaan nähdä jatkumona kuntoutujan kuntoutumisprosessissa (kuva 7). Kehät menevät prosessissa osittain päällekkäin ja seuraava kehä rakentuu aina edellisen jatkoksi. Vuorovaikutus kulkee läpi kehien ja on pohja kuntoutumisen prosessille. Kuntoutuja tunnistaa ensin nykytilansa ja lähtöpisteensä kuntoutumiselle. Tämän jälkeen hän yhdessä terapeutin tai ohjaajan kanssa määrittää kuntoutuksen tavoitteet ja toimijuus tavoitteiden saavuttamiseksi vahvistuu. Kuntoutus tähtää kuntoutujan voimaantumiseen ja saavutettujen taitojen siirtymiseen kuntoutujan elämään myös kuntoutuksen ulkopuolisissa ympäristöissä ja yhteisöissä. Kuntoutumisen kehissä kuntoutuja on keskiössä ja prosessin päätoimija. Kehät suurenevät kuntoutumisen edetessä kuvaten sitä, että kuntoutuja voimaantuu prosessin aikana ja kuntoutuksen vaikutukset ja kuntoutuminen levittyvät laajasti kuntoutujan arkeen ja elämään.



KUVA 7. Hevosavusteisen kuntoutuksen vuorovaikutuksen kehät kuntoutumisprosessissa.

8 POHDINTA

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, millaisia merkityksiä vuorovaikutuksella on hevosavusteisessa kuntoutuksessa kuntoutujan näkökulmasta. Fenomenologisen merkitysanalyysin perusteella kuntoutujille merkityksellistä vuorovaikutuksessa hevosavusteisessa kuntoutuksessa olivat luottamus, läheinen suhde hevoseen, tunteiden peilaus, ratsastuksen innostavuus, pystyvyyden tunteen kokeminen, kuntoutujalähtöisyys sekä yhdistävä kokemus muiden kuntoutuksen toimijoiden kanssa. Tämän merkitysverkoston sisällä on lisäksi kolme kehää: tunnistamisen, tuetun toimijuuden sekä voimaantumisen kehä. Kehät kuvaavat kuntoutujan polkua kuntoutumisen prosessissa, jossa oman tilanteen tunnistamisesta edetään tavoitteiden asetteluun ja oman toimijuuden vahvistumisen kautta voimaantumiseen omassa arjessa.

8.1 Tutkimustulosten tarkastelua

Kokemus rakentuu yleensä erilaisista ja eri syvyisistä merkityksistä, jotka ovat suhteissa toisiinsa (Piirainen & Laine 2013). Yksilöllinen kokemus kertoo myös jotakin yleistä, mutta fenomenologisen tutkimuksen tarkoitus ei ole tehdä yleistyksiä, vaan pyrkiä ymmärtämään yksilöllistä moninaisuutta ja näkemään ilmiön monet puolet (Laine 2010, 30-31). Tuloksiin liittyy aina konteksti ja tutkijan tulkinta. Nämä tulee huomioida tuloksia tarkasteltaessa.

Kysyttäessä kuntoutujilta millaista hevosavusteinen kuntoutus on, he eivät lähteneet luettelemaan siellä tehtäviä harjoitteita tai terapeutin tai ohjaajan antamia tehtäviä. Merkittäviä olivat kokemukset, joita kuntoutuja koki hevosen ja terapeutin tai ohjaajan kanssa talliympäristössä. Merkityksellisiä olivat myös kuntoutuksen aikana koetut tunteet ja itsestä opitut uudet asiat. Hevosavusteisessa kuntoutuksessa sanattoman vuorovaikutuksen merkitys korostuu, kun yksi vuorovaikutuksen osallistujista on hevonen (Yrjölä 2011b, 172). Tavallisen terapiavastaanottotilanteen sijaan hevosavusteiseen kuntoutukseen liittyy paljon toimintaa ja tämä vie tilaa verbaaliselta kommunikaatiolta.

Luottamus oli kuntoutujille tämän tutkimuksen mukaan olennaisin merkityskokonaisuus hevosavusteisen kuntoutuksen vuorovaikutuksessa. Luottamus terapeuttiin tai ohjaajaan sekä hevoseen oli monelle hevosavusteisen kuntoutuksen lähtökohta ja Purolan (2011, 184) mukaan luottamus itsessään voi olla myös hevosavusteisen kuntoutuksen tavoite. Johansen ym. (2016) ovat tutkineet, että terapeutti pystyy luottamuksellisessa suhteessa paremmin toimimaan siltana hevosen ja kuntoutujan välillä ja sanoittamaan tapahtumia. Lisäksi tämän tutkimuksen mukaan luottamuksellisessa suhteessa kuntoutajat pystyivät rentoutumaan hevosavusteisessa kuntoutuksessa ja unohtamaan arjen ongelmat. Samoja johtopäätöksiä ovat tehneet myös Dunlop ja Tsantefski (2017), joiden mukaan ratsastusterapiaan osallistuneet lapset pystyivät nauttimaan toiminnasta, pitämään hauskaa ja kokemaan onnellisuuden tunteita turvallisessa vuorovaikutuksessa hevosen kanssa. Myös Kern-Godalin ym. (2016a) tutkimuksen mukaan hevosen kanssa toimiessa kuntoutujien arjen ongelmat unohtuivat. Tämän tutkimuksen perusteella luottamus oli kuntoutujille hyvin merkityksellinen hevosavusteisessa kuntoutuksessa ja monesti juuri luottamuksen saavuttaminen oli perusta koko kuntoutukselle. Aiempien tutkimusten mukaan turvallinen vuorovaikutus hevosen kanssa nousee tärkeänä tuloksena esiin, mutta vähemmän puhutaan luottamuksesta terapeuttiin tai ohjaajaan hevosavusteisessa kuntoutuksessa. Tässä tutkimuksessa lähes jokainen kuntoutuja mainitsee merkityksellisenä sen, että voi luottaa hevoseen sekä terapeuttiin tai ohjaajaan.

Tässä tutkimuksessa ilmeni, että kuntoutajat peilasivat paljon omia tunteitaan vuorovaikutuksessa hevosen, terapeutin tai ohjaajan sekä talliympäristön kanssa. Kuntoutajat samaistuivat hevoseen ja useat valitsivat sen terapiahevosen, joka muistutti heitä itseään eniten. Samoja merkityksiä hevosen ja kuntoutujan suhteesta löysivät Kern-Godal ym. (2016a), joiden mukaan hevonen peilaa vuorovaikutuksessa kuntoutujan käyttäytymistä ja antaa siitä tällä tavoin kuntoutujalle palautetta. Tässä tutkimuksessa ilmeni, että kuntoutajat huomasivat voivansa muuttaa käytöstään, oppia uutta ja kehittää itseään. Mäenpään ym. (2016) tutkimuksen mukaan CP-vammaiset lapset halusivat oppia uusia asioita ratsastusterapiassa ja heidän minäkuvansa vahvistui hevosen antaman positiivisen palautteen myötä. Kuntoutajat saivat tämän tutkimuksen mukaan palautetta myös vuorovaikutustaidoistaan. Hevosavusteisessa kuntoutuksessa etenkin suhde hevoseen ja turvallinen luottamuksen ilmapiiri kannustivat kuntoutujia harjoittelemaan vuorovaikutustaitoja, joita he omassa arjessaan arkailivat. Hevosen suora palaute reaktiona kuntoutujan käytökseen kohentaa Graham ja Lindsey (2017) mukaan itsetuntemusta ja myönteiset vuorovaikutuskokemukset voivat

lisätä aloitteellisuutta vuorovaikutukseen myös kuntoutuksen ulkopuolella kuntoutujan arjessa (Borg ym. 2016).

Hevonen koettiin tämän tutkimuksen mukaan läheisenä ystävänä, joka oli ymmärtäväinen, hyväksyvä ja aito. Vuorovaikutus hevosen kanssa ja sen kiintymys saivat kuntoutujan tuntemaan itsensä tärkeäksi ja merkitykselliseksi sellaisena kuin hän on. Samoin toteavat hevosen ja kuntoutujan suhteesta Halonen (2011, 308), Nikanne (2011, 206), Mäenpää ym. (2016) sekä Dunlop ja Tsantefski (2017). Tämän tutkimuksen mukaan läheinen suhde hevoseen antoi itsevarmuutta ja motivaatiota kuntoutujille yrittää haastaviakin tehtäviä. Frank ym. (2011) havaitsivat saman tutkiessaan CP-vammaisia lapsia ratsastusterapiassa. Pohl ym. (2018) tutkivat hevosavusteisen kuntoutuksen kokemuksia aivoinfarktinkuntoutujilla. Tutkimuksessa tutkittavat muodostivat tunnesiteen hevosen kanssa ja itsekin yllättyivät, kuinka tärkeäksi ystäväksi hevonen kuntoutuksen aikana muodostui. Hevosella oli tämän tutkimuksen perusteella hyvin merkittävä rooli kuntoutujan pystyvyyden tunteen tukemisessa. Tutkittavista kuntoutujista moni koki saaneensa rohkeutta hevosavusteisessa kuntoutuksessa ja läheisen hevosen kautta he pääsivät kokeilemaan turvallisesti omia rajojaan ja kokemaan onnistumisen tunteita. Vuorovaikutuksessa hevosavusteisessa kuntoutuksessa saattoi myös tämän tutkimuksen mukaan turvallisesti epäonnistua ja olla rohkeasti oma itsensä. Läheinen suhde hevoseen myös motivoi ja sitoutti kuntoutujia kuntoutukseen. Kuntoutumismotivaatio on Härkäpään ym. (2016, 76) mukaan tärkeä tekijä kuntoutumisen onnistumisen kannalta.

Kuntoutukseen motivoitumiseen ja sitoutumiseen vaikutti tässä tutkimuksessa kuntoutujille myös merkityksellisenä koettu pystyvyyden tunne. Tämän tutkimuksen mukaan onnistumiset hevosen kanssa lisäsivät itsevarmuutta ja täten myös pystyvyyden tunnetta, joka vahvisti myös uskoa omien tavoitteiden saavuttamiselle. Pystyvyyden tunteen kannalta kuntoutujille merkityksellistä oli tämän tutkimuksen mukaan myös turvallinen talliympäristö, jossa kuntoutujat kokivat yhteisöllisyyttä tallin tasavertaisina jäseninä. Karhulan ym. (2016, 230) mukaan osallisuuden kokeminen rakentaa ja vahvistaa kuntoutujan suhdetta ammattihenkilöihin ja motivoi häntä sitoutumaan ja osallistumaan kuntoutumisprosessiinsa. Talliympäristö hevosavusteisessa kuntoutuksessa oli Kern-Godalín ym. (2016b) tutkimuksen perusteella paikka, jossa tutkittavat päihdekuntoutujat pääsivät luomaan positiivista minäkuvaa.

Tämän tutkimuksen perusteella hyväksytyksi tulemisen kokemus oli hevosavusteisen kuntoutuksen vuorovaikutuksessa ikään kuin kaikkia merkityskokonaisuuksia yhdistävä teema. Kuntoutuja hyväksyy ensin itsensä sellaisena kuin on sallivassa ympäristössä ja empaattisen hevosen ja terapeutin tai ohjaajan tuella. Nikanne (2011, 206) toteaa, että kuntoutujan on helpompi ottaa hyväksyntä vastaan ensin tunneilmalsultaan suoralta ja yksiselitteiseltä hevoselta ja tämän jälkeen siirtyä luottamaan terapeuttiin ja tämän hyväksyntään. Tämän jälkeen kuntoutujan toiveet ja tarpeet hyväksytään kuntoutuksen tavoitteiksi ja kuntoutuja hyväksytään aktiiviseksi toimijaksi oman kuntoutumisensa edistäjänä. Kuntoutuja tulee hyväksytyksi ensin kuntoutusyhteisössä, saa vastuuta ja uusia ystäviä, joita hän ei ehkä omassa arjessaan ole saanut. Hyväksyvä vuorovaikutus kuntoutuksessa tukee vuorovaikutustaitojen käyttöä myös kuntoutujan arjessa.

Kuntoutujalähtöisyys, jonka kuntoutajat kokivat tässä tutkimuksessa olennaiseksi hevosavusteisen kuntoutuksen vuorovaikutuksessa, lisää Härkääpään ym. (2016, 76) mukaan kuntoutujan sitoutumista kuntoutukseen ja tekee toiminnasta kuntoutujan kannalta kiinnostavaa ja innostavaa. Kuten Autti-Rämö ja Salminen (2016, 15) toteavat, kuntoutujalähtöisyys vaatii hyvää vuorovaikutusta kuntoutujan ja ammattilaisten kesken. Tämän tutkimuksen perusteella kuntoutajat tulivat kuulluksi hevosavusteisessa kuntoutuksessa ja heitä kunnioitettiin oman kuntoutumisensa asiantuntijoina. Kuntoutajat kokivat saavansa edetä omaan tahtiin ja heitä kannustettiin kehittämään itseään heille itselleen merkityksellisissä asioissa ja tavoitteissa. Salminen ym. (2016, 31) toteavat, että kuntoutujalähtöisessä toiminnassa kuntoutuja tulee osallistaa kuntoutuksen suunnitteluun ja päätöksentekoon. Alanko ym. (2018) tutkimuksen mukaan kuntoutuja voi kokea epävarmuutta omasta tilanteestaan ja tässä kuntoutuksen toimijoiden kannustava ja hyväksyvä vuorovaikutus on tärkeässä asemassa.

Tässä tutkimuksessa kuntoutujille merkityksellistä vuorovaikutuksessa oli se, että kuntoutuskokemus jaettiin terapeutin tai ohjaajan kanssa. Yhdistävä kokemus lähensi kuntoutujaa terapeutin tai ohjaajan kanssa ja kuntoutuja koki tulevansa kuulluksi. Onnistunut kuntoutumisen prosessi sisältää hyvää vuorovaikutteista työskentelyä (Autti-Rämö ym. 2016, 58) ja luonnollista dialogia, jossa kuntoutuja kokee tulevansa ymmärretyksi (O’Keeffe 2016). Kuntoutuksessa tulisi kiinnittää huomiota kuntoutusympäristöön ja sen merkitykseen kuntoutujalle. Kuntoutusympäristön tulisi olla oppimista edistävä, motivoiva ja paikka, jossa kuntoutujaa kannustetaan ottamaan vastuuta omasta kehittymisestään. Ympäristö, jossa kuntoutujaa ei arvosteta eikä hänen tavoitteitaan

kuunnella, voi aiheuttaa turhautumista ja pystyvyyden tunteen heikkenemistä. Alanko ym. (2018) mukaan vuorovaikutuksessa olennaista kuntoutujalle on avoimuus ja tasavertaisuus sekä tunne siitä, että hän saa osallistua päätöksen tekoon.

Hevosavusteisessa kuntoutuksessa toteutui tämän tutkimuksen tulosten perusteella hienosti se, että kuntoutumisen prosessissa käännetään peili kohti kuntoutujaa ja autetaan häntä tunnistamaan omat voimavaransa ja toisaalta näkemään ne asiat, joissa hän haluaisi kehittyä. Jotta kuntoutumisessa voidaan alkaa tukemaan kuntoutujan toimijuutta, vaaditaan tunnistamisen vaihe, jossa kuntoutuja kokee ymmärtävänsä tai oivaltavansa jotain itselleen merkityksellistä (Tynjälä ym. 2016, 268-269). Tämän tutkimuksen tulokset osoittavat, että vuorovaikutus kuntoutumisessa tukee kuntoutujaa tunnistamisen kehässä. Karhulan ym. (2016, 230) mukaan kuntoutumisessa ja toimijuuden vahvistamisessa on kyse siitä, että kuntoutuja saadaan näkemään oma tilanteensa ja mahdollisuutensa toimijana uudella tavalla sekä herättää kuntoutujan kiinnostus oman tilanteensa muuttamiseen.

Tutkimuksen tulosten perusteella tuetun toimijuuden kehässä kuntoutujaa kannustetaan tarttumaan tunnistamiinsa kehittämiskohteisiin. Kuntoutujaa ohjataan ottamaan vastuuta omasta kuntoutumisestaan ja vaikuttamaan kuntoutumisprosessin sisältöön ja suuntaan. Toimijuus on Karhulan ym. (2016, 230) mukaan oman elämän rakentamista valinnoilla ja toiminnoilla eri olosuhteissa. Toimijuuteen vaikuttavat osaaminen, kykeneminen, vastuu, velvollisuudet sekä oikeudet, mutta myös tunteet ja haluaminen. Se on konkreettisia tekoja, joihin voi myös liittyä vastustusta ja vaihtoehtojen pohdintaa. Vuoropuhelu kuntoutujan ja ammattilaisen kesken on tärkeää, jotta saavutetaan yhteinen näkemys siitä, mihin toimijuutta pyritään kohdentamaan. Toimijuus on parhaimmillaan jaettu yhteistä tekemistä kuntoutujan ja ammattilaisen kesken (Karhula ym. 2016, 230). Tämän tutkimuksen mukaan hevosavusteisessa kuntoutuksessa jaettu kokemus ja toiminta sekä siihen liittyvä luonteva dialogi tukivat kuntoutujan itsensä kehittämistä ja tunnetta siitä, että hän voi omalla toiminnallaan vaikuttaa omaan tilanteeseensa ja hän on oman kuntoutumisensa aktiivinen päätoimija. Toimijuutta tuki tutkimustulosten perusteella myös pystyvyyden tunteen vahvistuminen hevosavusteisessa kuntoutuksessa. Kun kuntoutujat huomasivat pystyvänsä tekemään aluksi mahdottomilta tuntuvia tehtäviä hevosen kanssa, saivat he myös itsevarmuutta arjen tavoitteiden asetteluun ja uskoa niiden saavuttamiseen. Jotta kuntoutuja

jaksaa olla kuntoutumisprosessissa aktiivinen ja motivoitunut saavuttamaan kuntoutuksen tavoitteitaan, tarvitsee hän pystyvyyden tunnetta (Härkäpää ym. 2016, 77).

Hevosavusteisen kuntoutuksen voimaantumisen kehä kattaa tämän tutkimuksen tulosten perusteella läheisen hevosen, innostavan ratsastustoiminnan, tunteiden peilauksen, onnistumisen kokemukset sekä talliyhteisöön kuulumisen. Tässä tutkimuksessa ja myös Halonen (2011, 310) on todennut, että hyväksyvä ja luottamuksellinen ilmapiiri sekä arvostuksen kokeminen tukivat voimaantumisen tunnetta. Voimaantumista tapahtui tämän tutkimuksen perusteella yhdessä tehden ja onnistumisia muiden kanssa jakaen. Palautteen saaminen esimerkiksi hevoselta tai talliyhteisöltä lisäsi pystyvyyden tunnetta ja itseluottamusta. Vastuun saaminen kuntoutustoiminnassa kannusti ottamaan enemmän vastuuta myös arjessa, ottamaan haasteita vastaan ja yrittämään ennen vaikeilta tuntuvia asioita. Hevosavusteisessa kuntoutuksessa kuntoutujat kokivat tässä tutkimuksessa tulevansa kohdatuksi omina itsenään, ei vamman tai heikkouden leimaamina, vaan tasavertaisina, tavallisina ihmisinä. Samoja tuloksia saivat myös Kern-Godal ym. (2016a) ja Kern-Godal ym. (2016b) fenomenologisissa tutkimuksissaan. Hyvin merkityksellistä voimaantumiselle hevosavusteisessa kuntoutuksessa on myös muun tutkimustiedon mukaan (Frank ym. 2011; Halonen 2011, 307-308; Borg ym. 2016; Kern-Godal ym. 2016a; Mäenpää ym. 2016) vuorovaikutus hevosen kanssa. Tässä tutkimuksessa ilmeni, että jo hevosen kohtaamiseen liittyvän pelon voittaminen ja ison eläimen onnistunut ohjaaminen voimaannuttivat kuntoutujaa. Hyväksyvän hevosen kiintymys ja ystävyys tekivät kuntoutujan olemassaolosta merkityksellistä ja kohottivat itsetuntoa. Kuntoutumisprosessissa kuntoutujalle tärkeää on siis kumppanuus, jossa vuorovaikutuksen merkitys on voimaannuttaa kehittämään itseään omien tavoitteiden suuntaisesti ja luoda uskoa omaan pystyvyyteen. Salmisen ym. (2016) mukaan valtaistumisen teorian mukainen interventiteoria olettaa, että kuntoutujan sitoutuminen, aktivoituminen, valtaistuminen ja osallistuminen kohentuvat, jos kuntoutuksessa etsitään hyvän elämän mahdollisuuksia ja tavoitteita yhdessä kuntoutujan kanssa, tuetaan kuntoutujan voimavarojen käyttöön ottoa sekä luodaan mahdollisuuksia osallistua oman elämänsä ja kuntoutusprosessin suunnitteluun ja toteutukseen. Tutkimusnäyttö teoriasta on vielä hatara, mutta tämä tutkimus osaltaan tukee interventiteorian paikkansa pitävyyttä.

Jatkotutkimusta hevosavusteisen kuntoutuksen vaikuttavuudesta kuntoutujan näkökulmasta kaivataan edelleen lisää, jotta tätä kuntoutusmuotoa voitaisiin paremmin hyödyntää eri

kuntoutujilla. Erityisesti lisää tutkimusta tarvitaan hevosavusteisen kuntoutuksen vaikuttavuudesta kuntoutujien elämänlaatuun sekä suoriutumiseen ja osallistumiseen. Hevosavusteista kuntoutusta on tutkittu jonkin verran CP-vammaisilla ja autistisilla henkilöillä. Tutkimusta muistakin kuntoutujaryhmistä kuten ikääntyneistä tai kroonista kipua kokevista olisi tärkeää saada lisää. Lisäksi olisi mielenkiintoista tutkia tarkemmin vuorovaikutustaitojen kehittymistä hevosavusteisessa kuntoutuksessa. Esimerkiksi omaisten kokemukset voisivat lisätä ymmärrystä siitä, miten vuorovaikutuksen harjoittaminen hevosavusteisessa kuntoutuksessa näkyy kuntoutujan toiminnassa arkitilanteissa. Kuntoutusmuoto pitää varmasti sisällään paljon hiljaista tietoa, jonka avaaminen voisi tuoda esiin hyviä menetelmiä vuorovaikutuksen tukemiseen muissakin kuntoutusmuodoissa. Ratsastusterapian ja sosiaalipedagogisen hevostoiminnan vertaaminen vuorovaikutuksen näkökulmasta olisi myös mielenkiintoista, sillä lähtökohdat näillä kuntoutusmuodoilla ovat hieman erilaiset. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa korostuu yhteisöllisyys, kun taas ratsastusterapia on ehkä hieman yksilöllisempää. Voisiko näitä kuntoutusmuotoja jotenkin yhdistää vai onko niillä oma roolinsa suomalaisessa kuntoutuksessa? Aiempien tutkimusten perusteella kuntoutujat ovat kokeneet tärkeiksi vertaistuen hevosavusteisessa kuntoutuksessa. Suomessa Mäenpään ym. (2016) mukaan ratsastusterapiaa toteutetaan kuitenkin pääasiassa yksilöterapiana. Yksi jatkotutkimusaihe voisi olla ryhmämuotoisen hevosavusteisen kuntoutuksen merkitys kuntoutujille Suomessa.

8.2 Luotettavuus

Fenomenologisen tutkimuksen luotettavuuden haaste on se, kuinka tavoittaa toisten ihmisten välittömät kokemukset. Tutkija pääsee käsiksi tutkittavan kokemukseen vain sen kautta, että tutkittava ilmaisee, puhuu ja esittää kokemuksiaan (Piirainen & Laine 2013). Tässä tutkimuksessa aineisto kerättiin avoimella haastattelulla. Piiraisen ja Laineen (2013) mukaan haastattelun kysymyksillä on tärkeä tehtävä saada tutkittava refleктоimaan ja ilmaisemaan kokemuksiaan. Tämä edellyttää tutkittavalta mieleen palauttamista ja kokemuksen jäsentämistä sanallisesti. Tutkittavan kokemuksen täydellisen reflektion toteutuminen on yleensä mahdottomuus, jolloin jotain jää väistämättä ilmaisematta ja tiedostamatta ilmiöstä. Refleктоitu kokemus on myös aina tulkinta alkuperäisestä (Piirainen & Laine 2013). Tutkimuksen haastateltavat kuntoutujat olivat lapsia ja aikuisia. Lapset eivät välttämättä ole niin harjaantuneita reflektiossa ja omien kokemusten ilmaisemisessa sanallisesti. On siis mahdollista, että joitain heidän kokemuksiaan on jäänyt tässä

tutkimuksessa saavuttamatta. Haastattelijalla ei myöskään ollut paljon kokemusta fenomenologisesta haastattelusta.

Tässä tutkimuksessa tutkija ei ole osallistunut haastattelujen tekoon, mikä heikentää luotettavuutta siinä määrin, että tutkija ei ole ollut läsnä kuulemassa ja havaitsemassa tutkittavien kerrontaa kokemuksista ja merkityksistä. Fenomenologisessa tutkimuksessa oleellisia ovat esimerkiksi tauot, nonverbaalinen viestintä ja naurahdukset (Piirainen & Laine 2013). Toisaalta haastattelutilanteen tarkastelu toisen silmin auttaa näkemään, kuinka esimerkiksi haastattelija tai tilanteen äänet vaikuttavat haastattelutilanteeseen. Sain kuunnella haastattelutallenteita ja näin saada kokemuksen haastattelutilanteesta ja oma tulkintani on vapaa haastattelutilanteisiin liittyvistä mahdollisista henkilökohtaisista tunteista. Haastattelutilanteissa oli usein haastateltavan mukana aikuinen ja muutamassa myös terapeutti. Aikuisten läsnäolo saattoi mahdollisesti vaikuttaa siihen, mitä tutkittavat kertoivat kokemuksistaan. Jossain tapauksissa aikuisen läsnäolo tuki haastattelun kulkua ja joissain se saattoi hieman häiritä. Haastatteluympäristöt vaihtelivat. Jossain haastattelussa oli paljon taustamelua tai eläinten tai lasten ääniä. Itse haastateltavat tulivat hyvin erilaisista taustoista, joten aineistosta tuli hyvin monipuolinen ja moninäkökulmainen. Tämä on yksi tutkimuksen vahvuuksista.

Luotettavuuden arvioinnissa huomioidaan tutkijan puolueettomuus eli pyrkiikö tutkija ymmärtämään ja kuulemaan haastateltavaa vai suodattuuko kertomus tutkijan oman kehyksen läpi, jolloin ymmärrykseen voivat vaikuttaa esimerkiksi tutkijan ikä, ammatti tai kansalaisuus (Tuomi & Sarajärvi 2009, 136). Pyrin tutkimuksen aluksi esiyymmärryksessä refleктоimaan omaa näkemystäni ilmiöstä hevosavusteinen kuntoutus. Tietämykseni aiheesta on ollut ennen tutkimuksen tekoa melko suppea, kuten esiyymmärryksestä käy ilmi. Tutkijana pyrin vapautumaan ennako-oletuksistani analyysia tehdessä ja refleктоimaan sitä, kuinka paljon omat ajatukseni mahdollisesti ohjaavat tulkintojen tekoa. Laadullisessa tutkimuksessa tutkija on kuitenkin työn väline ja Piiraisen ja Laineen (2013) mukaan täydellinen tutkijan itsetietoisuus on mahdottomuus. Toisten tutkimukseen perehtyneiden henkilöiden kommentit analyysin tuloksista ovat lisänneet luotettavuutta.

Käytetty metodi on tutkimuksen luotettavuuden kannalta keskeinen (Tuomi & Sarajärvi 2009, 57). Tutkijana olen pyrkinyt avaamaan analyysini vaiheet raportoinnissa Spiegelbergin

merkitysanalyysin askeleiden ohjaamana ja toteuttanut fenomenologista katsantokantaa läpi tutkimuksen. Tuomen ja Sarajärven (2009, 141) mukaan tutkijan tulee antaa lukijoille riittävästi tietoa aineiston kokoamisesta ja analyysistä, jotta lukija voi arvioida tutkimuksen tuloksia. Tutkimuksen raportoinnin tulee olla läpinäkyvää ja tutkijan tulee esittää aineisto totuudenmukaisesti. Hyvässä laadullisessa tutkimuksessa tutkimuksen tarkoitus on perusteltu ja toteutuksen logiikka on selitetty (Tong ym. 2007). Raporttia tukevat liitteet analyysin vaiheista.

Tutkimuksen näkökulma eli tutkimustehtävä määrää, mitkä merkitykset ja merkityskokonaisuudet tutkija haluaa ja sallii nostaa esiin aineistosta (Laine 2010, 42). Merkitysanalyysin jokaisessa vaiheessa käytiin läpi tutkimustehtävä ja pyrittiin avoimella asenteella tarkastelemaan, mitkä asiat aineistosta vastaavat tutkimuskysymykseen. Tutkimuksen tarkoitus on hyvin merkityksellinen ja tärkeä. Kuntoutujien ja varsinkin erityisryhmiin kuuluvien henkilöiden aito kuuleminen heidän näkökulmastaan antoi arvokasta tietoa vuorovaikutuksen merkityksestä.

8.3 Eettisyys

Laadullisessa tutkimuksessa eettisyys tarkoittaa tutkimuksen sisäistä johdonmukaisuutta, jonka voidaan nähdä toteutuvan erilaisten perinteiden kautta. Tutkijan on tiedettävä ja perusteltava mitä tekee (Tuomi & Sarajärvi 2009, 127). Tässä tutkimuksessa on pyritty noudattamaan Tutkimuseettisen neuvottelukunnan laatimaa (2012) hyvää tieteellistä käytäntöä, jotta tutkimus olisi myös eettisesti hyväksyttävä ja luotettava.

Jo tutkimuksen luotettavuuden kohdalla todettu raportoinnin läpinäkyvyys on tärkeää myös eettisyyden kannalta. Tässä tutkimuksessa eettistä on edetä fenomenologisen perinteen mukaisesti ja Spiegelbergin merkitysanalyysin portaita noudattaen. Tutkijalla on ollut tutkimuksessa selkeä suunnitelma, jota hän on toteuttanut johdonmukaisesti. Tutkimusetiikkaan kuuluvat itse tutkimustoiminta, tutkittavien informointi, aineiston keruu ja analyysimenetelmien luotettavuus, anonymiteetti ja tutkimustulosten esittämistapa. Lisäksi kaikki tutkimuksessa tehdyt valinnat ovat moraalisia valintoja (Tuomi & Sarajärvi 2009, 128).

Jo tutkimusaiheen valintaan liittyy eettisiä pohdintoja. Tutkijan tulee pohtia, miksi juuri tätä aihetta tulee tutkia ja miksi tutkimukseen ryhdytään (Tuomi & Sarajärvi 2009, 129). Hevosavusteinen kuntoutus on vähän tutkittu aihe ja fenomenologinen laadullinen tutkimus vastaa hyvin tarpeeseen tutkia tärkeitä kuntoutujalähtöisiä kokemuksia ratsastusterapiasta. Tutkimustietoa tarvitaan, jotta terapiamuodon käyttömahdollisuuksia voidaan ymmärtää paremmin.

Myös tiedonkeruumenetelmän avoimuus eli tässä tapauksessa avoin haastattelu voi olla eettisesti haasteellinen, koska etukäteen on vaikea arvioida, mitä haastattelussa tulee tapahtumaan ja mitä asioita tullaan käsittelemään (Tuomi & Sarajärvi 2009, 125). Haastateltaville kerrottiin, että he voivat kertoa vain sen mitä haluavat ja yksi haastateltavista totesi, että terapiaprosessin kertominen ulkopuoliselle oli oikeastaan hyvin voimauttava kokemus. Tutkimus sai Jyväskylän yliopiston eettisen toimikunnan puoltavan lausunnon ennen haastattelujen aloittamista.

Ennen haastattelua tutkittavien kanssa on käytävä avoimesti läpi mistä tutkimuksessa on kysymys (Virtanen 2006, 172). Tutkijan tulee kertoa tutkittaville tutkimuksen tarkoitus ja menetelmät. Hänen tulee pyytää tutkittavilta vapaaehtoinen suostumus tutkimukseen ja kertoa, että tutkittavalla on oikeus kieltäytyä osallistumisesta ja keskeyttää mukanaolonsa tutkimuksessa missä kohtaa tahansa. Osallistujien oikeuksista ja hyvinvoinnista on pidettävä huolta koko tutkimuksen ajan ja vältettävä kaikin tavoin aiheuttamasta haittaa heille. Tutkimustiedot on säilytettävä luottamuksellisesti eikä niitä saa käyttää muuta kuin luvattuun tarkoitukseen. Tutkimuksesta ei saa käydä ilmi tutkittavien henkilöllisyys. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 131). Haastatteluaineiston keräsi vastuullinen tutkija. Haastattelujen aluksi kerrottiin tutkimuksesta ja osallistumisen vapaaehtoisuudesta. Tutkittavat allekirjoittivat tietoon perustuvan suostumuksen tutkimukseen osallistumisesta. Alaikäisten ollessa kyseessä edellytetään erillistä suostumusasiakirjaa tiedotteineen sekä lapselle että huoltajalle (FINPEDMED 2008). Alle 18-vuotiaiden tutkittavien kohdalla pyydettiin siis kirjallinen suostumus lapselta sekä huoltajalta (liite 5 ja 6). Huoltajalta pyydettiin lupa lapsen osallistumiseen, mutta myös lupa huoltajan omasta osallistumisesta, sillä huoltajat olivat myös mukana haastatteluissa. Tutkimustiedotteessa kerrottiin, että kuntoutuja osallistumisesta kieltäytyminen ei vaaranna terapiasuhdetta tai vaikuta sen jatkuon.

Aineistoa säilytettiin koko tutkimuksen ajan huolellisesti. Tutkimuksessa huolehdittiin siitä, että tutkittavien anonyymiteetti säilyi. Tässä tutkimuksessa käytettiin vaihdettuja nimiä kuntoutujille, hevosille ja terapeuteille. Kuntoutujista on raportoitu tutkimuksessa vain tarvittavat tiedot. Tässä tutkimuksessa on pyritty noudattamaan tiedeyhteisön (TENK 2012) tunnustamia toimintatapoja eli rehellisyyttä, yleistä huolellisuutta ja tarkkuutta kaikissa tutkimuksen vaiheissa sekä kunnioittamaan seuraavia eettisiä periaatteita: vahingoittamisen kieltö, itsemääräämisoikeus ja yksityisyydensuoja.

8.4 Johtopäätökset

Vuorovaikutus merkitsee kuntoutujalle hevosavusteisessa kuntoutuksessa tukea, joka mahdollistaa kuntoutujalähtöisen itsensä kehittämisen prosessin. Tärkeää on vuorovaikutuksen voimaannuttava vaikutus ja kuntoutujan tukeminen toimijuuteen omassa kuntoutumisessaan. Hevonen hyväksyy kuntoutujan sellaisena kuin hän on, rohkaisee kuntoutujaa tunnistamaan omia vahvuuksiaan ja heikkouksiaan ja motivoi kehittämään itseään. Kuntoutuksen ammattilainen luo luottamuksellisen, turvallisen ja sallivan ilmapiirin, jossa kuntoutuja kokee tulevansa ymmärretyksi ja saa mahdollisuuden olla tasavertainen yhteisön jäsen.

Tutkimuksen tulokset lisäävät ymmärrystä siitä, mitkä asiat hevosavusteisen kuntoutuksen vuorovaikutuksessa ovat merkityksellisiä kuntoutujalle ja miten ne edistävät kuntoutumista kuntoutujan näkökulmasta. Kuntoutujalle vuorovaikutus näyttöytyy oleellisena ja monitahoisena osana kuntoutumisprosessia. Kuntoutujat kokivat tärkeänä kumppanuussuhteen, jossa toteutui luonteva dialogi, yhteinen ymmärrys sekä hyväksyntä. Kuntoutumisen tulisi tämän tutkimuksen tulosten mukaan olla kuntoutujan itsensä kehittämisen prosessi, jonka hän kokee itselleen merkityksellisenä. Hevosen läsnäolo, hyväksyvä kohtaaminen, kuuntelu, empatia ja innostavuus ovat taitoja, joiden merkitys on hyvä ymmärtää myös kuntoutuksen vuorovaikutuksessa ilman hevosta.

LÄHTEET

- Aartolahti, E. 2017. Suullinen ja kirjallinen tiedonanto. 2.4.2019, Jyväskylä.
- Alanko, T., Karhula, M., Kröger, T., Piirainen, A. & Nikander, R. 2018. Rehabilitees perspective on goal setting in rehabilitation - a phenomenological approach. *Disability and Rehabilitation*, DOI: 10.1080/09638288.2018.1463398.
- Autti-Rämö, I., Mikkelsen, M., Lappalainen, T. & Leino, E. 2016. Kuntoutumisen prosessi. Teoksessa Autti-Rämö, I., Salminen, A., Rajavaara, M. & Ylinen, A. (toim.) *Kuntoutuminen*. 1. painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 56–73.
- Autti-Rämö, I. & Salminen, A. 2016. Kuntoutumisen hyvät käytännöt. Teoksessa Autti-Rämö, I., Salminen, A., Rajavaara, M. & Ylinen, A. (toim.) *Kuntoutuminen*. 1. painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 14–17.
- Borgi, M., Loliva, D., Cerino, S., Chiarotti, F., Venerosi, A., Bramini, M., Nonnis, E., Marcelli, M., Vinti, C., De Santis, C., Bisacco, F., Fagerlie, M., Frascarelli, M. & Cirulli, F. 2016. Effectiveness of a standardized equine-assisted therapy program for children with autism spectrum disorder. *Journal Autism and Developmental Disorders* 46, 1–9.
- Dunlop, K. & Tsantefski, M. 2017. A space of safety: children's experience of equine-assisted group therapy. *Child & Family Social Work* 23, 16–24.
- Finnish Investigators Network for Pediatric Medicines. 2008. Tutkijan muistilista - lasten tutkimustiedotteen sisältö. Viitattu 25.5.2019. http://www.finpedmed.fi/files/1Tutkijan_muistilista_FINAL.pdf
- Frank, A., McCloskey, S. & Dole, R. L. 2011. Effect of hippotherapy on perceived self-competence and participation in a child with cerebral palsy. *Pediatric Physical Therapy* 23(3), 301–308.
- Graham, L. B. & Lindsey, A. 2017. Horses helping children grow. *Journal of Instructional Pedagogies* 19, 1–11.
- Halonen, S. 2011. Monivammaisen nuoren ratsastusterapia. Teoksessa Mattila-Rautiainen, S. (toim.) 2011. *Ratsastusterapia*. Jyväskylä: PS-Kustannus, 298–317.
- Harris, A. & Williams, J. M. 2017. The impact of a horse riding intervention on the social functioning of children with autism spectrum disorder. *International journal of environmental research and public health* 14, 776.
- Hsieh, Y. L., Yang, C. C., Sun, S. H., Chan, S. Y., Wang, T. H. & Luo, H. J. 2016. Effects of hippotherapy on body functions, activities and participation in children with cerebral palsy based on ICF-CY assessments. *Disability and Rehabilitation* 39 (17), 1703–1713.
- Hämäläinen, T. & Savolainen, K. 2016. Toiminta kuntoutumisessa - päämäärä ja väline. Teoksessa Autti-Rämö, I., Salminen, A., Rajavaara, M. & Ylinen, A. (toim.) *Kuntoutuminen*. 1. painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 281–286.
- Härkäpää, K., Valkonen, J. & Järvikoski, A. 2016. Kuntoutujan motivaatio ja sitoutuminen. Teoksessa Autti-Rämö, I., Salminen, A., Rajavaara, M. & Ylinen, A. (toim.) *Kuntoutuminen*. 1. painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 74–82.

- Johansen, S. G., Arfwedson Wang, C. E. & Binder, P. 2016. Facilitating change in a client's dysfunctional behavioural pattern with horse-aided psychotherapy. A case study. *Counselling and Psychotherapy Research* 16(3), 222–231.
- Judén-Tupakka, S. 2008. Askelia fenomenologiseen analyysiin. Teoksessa: E. Syrjäläinen, A. Eronen & V-M. Värri (toim.) *Avauksia laadullisen tutkimuksen analyysiin*. 3. painos. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy, 62–90.
- Järvikoski, A. & Karjalainen, V. 2008. Kuntoutus monitieteisenä ja -alaisena prosessina. Teoksessa Rissanen, P., Kallanranta, T. & Suikkanen, A. (toim.) *Kuntoutus*. Keuruu: Duodecim, 80-93.
- Karhula, M., Veijola, A. & Ylisassi, H. 2016. Tavoitteiden asettamisen käytäntö. Teoksessa Autti-Rämö, I., Salminen, A., Rajavaara, M. & Ylinen, A. (toim.) *Kuntoutuminen*. 1. painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 225–238.
- Kauppila, R. A. 2011. Vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot. Vuorovaikutusopas opettajille ja opiskelijoille. 3. painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kern-Godal, A., Brenna, I. H., Kogstad, N., Arnevik, E. A. & Ravndal, E. 2016a. Contribution of the patient-horse relationship to substance use disorder treatment: Patients' experiences. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being* 11(1), 31636.
- Kern-Godal, A., Brenna, I. H., Kogstad, N., Arnevik, E. A. & Ravndal, E. 2016b. More than just a break from treatment: how substance use disorder patients experience the stable environment in horse-assisted therapy. *Substance Abuse: Research and Treatment* 10, 99–108.
- Kessler, D., Walker, I., Sauvé-Schenk, K. & Egan, M. 2018. Goal setting dynamics that facilitate or impede a client-centered approach. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, DOI: 10.1080/11038128.2018.1465119.
- Laine, P., Laitinen, A., Mäki-Tuuri, S. & Raento, P. 2015. Hevosavusteinen kuntoutus- ja terapiatoiminta Suomessa: Kehitys ja haasteet. *Kuntoutus* 2(2015), 42–54.
- Laine T. 2010. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa Aaltola J, Valli R (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin II*. Jyväskylä: PS-kustannus, 2010: 28–45.
- Lindroos, A. 2011. Ratsastusterapian mahdollisuudet oppimis- ja kehityshäiriöissä. Teoksessa Mattila-Rautiainen, S. (toim.) 2011. *Ratsastusterapia*. Jyväskylä: PS-Kustannus, 318-330.
- Moraes, A. G., Copetti, F., Angelo, V. R., Chiavoloni, L. L. & David, A. C. 2016. The effects of hippotherapy on postural balance and functional ability in children with cerebral palsy. *The Journal of Physical Therapy Science* 28(8), 2220–2226.
- Mäenpää, H., Kela, K. & Sätälä, H. 2016. Ratsastusterapia liikuntavammaisten lasten kuntoutuksessa. *Duodecim* 132, 1279–1285.
- Nikanne, J. 2011. Psykiatrisen ratsastusterapian mahdollisuudet tunnevuorovaikutustaitojen vahvistamisessa. Teoksessa Mattila-Rautiainen, S. (toim.) 2011. *Ratsastusterapia*. Jyväskylä: PS-Kustannus, 191–207.
- O'Keeffe, M., Cullinane, P., Hurley, J., Leahy, I., Bunzli, S., O'Sullivan, P. B. & O'Sullivan, K. 2016. What influences patient-therapist interactions in musculoskeletal physical therapy? Qualitative systematic review and meta-synthesis. *Physical Therapy* 5(96), 609–622.
- Peräkylä, A. 2001. Erving Goffman. Sosiaalisen vuorovaikutuksen rakenteet. Teoksessa Hänninen, V., Partanen, J. & Ylijoki, O. (toim.) 2001. *Sosiaalipsykologian suunnannäyttäjiä*. Tampere: Vastapaino, 347–364.

- Piirainen, A. & Laine, T. 2013. Reflektiiviset näkökulmat fenomenologisessa tutkimuksessa. Jyväskylän yliopisto.
- Pohl, P., Carlsson, G., Bunketorp-Käll, L., Nilsson, M. & Blomstrand, C. 2018. A qualitative exploration of post-acute stroke participants' experiences of a multimodal intervention incorporating horseback riding. *PLoS ONE* 13(9), 1–18.
- Purola, T. 2011. Ratsastusterapia masennuksen hoidossa. Teoksessa Mattila-Rautiainen, S. (toim.) 2011. Ratsastusterapia. Jyväskylä: PS-Kustannus, 175–190.
- Rokka, A. 2011. Hevonen, talli ja niiden tuomat mahdollisuudet ratsastusterapiassa. Teoksessa Mattila-Rautiainen, S. (toim.) 2011. Ratsastusterapia. Jyväskylä: PS-Kustannus, 80–87.
- Räsänen, J. 2006. Voimaantumisen mahdollistaminen ja ratkaisut: yhteiskunnan, yhteisön ja yksilön valtaistaminen. Järvenpää: Julkiviestintä.
- Salminen, A., Järvikoski, A. & Härkäpää, K. 2016. Teoriat, viitekehykset ja mallit kuntoutusta ohjaamassa. Teoksessa Autti-Rämö, I., Salminen, A., Rajavaara, M. & Ylinen, A. (toim.) Kuntoutuminen. 1. painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 20–36.
- Schneider, M. S. & Harley, L. P. 2016. The impact of therapeutic riding for people with disabilities on variables related to mental health. *A multidisciplinary journal of the interactions of people and animals* 29(1), 59–72.
- Selvinen, S. 2011. Ratsastusterapia aikuisneurologiassa. Teoksessa Mattila-Rautiainen, S. (toim.) 2011. Ratsastusterapia. Jyväskylä: PS-Kustannus, 226–231.
- Sosiaalipedagoginen Hevostoimintayhdistys ry. 2017. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta. Viitattu 29.3.2019. <https://www.hevostoiminta.net/10>
- Spiegelberg H. 1978. *The Phenomenological Movement: A Historical Introduction*. 2nd edition. The Hague: Nijhoff.
- Srinivasan, S. M., Cavagnino, D. T. & Bhat, A. N. 2018. Effects of equine therapy on individuals with autism spectrum disorder: a systematic review. *Journal of Autism and Developmental Disorders* 5, 156–175.
- Stergiou, A., Tzoufi, M., Ntzani, E., Varvarousis, D., Beris, A. & Ploumis, A. 2017. Therapeutic effects of horseback riding interventions. A systematic review and meta-analysis. *American Journal of Physical Medicine & Rehabilitation* 96(10), 717–725.
- Suomen Ratsastusterapeutit ry. 2017. Ratsastusterapia. Viitattu 22.10.2017. <http://www.suomenratsastusterapeutit.fi/ratsastusterapia/>
- Tong, A, Sainsbury, P. & Craig, J. 2007. Consolidated criteria for reporting qualitative research (COREQ): a 32-item checklist for interviews and focus groups. *International Journal for Quality in Health Care* 19(6): 349–357.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. 7. uudistettu painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Viitattu 25.5.2019. https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf
- Tynjälä, P., Piirainen, A., Kurunsaari, M. & Merikoski, H. 2016. Ohjaus ja neuvonta kuntoutumisessa - pedagogisia lähtökohtia. Teoksessa Autti-Rämö, I., Salminen, A., Rajavaara, M. & Ylinen, A. (toim.) Kuntoutuminen. 1. painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 268–274.

- Törmälehto, E. 2011. Autismi ja ratsastusterapia. Teoksessa Mattila-Rautiainen, S. (toim.) 2011. Ratsastusterapia. Jyväskylä: PS-Kustannus, 331–346.
- Virtanen, J. 2006. Fenomenologia laadullisen tutkimuksen lähtökohtana. Teoksessa Metsämuuronen, J. (toim.) Laadullisen tutkimuksen käsikirja. 1. painos. Helsinki: International Methelp, 151–215.
- Wijma, A., Bletterman, A., Clark, J., Vervoort S., Beetsma, A., Keizer, D., Nijs, J. & Van Wilgen, C. 2017. Patient-centeredness in physiotherapy: What does it entail? A systematic review of qualitative studies. *Physiotherapy Theory and Practice* 33(11), 825–840.
- World Health Organization. 2018. ICF. Toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälinen luokitus. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 17.3.2019. <https://thl.fi/icf-koodit/#D71>
- Yrjölä, M. 2011a. Hevosen vaikutukset ja ihmiselle asettamat haasteet. Teoksessa Mattila-Rautiainen, S. (toim.) 2011. Ratsastusterapia. Jyväskylä: PS-Kustannus, 88–109.
- Yrjölä, M. 2011b. Hevonen psykoterapian apuna. Teoksessa Mattila-Rautiainen, S. (toim.) 2011. Ratsastusterapia. Jyväskylä: PS-Kustannus, 168–174.

LIITE 1. Haastattelukuvaus: Jessica

Jessica kertoo tämän päivän hevosen olleen ”-- semmonen lämminverinen. Sen nimi on Jippo.” ”— se on mun mielest kaikist kivoin hevonen siellä.” ”—Jotku hevoset on semmosia että, ne on hirveen laiskoja ja semmosia, sit ne koko ajan ku mä yritän ratsastaa niin sit koko ajan yrittää, syödä sieltä matkalta jotain. Ja silleen ne on semmosii laiskoja mut sitte, toi Jippo niin, se on semmonen, kiltti ja semmonen.”

Jessica kertoo, miksi aloitti ratsastusterapian: ” Mulla oli sillon, vähän semmosta et mä suutuin aika helposti ja sitte, mä saatoin silleen, riehaantuu ja silleen.. Siis mä, sitte, mul oli vähä semmosta, ongelmaa et mä silleen riehaannuin helposti ja silleen. Mut en mä kyl enää silleen et nyt se on kyl auttanu.” Tallilla ei tee mieli riehua.

Tallille tullessa ensin ”haetaan se hevonen. Sitte me harjataan se ja sit me laitetaan sille ne kaikki varusteet ja.. Silleen hoidetaan se ensin. Ja sitte, me mennään sinne ratsastamaan. Me yleensä, no mun mielest kaikist kivoin se on se vikellys. Ja sitte, me tehään niit jotain ratsastusjuttuja ja sitte mä tuun sieltä. Niin sitte me taas hoidetaan ja sitten, me annetaan sille jotain semmosta, joskus me annetaan sille kuivaa leipää ja joskus jotain omenaa tai porkkanaa tai semmosta. Sit aina ku, me ollaan tultu sieltä. Ja sitte me tehään niit tehtäviä ja sitte, mä lähen sieltä.” Jessica kertoo tykkäävänsä käydä tallilla.

Vikellyksestä Jessica kertoo, että ”kyl se sillon alussa tuntu, aika semmoselt et mä en meinannu uskaltaa. Mut sitte, ku mä vaan mietin silleen että, tai silleen että.. Niinku et mä kyl pystyn tähän et jos mä teen vaikka vähä silleen.. Mää vähä kiusaan ittee sillä et, mä pystyn siihen tai silleen et sitku mä teen sen niin, sit mä tajusinki et kyl se, onnistuu.” Ratsastaessa hevosta ”ohjataan silleen et, jos mä haluan vaikka tonne, vasemmalle niin sit mä käännään siit vasemmasta ohjasta silleen. Ja sit jos oikeelle niin sit mä, silleen vedän sinne et sit se kääntyy. Ja sitte, jos haluu, liikkeelle niin sit pitää niitä pohkeita jalalla antaa. Ja sitte, jos haluu pysähtymään niin sit pitää vetää niist ohjista.” Hevosta voi myös Jessican mukaan ”kouluttaa esimerkiksi ravaamaan tai sitä voi, kouluttaa vaikka laukkaamaan”. ”Joskus se saattaa olla vähän vaikeeta ku, me kutsutaan niit, ku siel on niit kaks semmost suomenhevosta. Niin me kutsutaan niit junteiks koska, ne on semmosii.. Ne on just niit laiskoja ja semmosii. Niin sitte, ne ei yleensä oikeen, tai.. Niillä jos mä yritän vaikka ratsastaa tai just mä oon, kävelyttämäs niitä tai silleen. Niin sit ne ei aina heti lähe. Ne yrittää vaan laiskotella siinä.” Jiposta Jessica tykkää, koska ” se on semmonen, niinku kiltti ja semmonen.” ” se kyl tottelee aika heti ku mä, käsken sitä.”

Jessica kertoo, että on tottunut ohjailemaan hevosia. ”-- joskus mua ärsytti ku ne ei meinannu lähtee vaikka raviin tai jotain ku ne ei totellu. Mut nyt mä oon jo silleen tottunu siihen. Siihen et lähteeks ne vai tai silleen”. Ratsastaessa ”-- kivalta tuntuu jos se tottelee ku, yleensä ne suomenhevoset niin ne ei, tai ne on semmosii laiskoja niin ne ei heti tottele silleen. Mut, ihan kivalta se tuntuu.” Hevosten tottelevuudesta Jessica kertoo: ”-- joskus on semmonen, vähän virkeempi ja joskus se on semmonen et sitä vaikka väsyttää ja se ei jaksais millään. Se vähän riippuu siitä.”

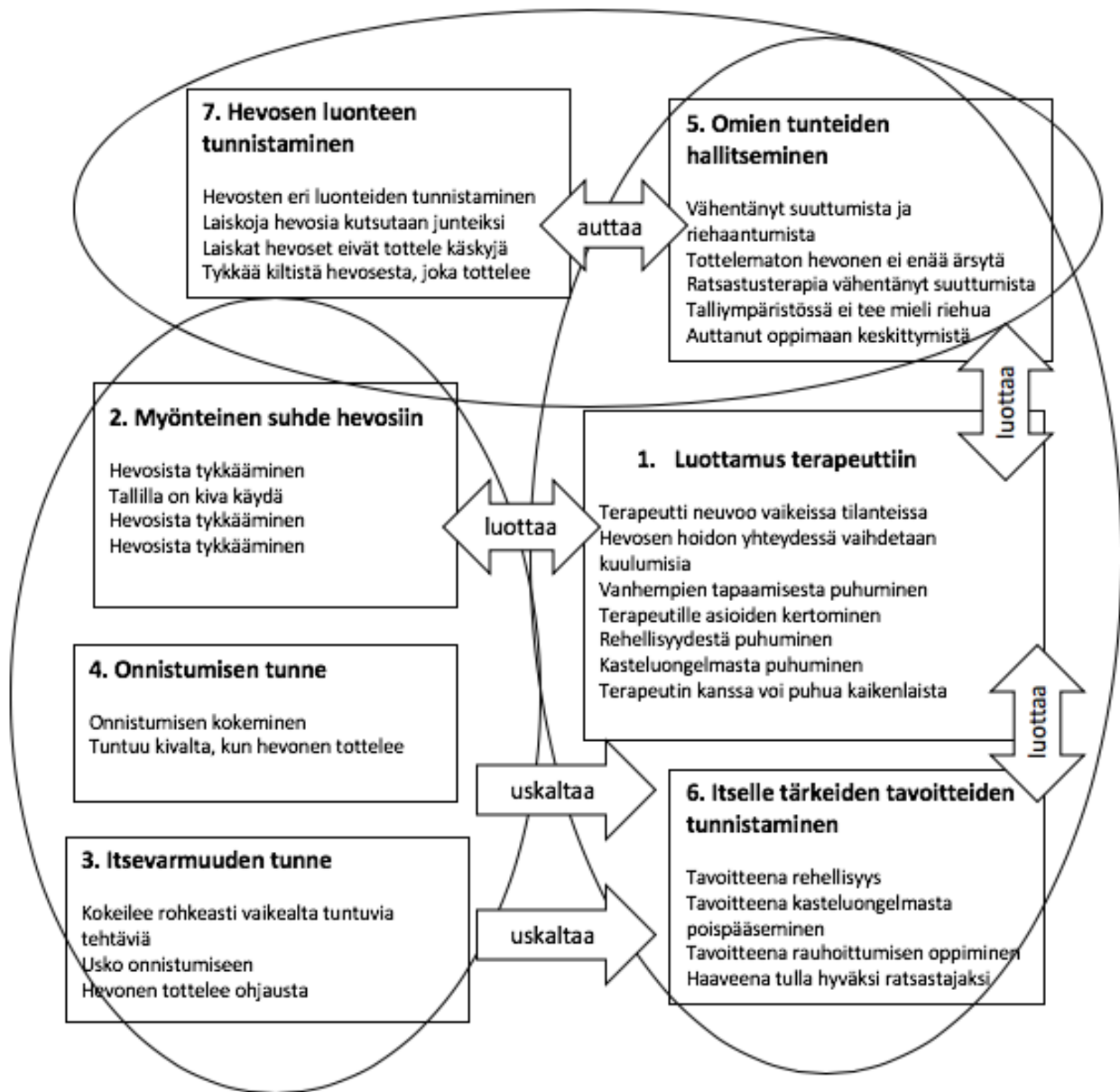
Jessica kertoo, että ratsastusterapiasta on ollut apua. ” *Tai mä oon pystyny paremmin.. Nyt mä en oo kans niinku, suuttunu niin helposti ja sitte.. Ku siel se Katja se antaa aika paljon, vinkkejä esimerkiks jos mul on, vaikka, jos mul on tulossa vaikka jotain niinku nytki mul tuli tää haastattelu. Niin sitte se antaa aika paljon vinkkejä silleen, tai se.. Sanoisko että mitä tääl ehkä saatetaan kysyä tai, silleen se anto vinkkejä sitte.. Se aina yrittää auttaa jos mul on tulos joku tommonen. Se on myös auttanu.*”

Terapeutti Katjasta Jessica kertoo, että ” *siin samalla ku mä hoidan sitä hevosta niin, se kysyy et mitä mulle kuuluu ja mitä mä oon, puuhaillu ja silleen. Sitte, mä yleensä kerron jos mul on ollu vaikka jotain, tapaamisia tai silleen mä aina, yleensä kerron jos mul on ollu jotain. Ja sitte, me jutellaan esimerkiks.. No just noista, joskus me siit rehellisyydest jutellaan ja sitte, esimerkiks ku mul on, vähän sitä kasteluongelmaa niin sitte me siitä ollaan juteltu myös.*” Katjan kanssa voi Jessican mukaan puhua kaikenlaista. Tapaamisilla Jessica tarkoittaa, että ” *oon tavannu joskus sitä mun äitiä ja isää.*”

Jessica kertoo, että tykkää hevosista ja siksi ratsastusterapia oli kivempi kuin tavallinen terapia. Jessican tavoitteet ratsastusterapiassa ovat ” *ainaki se et mä, opin rauhottumaan. No se on jo, tuli jo sillon heti alussa. Ja sitte, oli yks oli toi kasteluongelma et se menis pois.*” Yksi tavoite on myös rehellisyys.

Tulevaisuudessa Jessica toivoo: ” *-- mä kyl silti viel haluisin olla jotenkin hevosien kanssa silleen tekemisissä.*” Ratsastusterapiain vaikutuksesta koulunkäyntiin Jessica kertoo: ” *keskittyminen niin, se on ollu, tai se on auttanu.*” Jessica lisää vielä lopuksi: ” *No, kyl mä, tykkään niist hepoista et.. Mä oon jo ihan, tai on siit jo pitkä aika ku, mä oon jo pitkän aikaa, haaveillu et must tulis joku, semmonen.. Hyvä ratsastaja tai semmonen niin kyl mä tykkään niist hevosista. Ja on se myös kiva hoitaa niitä ja, ratsastaa ja silleen.*”

LIITE 2. Jessican hevosavusteisen kuntoutuksen onnistumisen merkitysverkosto



LIITE 3. Merkityskokonaisuuksien tarkempi kuvaus

1. Luottamus terapeuttiin

Jessica kertoo pystyvänsä puhumaan terapeutin kanssa kaikenlaisista asioista kuten vanhempien tapaamisesta tai kasteluongelmasta. Juttelu tapahtuu hevosen hoidon yhteydessä. Terapeutti kuuntelee ja antaa vinkkejä, jos tulossa on jokin haastava tai uusi tilanne.

”siin samalla ku mä hoidan sitä hevosta niin, se kysyy et mitä mulle kuuluu ja mitä mä oon, puuhaillu ja silleen.”

”joskus me siit rehellisyydest jutellaan ja sitte, esimerkiks ku mul on, vähän sitä kasteluongelmaa niin sitte me siitä ollaan juteltu myös.”

2. Hevosten kanssa on mukavaa olla

Jessica kertoo useaan otteeseen tykkäävänsä hevosista ja ratsastamisesta. Tallilla on myös kiva käydä. Hänellä on hevosiin myönteinen suhde. Jessica haluaisi tulevaisuudessakin olla hevosten kanssa tekemisissä.

” -- kyl mä tykkään niist hevosista. Ja on se myös kiva hoitaa niitä ja, ratsastaa ja silleen.”

3. Onnistumiset ratsastuksessa tuovat itsevarmuutta

Vikellys on ratsastuksessa kivointa. Alkuun Jessica ei meinannut uskaltaa vikeltää, mutta itsevarmuuden vahvistuttua hän uskaltaa kokeilla alkuun vaikeilta tuntuvia tehtäviä. Hän uskoo onnistuvansa niissä. Jessica osaa myös ohjata hevosia ja kouluttaa niitä ravaamaan tai laukkaamaan.

”kyl se (vikellys) silloin alussa tuntu, aika semmoselt et mä en meinannu uskaltaa. Mut sitte, ku mä vaan mietin silleen että, tai silleen että.. Niinku et mä kyl pystyn tähän et jos mä teen vaikka vähä silleen..”

4. Onnistunut hevosen ohjaaminen

Hevoset tottelevat Jessican käskyjä. Myös laiskemmat hevoset. Vikellyksessä alkuun vaikealta tuntuvan tehtävän suorittaminen tuo onnistumisen tunteen.

”-- kivalta tuntuu jos se tottelee ku, yleensä ne suomenhevoset niin ne ei, tai ne on semmosii laiskoja niin ne ei heti tottele silleen.”

5. Omien tunteiden hallitseminen

Ratsastusterapia on auttanut hallitsemaan suuttumuksen tunteita ja riehaantumista. Tallilla ei tee mieli riehua ja tottelemattomat hevoset eivät enää ärsytä. Tunteista Jessica on jutellut myös terapeutin kanssa. Koulussa on nykyään helpompi keskittyä.

”-- joskus mua ärsytti ku ne ei meinannu lähtee vaikka raviin tai jotain ku ne ei totellu. Mut nyt mä oon jo silleen tottunu siihen.”

6. Omien tavoitteiden tunnistaminen

Jessica haluaa oppia rauhoittumaan, päästä kasteluongelmasta eroon ja oppia rehellisyyttä. Hän haluaisi myös tulla hyväksi ratsastajaksi. Tavoitteista jutellaan terapeutin kanssa.

”-- mä oon jo pitkän aikaa, haaveillu et must tulis joku, semmonen.. Hyvä ratsastaja tai semmonen --”

7. Hevosen luonteen tunnistaminen

Hevonen, jolla Jessica ratsastaa, on kiltti ja tottelevainen ja Jessica tykkää sellaisesta hevosesta. Jotkut hevosista ovat laiskoja eivätkä ne tottele ja niitä kutsutaan tallilla junteiksi. Laiskoja hevosia voi myös saada liikkeelle ohjauksella.

” se on semmonen, niinku kiltti ja semmonen. -- se kyl tottelee aika heti ku mä, käsken sitä.”

LIITE 4. Kuntoutujien merkitysperspektiivit.

Heidin merkitysperspektiivi vuorovaikutuksesta hevosavusteisessa kuntoutuksessa

Ratsastus tekee Heidin iloiseksi, koska hän voi unohtaa ikävät ajatukset. Hevoselle on helppo jutella ja se kuuntelee. Ratsastaessa Heidi reflektoi omia ajatuksia ja uskaltaa myös nauraa itselleen. Heidille on tärkeää, että hän voi toimia omien voimavarojen ehdoilla ja esimerkiksi huonona päivänä voi vain hoitaa hevosia.

Annen merkitysperspektiivi vuorovaikutuksesta hevosavusteisessa kuntoutuksessa

Anne on voittanut itsensä, kun on rohkaistunut kohtaamaan aluksi pelottavan hevosen saaden siitä itsevarmuutta ratsastukseen. Annen on helppo puhua terapeutin kanssa ja hän luottaa terapeuttiin. Ratsastusterapiassa Anne saa edetä omaan tahtiin ja omien voimavarojen mukaan. Tutun ja luotettavan hevosen ja terapeutin kanssa Anne on kokenut onnistumisia hevosen käsittelyssä ratsastusterapiassa, jotka ovat lisänneet hänen itsevarmuuttaan. Ratsastus on Annelle rentouttava kokemus.

Kirstin merkitysperspektiivi vuorovaikutuksesta hevosavusteisessa kuntoutuksessa

Kirsti luottaa rauhalliseen hevoseen. Ratsastus on rentouttavaa ja elämyksellistä. Kirsti voi osoittaa hellyyden tunteitaan hevoselle ja hevonen vastaa keholliseen vuorovaikutukseen. On tärkeää, että hevonen on elävä olento. Kun Kirsti luottaa hevoseen, hän uskaltaa ylittää itsensä ratsastusterapian tehtävissä.

Joelin merkitysperspektiivi vuorovaikutuksesta hevosavusteisessa kuntoutuksessa

Joelilla on läheinen ja luottavainen yhteys hevosiin. Ratsastusterapiassa on hauskaa ja terapeutin kanssa juttelu on luonteva osa ratsastusterapiatuntia. Hevosten kanssa kommunikointi on Joelista helpompaa ja luontevampaa kuin vuorovaikutus muiden kanssa.

Neean merkitysperspektiivi vuorovaikutuksesta hevosavusteisessa kuntoutuksessa

Neealle ratsastusterapia on innostavaa ja se auttaa tunnistamaan omia ja muiden tunteita. Neea on huomannut, että pitää hevosesta, joka kuuntelee ja tottelee. Sellainen hevonen ei pelota häntä, mutta Neea on myös oppinut kohtaamaan kiukkuisen hevosen pelkäämättä. Terapeutille puhuminen on helppoa ja Neea saa terapeutilta palautetta, jonka avulla hän on oppinut kehittämään itseään. Neea haluaisi oppia hallitsemaan tunteitaan samalla tavalla kuin hevoset.

Patrikin merkitysperspektiivi vuorovaikutuksesta hevosavusteisessa kuntoutuksessa

Patrikille tärkeää on ystävyys hevosten kanssa. Hän kokee, että hevoset hyväksyvät hänet ja tykkäävät hänestä. Ratsastusterapia saa Patrikin hyvälle tuulelle, se rentouttaa ja motivoi häntä keskittymään. Häneen luotetaan tallilla ja annetaan vastuuta tallin töissä ja terapian toteutuksessa. Patrik luottaa terapeuttiin, koska arvostaa hänen ammattitaitoaan. Patrik luottaa myös hevosiin ja heidän välillään on keskinäinen ymmärrys. Hevoset tunnistavat Patrikin tunnetilan ja reagoivat kehollisesti sen mukaan. Patrik kokee, että hevonen on kuin peili.

Jessican merkitysperspektiivi vuorovaikutuksesta hevosavusteisessa kuntoutuksessa

Jessicalle tärkeää on luottamus terapeuttiin. Terapeutin kanssa juttelemalla Jessica on oppinut tunnistamaan omia tunteitaan ja hallitsemaan niitä. Lisäksi hän on tunnistanut itselle tärkeitä tavoitteita. Luottamusta terapeuttiin vahvistaa hevosten läsnäolo ja kiintymys niihin. Hevosten kanssa toimiessa Jessica on kokenut onnistumisen tunteita ja saanut itsevarmuutta. Onnistumiset ratsastuksessa vahvistavat uskoa onnistumiseen myös omien tavoitteiden saavuttamisessa. Omien tunteiden tunnistamisessa ja hallitsemisessa auttaa peilaus hevosiin ja niiden erilaisten luonteiden ja käyttäytymisen lukemaan oppiminen. Hevosen tottelemaan saaminen tukee sitä, että omaa käytöstäkin voi hallita.

Katin merkitysperspektiivi vuorovaikutuksesta hevosavusteisessa kuntoutuksessa

Kati pystyy unohtamaan omat huolet sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa. Hevoset antavat Katille rohkeutta ja iloa ja hevosen selässä pystyy rentoutumaan. Kati luottaa ohjaajaan ja hänelle on tärkeää, että ohjaajalle voi puhua mistä vaan. Hevoset yhdistävät Katia ja ohjaajaa. Hevoset ovat Katille tärkeitä ja tuntuu hyvältä osoittaa niille kiintymystä, koska ne vastaavat siihen hyväksyen. Katille hevostoiminta on turvallinen ja tuttu ympäristö, jossa voi keskittyä omaan itseän hevosien ja ohjaajan tuella.

Veetin merkitysperspektiivi vuorovaikutuksesta hevosavusteisessa kuntoutuksessa

Veetille ratsastus on mielekästä ja hänelle on tärkeää saada olla talliyhteisön jäsen, jossa kunnioittaa hevosavusteista kuntoutusta. Veeti on kiintynyt sydämelliseen ja tottelevaiseen hevoseen. Hänestä tuntuu hyvältä, kun hevonen tottelee hänen ohjeitaan. Veetistä keskustelu ohjaajan kanssa on luontevaa ratsastamisen ohessa. Hevostoiminnassa Veeti tietää, että isoja hevosia ja ohjaajaa tulee kunnioittaa ja se on opettanut häntä olemaan rauhallisempi.

Jonnann merkitysperspektiivi vuorovaikutuksesta hevosavusteisessa kuntoutuksessa

Jonnalla on läheinen suhde hevoseen sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa. Hän samaistuu hevosen luonteeseen ja kehollinen vuorovaikutus hevosen kanssa on hänelle merkityksellistä. Hevostoiminnassa tärkeässä roolissa on juttelu ohjaajan kanssa ja se tuntuu mielekkäältä hevosten hoidon yhteydessä. Jonnalle on tärkeää, että ohjaaja on tuttu ja että talliympäristö tuntuu turvalliselta paikalta käsitellä omia asioita.

LIITE 5. Tiedote tutkittaville ja huoltajille.

Tutkimuksen nimi: Ratsastusterapia – vaikuttavuus ja merkitykset, haastattelututkimus

TIEDOTE TUTKITTAVILLE JA SUOSTUMUS TUTKIMUKSEEN OSALLISTUMISESTA

Tutkijoiden yhteystiedot

Vastuullinen tutkija:

Eeva Aartolahti, projektitutkija, terveystieteiden maisteri, terveystieteiden laitos, Liikuntatieteellinen tiedekunta, PL 35 (LL 214), 40014 JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO, puh. nro 040 8053545, email: eeva.aartolahti@jyu.fi

Muut tutkijat Jyväskylän yliopiston terveystieteiden laitoksella:

Tuulikki Sjögren, yliopistolehtori, terveystieteiden tohtori, tuulikki.sjogren@jyu.fi

Arja Piirainen, yliopistolehtori, filosofian tohtori, arja.piirainen@jyu.fi

Ari Heinonen, professori, ari.o.heinonen@jyu.fi

Tutkimuksen taustatiedot

Tutkimus on Jyväskylän yliopiston terveystieteiden laitoksen tutkijaryhmän johtama tutkimus, joka toteutetaan terveystieteiden laitoksella ja haastattelujen osalta tutkittavien kotipaikkakunnilla tai muulla tutkittavalle sopivalla paikkakunnalla. Tämä haastattelututkimus on osa järjestelmällistä katsausta, jossa selvitetään ratsastusterapian, hevosavusteisen psykoterapian ja sosiaalipedagogisen hevostoiminnan vaikuttavuutta ja merkityksiä. Tutkimuksesta julkaistaan suomenkielinen raportti Kelan julkaisusarjassa, kansainvälinen tieteellinen raportti sekä terveystieteiden opinnäytetöitä. Tutkimus tehdään helmikuun 2016 ja maaliskuun 2017 välisenä aikana. Tutkimuksen toimeksiantaja on Kansaneläkelaitos (Kela) ja tutkimuksen rahoittavat Kela ja Jyväskylän yliopisto. Tutkimuksesta vastaavat henkilöt ovat Jyväskylän yliopiston tutkimusryhmä.

Tutkimuksen tarkoitus, tavoite ja merkitys

Haastattelututkimuksen tarkoituksena on selvittää ratsastusterapian, hevosavusteisen psykoterapian ja sosiaalipedagogisen hevostoiminnan merkityksiä kuntoutujille, terapian ammattilaisille sekä kuntoutukseen lähettävälle taholle. Haastattelujen avulla saadaan tärkeää tietoa ratsastusterapiaan, hevosavusteiseen psykoterapiaan ja sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan liittyvistä odotuksista ja kokemuksista sekä toiminnan merkityksestä kuntoutuksessa ja hoidossa sekä kuntoutujien ja asiakkaiden elämässä.

Tieto on tärkeää pyrittäessä ymmärtämään erilaisten hevosavusteisten kuntoutus- ja hoitotoimien merkitystä ihmisten arjessa. Tieto auttaa tulevaisuudessa kuntoutustoiminnan kehittämisessä ja tutkimisessa sekä hevosavusteisen toiminnan asiakaslähtöisessä suunnittelussa ja toteutuksessa.

Tutkimustuloksia voivat hyödyntää myös kuntoutuksen suunnittelusta vastaavat tahot, kuten Kela, ja lähettävät tahot sekä eri koulutusorganisaatiot.

Tutkimusaineiston käyttötarkoitus, käsittely ja säilyttäminen

Aineistoa käytetään tutkimuksessa ja opetuksessa. Tutkimuksesta kerättyä tietoa ja tutkimustuloksia käsitellään luottamuksellisesti henkilötietolain edellyttämällä tavalla. Yksittäisten tutkimushenkilöiden tiedot anonymisoidaan eli tietoja ei tallenneta nimellä, vaan käytetään numerokoodeja. Yksittäinen henkilö ei ole tunnistettavissa tulosten raportoinnissa.

Tutkimusaineisto säilytetään Jyväskylän yliopiston Liikuntatieteellisen tiedekunnan tutkimusarkistossa lukituissa tiloissa ja elektroninen tieto salasanalla suojattuna Jyväskylän yliopiston palvelimella. Haastatteluaineistoa ei luovuteta tutkimusryhmän ulkopuolisille henkilöille. Henkilörekisteri ja tutkimuskoodirekisteri arkistoidaan Jyväskylän yliopiston lukittuihin tiloihin, joista se hävitetään 10 vuoden kuluttua. Tutkimuksesta on täytetty henkilötietolain edellyttämä rekisteriseloste, jonka tutkittava halutessaan saa tutkijoilta nähtäväkseen.

Menettelyt, joiden kohteeksi tutkittavat joutuvat

Haastateltavien rekrytoinnissa auttavat Suomen ratsastusterapeutit ry. sekä Sosiaalipedagoginen Hevostoimintayhdistys ry. He tavoittavat jäsenistöstään alueellisia avaintoimijoita ja terapiamuotoja käyttäviä asiantuntijoita. Heidän avullaan tavoitetaan kuntoutujia ja lähettäviä tahoja haastateltavaksi. Kuntoutujan kieltäytyminen haastattelusta ei vaikuta siihen otetaanko hänen terapeuttinsa tai lähettävä taho mukaan haastateltavaksi.

Haastatteluihin otetaan mukaan yhteensä kymmenen ratsastusterapiaan, hevosavusteiseen kuntoutuspsykoterapiaan tai sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan osallistunutta asiakasta. He ovat kouluikäisiä lapsia, nuoria ja aikuisia. Haastateltava pystyy kommunikoimaan puheella tai kommunikaattorilla ja haastateltavan kognitiiviset kyvyt riittävät haastattelukysymysten ymmärtämiseen ja niihin vastaamiseen. Lisäksi haastatellaan 5–10 terapiamuotoja käyttävää asiantuntijaa ja 3–4 terapiaan lähettänyttä tahoja. Haastateltavat asiantuntijat valitaan niin, että eri koulutustaustat ovat edustettuina (fysioterapeutti, toimintaterapeutti, psykoterapeutti, psykologi, sairaanhoitaja ja sosionomi).

Tutkittavat osallistuvat yhteen enintään n. 1,5 tuntia kestävään haastattelukertaan. Haastattelussa kysytään ratsastusterapiasta, sen toteutumisesta ja merkityksistä haastateltavan arjessa. Haastattelu suoritetaan haastateltavan kotipaikkakunnalla tai esimerkiksi omassa oppilaitoksessa, työpaikalla tai kuntoutuskeskuksessa. Lapsen huoltaja saa olla mukana haastattelutilanteessa. Haastattelut äänitetään ja kirjoitetaan sanatarkasti.

Tutkimuksen hyödyt ja haitat tutkittaville

Haastatteluun osallistumiseen ei liity erityisiä riskejä tai haittoja, eikä osallistumisesta ole tutkittavalle suoranaista hyötyä. Tutkimukseen osallistumisesta ei makseta palkkiota eikä siitä koidu osallistujalla kuluja. Tutkimukseen osallistumisesta kieltäytyminen ei vaaranna terapiasuhdetta mitenkään. Tutkimukseen osallistuminen auttaa lisäämään tietoa ja ymmärrystä ratsastusterapian,

hevosavusteisen psykoterapian ja sosiaalipedagogisen hevostoiminnan vaikutuksista ja merkityksistä.

Miten ja mihin tutkimustuloksia aiotaan käyttää

Haastattelututkimuksen tuloksia tullaan julkaisemaan suomenkielisessä tutkimusraportissa Kelan julkaisusarjassa sekä kansallisissa ja kansainvälisissä tieteellisissä aikakauslehdissä. Lisäksi tuloksia esitetään alan seminaareissa. Anonymisoitua aineistoa voidaan käyttää Jyväskylän yliopiston ja sen yhteistyöyliopistojen opinnäytetöissä. Näissä kaikissa tulokset esitetään siten, että yksittäistä tutkittavaa ei voi tunnistaa. Tutkittavat voivat pyytää tutkijoilta valmiita tutkimusraportteja niiden valmistuttua.

Tutkittavien oikeudet

Osallistuminen haastattelututkimukseen on täysin vapaaehtoista. Tutkittavilla on tutkimuksen aikana oikeus kieltäytyä tutkimuksesta ja keskeyttää tutkimukseen osallistuminen missä vaiheessa tahansa ilman, että siitä aiheutuu heille mitään seuraamuksia. Kieltäytyminen tai osallistumisen keskeyttäminen ei vaikuta millään tavalla kuntoutujan tai asiakkaan kuntoutukseen, jatkohoitoon tai Kelan etuuksiin. Tutkittavien on annettava tietoon perustuva suostumus tutkimukseen osallistumisesta. Alle 18-vuotiaiden haastateltavien kohdalla edellytetään kirjallista suostumusta myös huoltajalta.

Tutkimuksen järjestelyt ja tulosten raportointi ovat luottamuksellisia. Tutkimuksesta saavat tutkittavien henkilökohtaiset tiedot tulevat ainoastaan tutkittavan ja tutkijaryhmän käyttöön ja tulokset julkaistaan tutkimusraporteissa siten, ettei yksittäistä tutkittavaa voi tunnistaa. Tutkittavilla on oikeus saada lisätietoa tutkimuksesta tutkijaryhmän jäseniltä missä vaiheessa tahansa.

Tutkittavien vakuutusturva

Jyväskylän yliopiston henkilökunta ja toiminta on vakuutettu. Tutkimuksessa haastateltavat henkilöt on vakuutettu tutkimuksen ajan ulkoisen syyn aiheuttamien tapaturmien, vahinkojen ja vammojen varalta. Tapaturmavakuutus on voimassa haastattelukäynneillä ja niihin välittömästi liittyvillä matkoilla.

Suostumus tutkimukseen osallistumisesta (aikuiset kuntoutujat, terapeutit, lähettävät tahot)

Tutkittavan suostumus tutkimukseen osallistumisesta

Olen perehtynyt tämän tutkimuksen tarkoitukseen ja sisältöön, kerättävän tutkimusaineiston käyttöön, tutkittaville aiheutuviin mahdollisiin haittoihin sekä tutkittavien oikeuksiin ja vakuutusturvaan. Olen lukenut tutkittaville suunnatun tiedotteen tähän tutkimukseen liittyen ja minulla on ollut mahdollisuus kysyä lisätietoja.

Ymmärrän että osallistumiseni on vapaaehtoista. Voin halutessani peruuttaa tai keskeyttää osallistumiseni tai kieltäytyä tutkimukseen osallistumisesta missä vaiheessa tahansa, eikä se vaikuta kohteluuni millään tavalla. Tutkimustuloksiani ja kerättyä aineistoa saa käyttää ja hyödyntää sellaisessa muodossa, jossa yksittäistä tutkittavaa ei voi tunnistaa.

Päiväys

Tutkittavan allekirjoitus

Päiväys

Tutkijan allekirjoitus

Tätä lomaketta on tulostettu kaksi kappaletta: yksi tutkittaville ja yksi tutkijalle.

LIITE 6. Tiedote ja suostumuslomake lapselle tai nuorelle.

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO
TERVEYSTIETEIDEN LAITOS

23.8.2016

Tutkimustiedote ja suostumuslomake lapselle tai nuorelle osallistumisesta haastattelututkimukseen
RATSASTUSTERAPIA – VAIKUTTAVUUS JA MERKITYKSET

Tutkimuksen toteuttaja

Terveystieteiden laitos, Jyväskylän yliopisto

Minä sopisin tähän tutkimukseen, koska olen osallistunut hevosavusteiseen terapiaan tai ohjaukseen. Tutkimuksessa selvitetään millaisia kokemuksia ja odotuksia minulla on hevosavusteiseen terapiaan tai ohjaukseen liittyen.

Minulle on kerrottu tästä tutkimuksesta. Tutkimuksen aikana tutkija haastattelee minua yhden kerran, eli kyselee minun kokemuksia ja odotuksia hevosavusteiseen terapiaan ja ohjaukseen liittyen.

Minulla on ollut tarpeeksi aikaa miettiä, haluanko osallistua tähän tutkimukseen. Olen saanut myös esittää kysymyksiä ja olen saanut vastauksen kaikkiin tutkimusta koskeviin kysymyksiini. Jos haluan osallistua, huoltajani saa toisen suostumuslomakkeen, jolla voi antaa minulle luvan osallistua tähän tutkimukseen.

Tiedän, ettei minun tarvitse osallistua tähän tutkimukseen, jos en halua. Saan peruuttaa suostumukseni milloin tahansa syytä ilmoittamatta, kertomalla siitä tutkimusta tekeville aikuisille. Minua ei ole painostettu eikä houkuteltu osallistumaan tutkimukseen. Kieltäytyminen tutkimukseen osallistumisesta ei vaikuta kohteluuni millään tavalla eikä vaaranna terapiasuhdetta mitenkään.

Minua koskevia tietoja ja tutkimusasioita saavat nähdä ja käsitellä vain tämän tutkimuksen tekijät, koska ne ovat luottamuksellisia asioita eli salassa pidettävää tietoa. Tutkimustuloksia ja kerättyä aineistoa saa käyttää vain sellaisessa muodossa, jossa yksittäistä tutkittavaa ei voi tunnistaa.

Tutkijoiden yhteystiedot

Vastuullinen tutkija: Eeva Aartolahti, projektitutkija, terveystieteiden maisteri, terveystieteiden laitos, Liikuntatieteellinen tiedekunta, PL 35 (LL 214), 40014 JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO, puh. nro 040 8053545, email: eeva.aartolahti@jyu.fi

Muut tutkijat Jyväskylän yliopiston terveystieteiden laitoksella:

Tuulikki Sjögren, yliopistolehtori, terveystieteiden tohtori, tuulikki.sjogren@jyu.fi

Arja Piirainen, yliopistolehtori, filosofian tohtori, arja.piirainen@jyu.fi

Ari Heinonen, professori, liikuntatieteiden tohtori, ari.o.heinonen@jyu.fi

Tutkimuksen nimi: **Ratsastusterapia – vaikuttavuus ja merkitykset**

Annan suostumukseni siihen, että osallistun tähän tutkimukseen

Allekirjoitus

Syntymäaika

Päiväys

Tutkittavan nimi

Olen kertonut tästä tutkimuksesta tutkimustiedotteen mukaisesti tutkittavalle lapselle tai nuorelle ja otan vastaan tämän suostumuksen

Allekirjoitus

Paikka ja päiväys

Tutkijan nimi

Tätä suostumusasiakirjaa on tehty kaksi kappaletta; yksi tutkittavalle ja yksi tutkijalle