

TAPAUSTUTKIMUS AUTISTISEN LAPSEN RATSASTUSTERAPIASTA

Hanna Perälä

Liikuntapedagogiikan

pro gradu -tutkielma

Kevät 2006

Liikuntatieteiden laitos

Jyväskylän yliopisto

## TIIVISTELMÄ

Perälä H. 2006. Tapaustutkimus autistisen lapsen ratsastusterapiasta. Liikuntapedagogiikan pro gradu –tutkielma. Jyväskylän yliopisto. 54 s.

Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvailla ratsastusterapian vaikutusta autistisen lapsen arkipäivän toimintakykyyn. Tutkimus on toteutettu yhteistyössä Haukkarannan koulun ratsastusterapeutin ja Jääskelän ratsastuskoulun kanssa. Aineistona käytettiin yhden autistisen lapsen ratsastusterapiasta kuvattu videomateriaalia sekä havainnointipäiväkirjaa. Aineisto koottiin kolmessa vaiheessa: havainnoimalla ennen terapiajakson aloitusta lapsen koulukäyntiä Haukkarannassa, ratsastusterapiavaihe Jääskelässä sekä terapian jälkeinen havainnointi Haukkarannassa. Aineiston analyysi on tehty käyttämällä sisällönanalyysiä.

Tutkimuksen tulokseksi saatiin kolme teema-aluetta, jotka kuvaavat autistisen lapsen toimintaa ratsastusterapian eri osa-alueilla sekä koulussa. Tuloksissa on kuvattu lapsen toimintaa näillä eri teema-alueilla. Osa-alueet olivat toiminta maasta käsin, toiminta selästä käsin sekä terapian jälkeinen toiminta koulussa.

Keskeisenä johtopäätöksenä voidaan aineiston perusteella todeta, että ratsastusterapialla oli positiivisia vaikutuksia tutkimuksen kohteena olleen autistisen pojan arkipäivän toimintakykyyn. Ennen kaikkea sosiaalisen vuorovaikutuksen alueella oli havaittavissa positiivisia muutoksia. Tulosten perusteella voidaan todeta myös, että ratsastusterapian vaikutukset perustuvat monen eri tahon yhteisvaikutukseen. Tämän vuoksi tulosten yleistäminen on vaikeaa.

Avainsanat: autismi, ratsastusterapia, sensorinen – integraatio.

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT JA TUTKIMUSKOHTTEEN KUVAUS	6
3 TUTKIMUSTEHTÄVÄ	9
4 TUTKIMUSMENETELMÄT	10
4.1 Aineiston hankinta	10
4.2 Laadullinen tapaustutkimus	11
4.3 Tutkimuksen luotettavuus	14
4.4 Aineiston analyysi	15
4.5 Tutkimuksen eettisyys	16
5 RATSASTUSTERAPIA	17
5.1 Ratsastusterapian osa - alueet	17
5.2 Ratsastusterapia Suomessa	19
5.3 Aiemmat tutkimukset	20
6 RATSASTUKSEN TERAPEUTTINEN LÄHTÖKOHTA	23
6.1 Sosiaalisen vuorovaikutuksen lähtökohta	23
6.1.1 Hevonen sosialisatioprosessissa	23
6.1.2 Non-verbaalinen vuorovaikutus	24
6.2 Sensorinen integraatio	25
6.2.1 Taktiilinen aistijärjestelmä	26
6.2.2 Vestibulaarinen aistijärjestelmä	28
6.2.3 Proprioseptiivinen aistijärjestelmä	29
6.3 Sensorisen integraation häiriöistä	30
7 RATSASTUKSEN LIIKETERAPEUTTINEN LÄHTÖKOHTA	32
8 AUTISMI	34
8.1 Autismin käyttäytymiskuva	35
8.2 Jukan autistiset piirteet	36
9 HAVAINTOJA	38
9.1 Maasta käsin toimiminen	38
9.2 Selästä käsin toimiminen	40
9.3 Käyttäytyminen koulussa terapiajakson jälkeen	42
9.4 Yhteenveto	43

10 POHDINTA	45
LÄHDELUETTELO	52

## 1 JOHDANTO

Sain idean ratsastusterapiasta pro gradu- tutkielmani aiheeksi syksyllä 2004 suorittaessani erityisliikunnan sisäliikuntakurssia. Olin jo etukäteen pohtinut ratsastusta eri lähestymissuunnilta, mutta päädyin valitsemaan ratsastusterapian tutkimuskohteekseni kuultuani läheisyydessä sijaitsevan Haukkarannan koulun käyttävän sitä viikoittain oppilaidensa kuntoutuksessa. Autismi tutkimussuuntana tuli mukaan tavattuani tulevan tutkimuskohteeni autistisen 14- vuotiaan Jukan. Aiheeni valintaa puolsi myös se, että ratsastusterapian tutkimus niin Suomessa kuin muuallakin maailmassa on keskittynyt lähes poikkeuksetta fysiologisten vaikutusten tutkimiseen. Ratsastusterapian vaikutuksesta autistin psykososiaalisiin taitoihin ei löytynyt kuin yksi samansuuntainen tutkimus. Halusin tutkimuksessani tuoda esille myös eläimen terapeuttisen merkityksen, sillä sitä ei voi koskaan mielestäni liikaa korostaa.

Ratsastusterapia on Suomessa hyväksytty Kansaneläkelaitoksen korvattavien terapiamuotojen listalle, mutta ainoastaan osana kuntouttavaa fysioterapiaa. Psykososiaalisten- ja kasvatuksellisten syiden vuoksi annettu ratsastusterapia jää yhä potilaan itsensä maksettavaksi. Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli omalta osaltani kysyä, voidaanko ratsastusterapialla vaikuttaa myös psykososiaalisella - ja kasvatuksellisella puolella.

Työssäni pyrin kuvailemaan autistisen pojan ja hevosen välistä suhdetta ja siihen liittyviä tekijöitä. Halusin kirjata tapahtumat tarinamaiseen muotoon, jotta jokainen työni lukija voisi kokea henkilökohtaisesti autistisen Jukan, suomenhevosen Vapun ja minun yhteisen tarinan syksyllä 2005.

## 2 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT JA TUTKIMUSKOHTEN KUVAAMINEN

Tapasin 14-vuotiaan Jukan Sporttis-kerhon kautta. Autistinen ja kuulovammainen Haukkarannan koulun oppilas Jukka jäi mieleeni heti ensimmäisen kerhoillan jälkeen. Jukka oli motorisesti erittäin taitava sekä selvästi liikunnallinen. Syrjään vetäytyminen ryhmätilanteissa, kosketuksen välttäminen sekä kommunikaatio viittoen loivat haasteellisen ohjaaja-oppilas tilanteen. Toimin Jukan henkilökohtaisena ohjaajana kerhossa koko syksyn ja onnistuin luomaan hyvän ja toimivan suhteen. Mieleenpainuvin hetki oli ehdottomasti Jukalta saamani ensimmäinen halaus merkkinä onnistuneesta luottamuksellisen suhteen luomisesta. Tiesin löytäneeni oikean henkilön tutkimusprojektiani varten.

Jukka oli käynyt ratsastusterapiassa jo jonkin aikaa ennen tutkimuksen aloittamista, lähinnä käyttäytymisongelmien (itsetuhoisuuden ja aggressiivisuuden) vuoksi. Ratsastuskertoja oli ollut lukukauden aikana yksi viikossa. Ratsastukset olivat koostuneet sekä maastoratsastuksesta että kentällä suoritettavista harjoitteista. Tallityöskentelyä, kuten harjaamista ja satuloimista oli myös harjoiteltu. Kävin syksyllä 2004 seuraamassa Jukan ratsastustuntia ja olin sen jälkeen positiivisesti erittäin yllättynyt. Poissa oli kosketusta välttelevä ja syrjäänvetäytyvä arka poika. Jukka toimi koko ratsastuksen ajan erittäin itsevarmasti, hän ohjasti hevosta itsenäisesti koko tunnin iso hymy kasvoillaan sekä halasi ja silitti hevostaan. Tästä vierailukerrasta vakuutuin lisää siitä, että oli oikea päätös kuvailla eläimen ja autistisen lapsen vuorovaikutusta.

Tarkkailin Jukan käyttäytymistä koulussa viikon ennen ratsastusterapian aloittamista. Valitsin lukujärjestyksestä mahdollisimman erilaisia tunteja, jotta saisin monipuolisen ja kattavan kuvan tutkimuskohteeni toiminnasta ja käyttäytymisestä erilaisissa koulutilanteissa. Havainnoituja tunteja tuli yhteensä 15 x 45 minuuttia. Valitsin tunteja sen mukaan, mitä erilaisimpia toimintamuotoja ne sisälsivät. Myös ruokailu ruokasalissa ja välitunnit kuuluivat tarkkailun piiriin. Suoritin tarkkailun pääsääntöisesti aamupäivän aikana, poikkeuksena yksi päivä, jolloin olin luokan mukana koko päivän. Pysin näin saamaan kuvan mahdollisesta käyttäytymisen muutoksesta päivän mittaan. Halusin myös selvittää, kuinka omatoimisesti Jukka seurasi annettuja ohjeita, ja kykenikö hän

koulutilanteissa itsenäiseen toimintaan. Koulujakso toistettiin uudelleen ratsastusterapiajakson jälkeen.

Sain Haukkarannan koulun opettajilta hyvin tarkkaa ja tärkeää tietoa autistisen lapsen käyttäytymisongelmista ensimmäisen koulujakson aikana. Ennen tarkkailun aloittamista olin perehtynyt Lovaasin (1992) Minä - kirjaan, jossa on määritelty autistisen lapsen käyttäytyminen kolmeksi eri muodoksi, käyttäytymispuutteiksi, liikkakäyttäytymiseksi ja myönteiseksi käyttäytymiseksi. Käyttäytymispuutteisiin kuuluvat muun muassa ihmissuhteiden luomiseen liittyvät vaikeudet kuten katsekontaktin välttäminen, puhumattomuus ja vuorovaikutustilanteista vetäytyminen. Myönteisen käyttäytymisen piiriin kuuluvat puolestaan normaalisti kehittyneet motoriset taidot, hyvä muisti sekä erityistaidot kuten palapelien kokoaminen. Liikkakäyttäytymiseksi luetaan toistuvat ja stereotyyppiset toiminnot, kuten itsensä heiluttaminen tai käsien taputtaminen. Jukan kohdalla keskityin käyttäytymispuutteisiin sekä myönteiseen käyttäytymiseen. Jukan käyttäytymispuutteita olivat selvä katsekontaktin välttäminen, vuorovaikutustilanteista vetäytyminen ja läheisyyden ja kosketuksen välttäminen. Myönteistä käyttäytymistä puolestaan olivat hyvät motoriset taidot.

Lähtötilanne ennen ratsastusterapiaa kävi viikon aikana hyvin selväksi. Jukka vältteli alusta asti katsekontaktia ja fyysistä läheisyyttä voimakkaasti. Oppituntien aikana hän vetäytyi oman pöytänsä taakse ja suoritti annettuja tehtäviä yksin. Opettajan tullessa lähelle Jukka vetäytyi välittömästi tuolin vastakkaiselle reunalle nojaten vielä voimakkaasti pois päin. Sama toistui muiden oppilaiden kanssa niin välitunnilla kuin ryhmätyötilanteissa. Annettujen tehtävien aloittaminen itsenäisesti tuotti vaikeuksia. Jukka ikään kuin vaipui omiin ajatuksiinsa ja tarvitsi patistelua toiminnan aloittamiseksi tai eri vaiheiden loppuun saattamiseksi. Tämä toistui kaikilla muilla tunneilla paitsi uinti tunnilla, jossa ensimmäisen ohjeen jälkeen Jukka toimi aktiivisesti ja itsenäisesti koko tunnin ajan. Motorisesti toiminta oli hyvää ja oppilas oli selvästi liikunnallisesti lahjakas. Jukan toiminta oli koko viikon ajan hyvin pikkutarkkaa ja viimeistelyä. Esimerkiksi puutyö- ja piirustustunnilla hän käytti paljon aikaa töidensä viimeistelyyn ja pyysi usein arviota tehdystä työstä.

Viikon aikana esiintyi aggressiivista käytöstä vain yhtenä päivänä, joka oli seurausta toisen oppilaan aiheuttamasta fyysisestä kosketuksesta. Jukka purki ahdistuksensa itkemiseen, kovaan huutamiseen, pään hakkaamiseen seinään sekä seinän potkimiseen.

Rauhoittumiseen kului runsaasti aikaa. Katsekontaktin ottamista Jukka pyrki välttämään pääsääntöisesti koko tarkkailun ajan. Nopeat pyörähdykset pois päin sekä pään kääntäminen vastakkaiseen suuntaan olivat hyvin tyypillisiä reaktioita katsekontakti tilanteissa.



### 3 TUTKIMUSTEHTÄVÄ

Tutkimukseni tarkoituksena on selvittää ja kuvailla ratsastusterapian mahdollisia vaikutuksia autistisen lapsen arkipäivän toimintakykyyn. Pysin havainnoimalla kartoittamaan tutkimuskohteeni kannalta olennaisimpia asioita kuten sosiaalista vuorovaikutusta ja ryhmästä vetäytymistä, aggressiivisuutta ja itsetuhoisuutta sekä kosketusliherkkyyttä. Havainnoitavan käyttäytymisen pohjana käytin ohjeellisena apuna Lovaasin (1992) autistisille lapsille määrittelemiä käyttäytymismuotoja, joihin olin tutustunut etukäteen Haukkarannan koulussa. Jukan kohdalla havainnointi keskittyi käyttäytymispuutteiden havainnointiin, kuten toisen ihmisen läheisyyden välttämiseen ja vuorovaikutustilanteista vetäytyminen.

Tutkimuksellani pyrin kuvaamaan seuraavia asioita:

1. Miten lapsi reagoi hevosen läheisyyteen?
2. Miten lapsi toimii talliympäristössä, suorittaa annettuja tehtäviä?
3. Muuttuuko lapsen käyttäytyminen talliympäristössä läheisyyttä paremmin sietäväksi?
4. Pyrkiikö lapsi kommunikoidaan ratsastusterapian aikana aktiivisemmin ympäristön kanssa?
5. Onko lapsen käytöksessä tapahtunut muutoksia ratsastusterapiajakson jälkeen?

## 4 TUTKIMUSMENETELMÄT

### 4.1 Aineiston hankinta

Ratsastuskertoja oli syksyn aikana kymmenen kertaa, jotka suoritettiin kaksi kertaa viikossa. Viikon ensimmäinen harjoitus suoritettiin ratsastuskentällä aktiivisten ratsastusharjoitteiden muodossa. Tunneilla käytettiin sekä Heilpedagogisia toimintamuotoja että annettiin lapselle runsaasti aikaa itsenäiseen toimintaan. Pyrimme terapeutin kanssa pitäytymään sivuosassa ja annoimme ohjeita ja korjausta vain tarvittaessa. Toinen harjoitus puolestaan suoritettiin maastoratsastuksena, jolloin painopiste oli enemmän omatoimisessa ratsastuksessa sekä positiivisten kokemusten hankinnassa. Toimin itse ensimmäisten harjoitusten aikana havainnoijana ja avustajana terapeutin harjoitteissa. Loppujen ratsastustuntien ajan toimin fysioterapeuttisena havainnoijana, joka ohjasi Jukalle kasvatuksellisia ja opetuksellisia harjoitteita. Toimimme Jukan kanssa tiiviinä työparina niin tallitoiminnoissa kuin itse ratsastusosiossa. Suunnittelin ja toteutin harjoitteet ratsastuskentällä, varmistin ratsastusta maastossa sekä kommunikoin Jukan kanssa ilman tulkkia. Ratsastusterapeutti seurasi toimintaamme sivusta ohjaten samalla toista ryhmään kuuluvaa lasta ja antoi tarvittaessa ohjeita harjoitteiden toteuttamisesta.

Tutkimuksen aineiston keruun suoritin osallistuvana havainnointina Jyskälän ratsastuskoulussa Vaajakoskella sekä Haukkarannan koulussa Jyväskylässä syys- ja lokakuun välisenä aikana. Ratsastuskentällä suoritettut terapiatunnit sekä tallityöskentely videoitiin. Videoinnin lisäksi pidin päiväkirjaa kaikista havainnoiduista tunteista, joiden materiaalin purin prosessin loputtua tietokoneelle. Maastossa suoritettujen ratsastusten materiaalin pyrin kirjaamaan ylös heti tunnin päätyttyä.

Haukkarannan koulu	5.-9.9.2005	oppituntien observointi 15x45 min.
Jääskelän tila	13.9.2005	terapiaratsastus kentällä
Haukkarannan koulu	15.9.2005	liikuntapäivä ratsastaen
Jääskelän tila	20.9.2005	terapiaratsastus kentällä
Jääskelän tila	22.9.2005	maastoratsastus
Jääskelän tila	26.9.2005	terapiaratsastus kentällä
Jääskelän tila	29.9.2005	maastoratsastus
Jääskelän tila	4.10.2005	terapiaratsastus kentällä
Jääskelän tila	6.10.2005	maastoratsastus
Jääskelän tila	11.10.2005	terapiaratsastus kentällä
Jääskelän tila	13.10.2005	maastoratsastus
Haukkarannan koulu	18.10-21.10.2005	oppituntien observointi

Taulukko 2. Tutkimuksen aikataulu

#### 4.2 Laadullinen tapaustutkimus

Lähtökohtana laadullisessa tutkimuksessa on todellisen elämän kuvaaminen. Tähän sisältyy ajatus moninaisesta todellisuudesta. Tutkimuksessa on kuitenkin huomioitava, että todellisuutta ei voi pirstoa osiin. Tapahtumat muovaavat samanaikaisesti toinen toisiaan, jolloin on mahdollista löytää monensuuntaisia suhteita. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa pyritään tutkimaan kohdetta mahdollisimman kokonaisvaltaisesti.

(Hirsjärvi & Remes & Sajavaara 2001, 152.)

Laadullisessa tutkimuksessa käytetään usein suoria lainauksia, joiden avulla pyritään ratkaisemaan arvoitus tutkittavasta ilmiöstä. Laadullisessa tutkimuksessa aineistona voi olla vain yhden tai muutaman ihmisen haastattelu. Aineiston määrällä ei ole niin suurta merkitystä, koska jokin ilmiö voi selittyä vain yhden ihmisen haastattelun välityksellä. Ominaista kvalitatiiviselle aineistolle on sen ilmaisullinen rikkaus, monitasoisuus ja kompleksisuus. Kvalitatiivinen aineisto on moniulotteista, mutta se ei tarkoita sitä, että aineisto koostuisi vain autenttisista tilanteista. Aineistoa tarkastellaan kulloisenkin viitekehyksen kannalta olennaiselta näkökannalta. Toisin kuin tilastollisessa analyysissä, laadullisessa analyysissä johtolangoiksi eivät kelpaa tilastolliset todennäköisyydet. Tässä

on usein rajoituksena jo pelkästään yksilöiden rajallinen määrä. Laadullisessa tutkimuksessa ei pyritä yleistettäviin tuloksiin vaan haetaan tietoa tutkittavasta ilmiöstä. Laadullisten aineistojen analyysissä on kysymys merkityksistä ja merkityksellisestä toiminnan tutkimuksesta. (Alasuutari 1994, 29, 69, 75.)

Tutkimukseni on laadullinen tapaustutkimus, joka sisältää piirteitä niin etnografisesta tutkimuksesta kuin toimintatutkimuksesta. Tutkimuskohteenani on autentti elinympäristö ja osallistun itse terapiaprosessiin. Tutkimus rakentuu kenttätyöstä, jonka aikana aineisto kootaan pääasiassa osallistuvan havainnoinnin kautta. Tutkimuksella pyritään ymmärtämään tapahtumien merkityksiä osallistujien omasta näkökulmasta. Juuri ymmärryksen ja inhimillisen ajattelun rikastuttaminen ovat etnografian tavoitteita. (Syrjälä 1994, 68.) Valitsin tutkimusmenetelmäkseni osallistuvan havainnoinnin, koska mielestäni voidakseni ymmärtää ratsastusterapiaa ja sen muotoutumista, minun on osallistuttava itse toimintaan ja olla osa sen toteuttamista. Osallistuvaa observointia tuki myös se, että olen itse toiminut hevosten parissa koko ikäni, ja kykenin sitä kautta osallistumaan luontevasti toimintaan ja olemaan osa ryhmää. Hirsjärven (2004, 205) mukaan osallistuvalla havainnoinnilla on tyypillistä, että tutkija osallistuu tutkittavien ehtoilla heidän toimintaansa. Tämä ei tarkoita vain fyysistä puolta vaan tutkija pyrkii jakamaan myös elämäkokemuksia ryhmän kanssa. Ilman omaa taustaani hevosten parissa, olisin tuskin kyennyt toimimaan yhtä luontevasti tutkimusympäristössä. Kykenin nyt tarjoamaan avoimen ja turvallisen toimintaympäristön ison eläimen ympärille. Myös aikaisempi tuttavuutemme Sporttis-kerhon puitteista loi nopeasti tuttavallisen ilmapiirin ja helpotti selvästi luottamuksellisen suhteen syntyä. Tärkeä tekijä osallistuvan havainnoinnin kannalta oli myös lapsen kuulovamma, joka luonnollisesti vaikeutti kommunikaatiota. Haastattelun kautta lapsi ei olisi kyennyt ilmaisemaan itseään riittävästi.

Osallistuva havainnointi jaetaan Hirsjärven (2004, 205, 206) mukaan täydelliseen osallistumiseen ja osallistumiseen havainnoijana. Omalla kohdallani jouduin käyttämään molempia havainnointimuotoja, sillä tallityöskentely ja maastossa ratsastaminen vaativat täydellistä osallistumista ryhmän toimintaan yhtenä sen jäsenenä. Autoin ja ohjasin lasta harjaamisessa, satuloinnissa sekä ratsastuksessa koko terapiatunnin ajan. Sain näin aitoa, läheltä koettua tietoa Jukan toiminnasta. Tilanteet ja reaktiot olivat aitoja, sillä Jukalle ei kerrottu itse tutkimuksesta etukäteen. Vain vanhemmat ja opettajat olivat tietoisia

toiminnastani. Näin pyrin välttämään tiedon mahdollisesti aiheuttaman ahdistuksen ja jännityksen. Kenttäratsastuksessa ja luokkatilanteissa puolestaan vetäydyin sivuun pelkän havainnoijan roolissa enkä puuttunut millään tavalla havainnoitavan lapsen toimintaan. Kaiken kaikkiaan koen saaneeni havainnoinnilla kattavan kuvan tämän autistisen lapsen ratsastusterapiasta ja toiminnasta talliympäristössä. En ennen tutkimuksen aloittamista tiennyt tarkkaan, miten terapiatunnit käytännössä toimivat ja minkälaisia vaikutuksia ja ennen kaikkea, miten ne vaikuttavat autistisiin lapsiin.

Tapaustutkimus ei ole varsinaisesti tutkimusmetodi, vaan näkemys tutkimuksen kohteesta. Sillä tarkoitetaan empiiristä tutkimusta, joka tutkii nykyajassa tapahtuvaa ilmiötä todellisessa elämäntilanteessa. (Laitinen 1998, 19.) Kvalitatiivinen tapaustutkimus kohdistuu prosessiin, koko ympäristöön eikä siitä eristettyihin yksittäisiin muuttujiin, uuden oivaltamiseen eikä aikaisempien tutkimusten näkemysten todentamiseen. Tutkimuksen lähtökohtana on yksilöiden kyky tulkita inhimillisen elämän tapahtumia. Tapaustutkimus on kokonaisvaltaista ja systemaattista kuvausta ilmiön laadusta. Se on konkreettista ja yksityiskohtaista todellisuuden kuvausta ja tulkintaa, jossa todellisuutta tarkastellaan kokonaisuutena eri näkökulmista. (Syrjälä 1994, 13.) Ongelmalliseksi voidaan nähdä tutkittavan ilmiön rajaus kapealle alalle sekä yleistettävyyden ongelma. Jokainen autistinen lapsi on ainutkertainen tapaus, jonka vuoksi yleistettävyyden ratsastusterapiassa vaikutuksista kaikkiin autistisiin lapsiin ei tämän tutkimuksen kautta onnistu.

Tutkimuksen kohde ei ole yleisesti määriteltävissä tutkimusyksiköksi tai tutkimusyksikköjen, havaintojen, joukoksi. Tutkimuskohde voi olla määritelty myös käsitteenä tai käsitteiden välisenä suhteena. Tutkimuksen kohteena voivat olla reaali maailman osien väliset suhteet. (Laitinen 1998, 33.) Tapaustutkimuksessa voidaan tutkia yhtä aikaa useita tapauksia, mutta jokainen tapaus on yksilöllinen. Tyypillistä tapaustutkimukselle on monipuolinen ja monin eri tavoin hankittu tieto tutkittavasta tapauksesta. Tutkimuksessani tarkastelen ratsastusterapiaa prosessia osana autistisen pojan koulunkäyntiä, käyttäytymisen ja toiminnan kautta. Prosessia tutkin ainoastaan yhden lapsen silmin. Tutkittava ilmiö on ratsastusterapia. Tapaustutkimuksessa tutkija päättää, mistä hänen tutkimusjoukkonsa koostuu ja mikä taho kykenee antamaan ainutkertaista tietoa tutkittavasta ilmiöstä. Useiden keskustelujen jälkeen terapeutin kanssa sekä aiheen

rajaamisen ja tarkennuksen jälkeen tulin siihen tulokseen, että koulumaailma, hevonen ja talliympäristö sekä tutkimuksen kohde itse ovat tutkimuksessani tärkeimpiä tietolähteitä.

#### 4.3 Tutkimuksen luotettavuus

Kvalitatiiviseen tutkimukseen sisältyy useita erilaisia tutkimusmetodeja ja lähestymistapoja. Yhden yhtenäisen luotettavuuskäsityksen löytäminen on lähes mahdotonta. Metodikirjallisuudessa tutkimusmenetelmien luotettavuutta käsitellään yleensä validiteetin ja reliabiliteetin käsittein. Laadullisen tutkimuksen piirissä näiden käsitteiden käyttöä kuitenkin kritisoidaan, koska ne ovat syntyneet määrällisen tutkimuksen piirissä. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 133.) Etnografisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan arvioida empiirisen aineiston keruuseen liittyvillä kriteereillä, uskottavuus, todeksi vahvistettavuus, merkityksellisyys, toistuvuus, kyllästeisyys ja siirrettävyys (Nikkonen 1997, 146 -147).

Kaikkien tutkimusmenetelmien huolellinen raportointi on tärkeää, jotta lukija kykenee seuraamaan tutkimuksen kulkua. Objektivisuuden sijaan on tällöin kyse tutkijan uskottavuudesta, luotettavuudesta ja rehellisyydestä. Tutkijan tulee olla hyvin tietoinen siitä, miten hänen omat kokemuksensa ja näkökulmansa vaikuttavat kenttätööhön. On muistettava, että kvalitatiivisessa tutkimuksessa tulokset muodostavat ennemminkin näkökulman kuin totuuden. Luotettavuutta lisää tiivis ja ajallisesti mahdollisimman pitkä yhteistyö tutkimuskohteen kanssa. (Tynjälä 1991, 392.) Uskottavuudella tarkoitetaan tutkijan kykyä tuoda työssään esiin totuus sellaisena kuin se tutkittavassa kohteessa on.

Pattonin (2001, 577 -578) mukaan laadullisen tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttaa vahvasti tutkija itse, jonka vuoksi luotettavuusarvioinnin on koskettava koko prosessia, myös tutkijan omaa vaikutusta sekä tutkijan tulkintojen vastaavuutta todellisuuden kanssa. Todeksi vahvistettavuudella tarkoitetaan juuri tutkimustulosten perustumista empiriaan eikä tutkijan omiin käsityksiin. Merkityksellisyys tuo tutkimukselle kontekstuaalisen ymmärtämisen vaatimuksen ja toistettavuus pakottaa tutkija tekemään havaintonsa riittävän pitkältä ajalta. Kyllästeisyyden avulla tutkija erottaa aiheesta tutkimuksen kannalta olennaisen tiedon ja muodostaa tästä tiedosta teoreettisia käsitteitä.

Tynjälä (1991, 390 -392) esittää luotettavuuden yhtenä kriteerinä siirrettävyyden. Se merkitsee tutkimustulosten yhtenevyyttä muiden tilanteiden ja ympäristöjen kanssa. Tulosten siirrettävyyden arviointi ei ole helppoa, koska tutkimusympäristö on ainutkertainen. Tutkijan onkin kuvattava aineistoaan ja tutkimustaan niin, että lukija voi pohtia tulosten soveltuvuutta muihin ympäristöihin. Pattonin (2001, 548) mukaan tutkimustulosten samankaltaisuus määrittelee tulosten sovellettavuutta.

Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan lisätä triangulaation avulla. Triangulaatiossa on kyse tutkimusmetodista, jossa käytetään luotettavuuden arvioimisen apuna useita eri menetelmiä, tiedonantajaryhmiä, tutkijoita sekä teorioita. Tuomen & Sarajärven (2004, 140 -142) mukaan triangulaation on toimintasuunnitelma, jonka avulla tutkija kykenee ylittämään henkilökohtaiset ennakkoluulonsa, koska triangulaation käytössä tutkija ei voi sitoutua vain yhteen näkökulmaan. Omassa työssäni käytin useita tiedonantajaryhmiä, kuten ratsastusterapeutteja, luokanopettajaa ja koulunkäyntiavustajia.

#### 4.4 Aineisto ja sen analyysi

Keräsin terapiatilanteista aineistoa sekä videoimalla että kirjaamalla ylös tuntien tapahtumia ja omia tuntemuksiani mahdollisimman tarkasti päiväkirjaan. Kirjasin ylös myös terapeutin mietteitä kuluneista ratsastuskerroista, luokanopettajien tuntemuksia sekä haastattelin viittomakielentulkkin avulla tutkimuskohteena olevaa poikaa.

Aineiston analysoinnissa käytin sisällön analyysia ja eritoten aineistolähtöistä analyysia. Aloitin analysoinnin purkamalla videonauhat kirjalliseen muotoon tapahtuma kerrallaan ja järjestellen ne asiayhteyksittäin. Päiväkirjan materiaalin käsittelyn aloitin tekstin tematisoinnilla. Etsin tutkimuskysymyksieni avulla niitä kuvaavia ilmaisuja ja alleviivasin ne erivärisillä kynillä.

Ryhmittelyn avulla etsin kerätystä aineistosta samankaltaisuuksia ja loin niistä omat luokkansa. Luokat nimesin niiden sisällön perusteella. Ensimmäisen ryhmittelykerran jälkeen sain muodostettua 5 luokkaa. Luokat olivat kontaktinotto hevoseen ja ohjaajaan, toiminta ratsastustilanteissa maastossa ja kentällä, käyttäytymispuutteet ja liikkakäyttäytyminen, käyttäytyminen koulussa terapiajakson jälkeen sekä muuta osia.

Palatessani takaisin tutkimusongelmiini ja luettuani aineiston kysymysten avulla vielä uudestaan, tiivistin kerätyn tiedon 3 uuteen luokkaan. Aineiston perusteella jaottelin terapian aikaiset tapahtumat joko maasta - tai selästä käsin tapahtuneiksi sekä oman ryhmän terapian jälkeisille tapahtumille. Käsitteistä maasta käsin toimiminen sekä selästä käsin toimiminen ovat ratsastusterapeuttien virallisia termejä, joita käytetään juuri Heilpedagogisen ratsastuksen yhteydessä. Maasta käsin toimimiseen kuuluvat muun muassa vuorovaikutus hevosen, lapsen ja terapeutin välillä, hevosen lähestyminen, satulointi ja hevosen harjaaminen sekä karsinatyöskentely. Selästä käsin toimimiseen kuuluvat luonnollisesti ratsastuksen kautta vuorovaikutus ja kontaktin otto sekä hevoseen että terapeuttiin sekä itse ratsastuksen aikainen toiminta. Käyttäytyminen koulussa terapiajakson jälkeen muodosti oman kokonaisuutensa.

#### 4.5 Tutkimuksen eettisyys

Fysioterapeutiksi valmistuessani sitouduin noudattamaan terveydenhuollossa yleisesti vallitsevia eettisiä ohjeita. Ihmisarvon ja itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, luottamuksellisten tietojen salassapito sekä muiden ammattiryhmien kunnioittaminen olivat tärkeässä roolissa tutkimusta tehdessäni. Tein tutkimukseni yhdessä kommunikaatiovammaisen lapsen kanssa, jolloin vastuuni kunnioittaa Jukan oikeutta tulla kuulluksi prosessin aikana kasvoi entisestään. Huolehdin tarkkaan, että kaikki Jukan viittomat asiat tulivat minulle tulkatuiksi, sillä pyrin pitämään suhteemme tasa-arvoisena ja Jukan aitona kommunikaatiokumppanina.

Tutkimusluvat pyysin sekä koulun rehtorilta että Jukan vanhemmilta sekä kirjallisesti että suullisesti. Jouduin salaamaan Jukalta itseltään tutkimusprosessin aiemmin mainittujen syiden vuoksi, mutta ennen työni luovutusta pyysin Jukalta lupaa hänen tarinansa kertomiseen. Työssäni en ole käyttänyt Jukan oikeaa nimeä ja olen pyrkinyt jättämään liian tunnistettavat viittaukset pois.

Tutkijana olen työssäni käyttänyt aitoja ja olemassa olevia aineistoja lähteinäni ja antanut kunnian tutkijoille tietojen takana. Olen pyrkinyt kirjoittamaan aineistoni auki rehellisesti, mitään salaamatta, mutta kuitenkin lapsen yksityisyyttä suojaten.



## 5 RATSASTUSTERAPIA

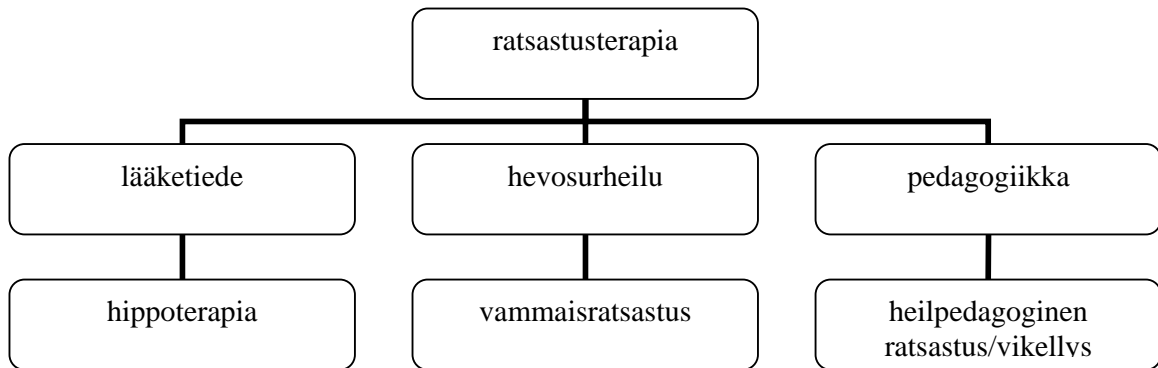
Ratsastusterapia on ratsastusterapeutin ja hevosen yhdessä toteuttamaa kokonaisvaltaista kuntoutusta. Se tukee ja täydentää sosiaalisen, kasvatuksellisen, lääkinnällisen ja psykiatrisen kuntoutuksen tavoitteita. Ratsastusterapia on Suomessa oma laillistettu terapia-alansa, joka on hyväksytty Kelan korvausten piiriin. Kuntoutusmuotona sen katsotaan täydentävän lääkinnällistä kuntoutusta.

Kuntoutusmuotona ratsastusta ryhdyttiin kehittämään toisen maailmansodan jälkeen ja se on tänä päivänä hyväksytty kuntoutusmuoto ympäri maailmaa. Suomen Kuntoutusliitto toi toiminnan Suomeen 1970-luvun alussa vammaisratsastuksen nimellä ja vuonna 1988 liitto aloitti ratsastusterapia-koulutuksen. Ratsastusterapia erotetaan Suomessa nykyään vammaisratsastuksesta, joka on varsinaista vammaisurheilua. Ratsastusterapia kehittää monipuolisesti kaikkia motoriikan osa-alueita. Hevosen liike vaikuttaa tunto-, tasapaino- ja liikeaisti-järjestelmien kautta. Nämä aistimukset parantavat tietoisuutta omasta kehosta, jolloin liikkeiden suunnittelu ja taitavuus paranevat. Kestävyys kehittyy etenkin maastossa liikuttaessa ja käsien käyttö tallityöskentelyssä sekä hevosta hoitaessa. Ratsastusistunta on hyvä alkuasento harjoittaa pään ja vartalon hallintaa sekä tasapainoa. Samalla kun liikkuva hevonen vaatii ratsastajalta aktiivista reagoitua, sen liikkeet mobilisoivat etenkin lonkkia, lantiota ja selkärankaa. Hevosen tasaisen rytmikäs käynti vaikuttaa lihasjänteveyteen edullisesti, vähentämällä spastisuutta raajoissa ja samanaikaisesti kohottamalla vartalon jänteveyttä. Ratsastusterapialla voidaan vaikuttaa edullisesti myös hengitykseen ja puheen tuottamiseen. Hevosen kanssa työskentely sekä maasta käsin että ratsailta tukee avaruudellisten suhteiden kehittymistä. Hevosen selässä liikuntavammainen, joka ei pysty kävelemään saa sensomotorisen kokemuksen kävelystä. (Suomen Kuntoutusliitto 1999.)

### 5.1 Ratsastusterapian osa-alueet

Ratsastusterapiasta ei ole kansainvälisesti yhtenevää linjaa. Selkein ja käytetyin malli on saksalainen. Siinä ratsastusterapia jaetaan tiukasti eri osa-alueisiin. Osa-alueisiin jako antaa mahdollisuuden ratsastusterapian vaikutusten erittelylle. Saksalaisessa mallissa ratsastusterapia jaetaan kolmeen pääalueeseen; lääketieteeseen, pedagogiikkaan ja hevosurheiluun.

Nämä jaetaan edelleen kolmeen osa-alueeseen; hippoterapiaan, vammaisratsastukseen ja heilpedagogiseen ratsastukseen/ vikellykseen. (Strauss 1991, 23, kuvio 1.)



KUVIO 1. Terapeuttisenratsastuksen osa-alueet (Strauss 1991, 23)

*Hippoterapia* perustuu hevosen kanssa toteutettavaan neurofysiologiseen fysioterapiaan. Se on lääkärin määräämä hoitomuoto, jota ainoastaan koulutuksen saaneet terapeutit saavat harjoittaa. Terapia perustuu hevosen selän kolmiulotteiseen liikkeeseen, joka välittyy ratsastajaan kävelyä muistuttavana liikkeenä, jonka toistuvuus on noin 110 impulssia minuutissa. Hevosen kävelyliike aiheuttaa samankaltaisia liikesarjoja ratsastajan lannerankaan ja keskivartaloon kuin kävely, mutta ilman jalkojen kannattavaa voimaa. Tämä onkin hippoterapian tärkein osa, jota mikään muu terapiamuoto ei kykene matkimaan. Hippoterapian indikaattoreita ovat spastiset halvaukset, velttohalvaukset, tasapainohäiriöt sekä häiriöt koordinaatiokyvyssä. CP-vamma, MS-tauti, pää/aivovammat, post-traumaattiset neurologiset tilat ja degeneratiiviset neurologiset tilat ovat tyypillisiä sairauksia, joissa hippoterapiaa käytetään. Ratsastusterapian vaikuttavuus perustuu näissä tapauksissa neurofysiologisiin vaikutuksiin. (Strauss 1991, 13, 26, 50 -51.)

*Heilpedagogiseen ratsastukseen* kuuluu kaksi osaa; ratsastus ja vikellys. Vikellys on liikkuvan hevosen selässä tapahtuvaa voimistelua. Vikellys tapahtuu juoketusliinassa kaikissa hevosen askellajeissa ja se vaatii hyvää tasapainoa ja paljon harjoitusta. Heilpedagogisessa ratsastuksessa keskitytään psyykkisiin, sosiaalisiin ja kasvatuksellisiin tekijöihin. Terapia on kasvatustapahtuma, jossa hevosella on keskeinen merkitys.

Tällaisessa terapiassa hevonen on enemmän työtoveri kuin terapeutti. Lähtökohtana on luoda ratsastajan ja hevosen välille hyvä luottamus- ja vuorovaikutussuhde. (Selvinen 1989.)

Heilpedagogisen ratsastuksen tavoitteena ei ole ratsastustaidon opettaminen vaan hevosta apuna käyttäen pyritään vaikuttamaan lasten, nuorten ja aikuisten yksilölliseen kehitykseen ja ennen kaikkea käyttäytymiseen (Gäng 1994). Heilpedagogisessa terapiassa hevosen selässä tehdään erilaisia kommunikatiivisiin, sosiaalisiin ja psykologisiin tarpeisiin perustuvia harjoituksia. Suurimmat kohderyhmät molemmissa muodoissa ovat eriasteisista oppimisvaikeuksista kärsivät, lievästi kehitysvammaiset sekä käyttäytymishäiriöiset lapset, nuoret ja aikuiset. (Ringbeck 1987.) Heilpedagogisen ratsastuksen ja vikellyksen yksilötason tavoitteina voidaan pitää motivaation ylläpitämistä tai rakentamista, luottamuksen rakentamista, pelkojen hälventämistä, omanarvontunnon rakentamista ja sensorisen integraation harjoittelua. Sosiaalisella alueella tavoitteiksi voidaan asettaa toisiin sopeutumisen oppiminen, aggressioiden hillitseminen ja ystävyyssuhteiden solmimisen auttaminen. (Kröger 1994.)

*Vammaisratsastus* on erityiskoulutuksen saaneiden ratsastuksenopettajien ohjauksessa tapahtuvaa vammaisurheilua, jossa hevosen ja ratsastuksen avulla on mahdollisuus lisätä vammaisen rohkeutta ja itseluottamusta. Vammaisratsastus on urheilua, jossa voi kilpailla, ja sen tavoitteet liittyvät ratsastustaidon oppimiseen. (Dietze 1987.)

## 5.2 Ratsastusterapia Suomessa

Suomessa vuonna 1998 aloitetun ratsastusterapiakoulutuksen lähtökohta on Keski-Euroopassa. Suomessa koulutusta alettiin kehittää erilaisen mallin kautta kuin saksankielisissä maissa, joissa on koulutus erikseen fysioterapeuteille, opettajille, psykologeille ja kasvattajille. (Sandström 2000, 2.) Toteutuksen painottuminen määräytyy kohderyhmästä ja terapeutin koulutuksesta (Törmälehto 1993, 9). Suomalainen ratsastusterapia lähtee ajatuksesta, että ihminen on psykofyysinen kokonaisuus ja siksi koulutus on yhteinen kaikille ammattiryhmille (Sandström 2000, 2). Suomessa ratsastusterapia yhdistetään usein fysioterapiaan, vaikka sillä olisi paljon annettavaa erityispedagogiselle ja psykologiselle kuntoutukselle. Fysioterapiakeskeisyys johtuu siitä,

että suurin osa suomalaisista ratsastusterapeuteista on fysioterapeutteja, jotka painottavat työssään hippoterapian motorisia tavoitteita. Suomessa ratsastusterapiaan lasketaan kuuluvaksi kokonaisvaltaisesti sekä hevosen selässä että tallissa tapahtuva työskentely. Hevonen talliympäristöineen tarjoaa monipuolisesti aisti- ja liikekokemuksia sekä vuorovaikutustilanteita. (Sandström 2000,1.) Suomessa ratsastusterapeutti koulutus on keskittynyt Ypäjän hevosopistolle, jossa koulutusta annetaan monimuotokoulutuksena kestään kolmekymmentä opintoviikkoa. Pääsyvaatimuksena on opintotason tai toisen asteen ammatillinen koulutus opetus-, sosiaali-, tai terveydenhuoltoalalta, kahden vuoden työkokemus omalta alalta sekä vankka hevospäätieto ja ratsastustaito.

### 5.3 Aiemmat tutkimukset

Ratsastusterapia on terapia-alana vielä nuori ja suurelle yleisölle tuntematon. Tutkimuksia alaan liittyen on vielä vähän. Lähes kaikki materiaali, joita tässäkin työssä käytetään, perustuu vain muutamiin kirjoihin ja artikkeleihin, joita lähes jokainen ratsastusterapiaa tutkinut on työssään käyttänyt. Lähes kaikki materiaali on keskittynyt fysiologisiin vaikutuksiin, muiden osa-alueiden jäädessä varjoon. Tutkimusmateriaali on suurelta osin saksankielistä, johtuen terapian painottumisesta saksankielisiin maihin.

Ensimmäinen tutkimus ratsastuksen terapeuttisesta merkityksestä tehtiin vuonna 1875 ranskalaisen lääkäri, Cassaign, toimesta. Tutkimus kohdistui ratsastuksen tehokkuuteen erilaisten neurologisten sairauksien hoidossa. (Strides therapeutic riding 1999.)

Vuonna 2003 pidettiin Unkarissa kansainvälinen ratsastusterapiakongressi, jossa esitettyä tutkimusaineistoa esittelen seuraavassa.

Unkarilaisessa tutkimuksessa selvitettiin ratsastusterapian vaikutuksia MS-potilaiden oireisiin. Tutkija muodosti 15 potilaan ryhmän, joista 3 ei kyennyt itse kävelemään. Terapiaan annettiin 5 -20 kertaa vuosien 2001 ja 2002 välillä. Tämän tutkimuksen tulosten perusteella ratsastusterapialla oli positiivista vaikutusta MS- taudin oireisiin. Itse taudin kulkuun ei kyetty vaikuttamaan, mutta muun muassa spastisuus ja ataksia vähenivät terapian aikana, parantaen näin jokapäiväisen elämisen laatua. (Györgypal 2003.)

Hippoterapian ja tavallisen puheterapian vaikutusten eroja kielellisiä ongelmia omaavien lasten hoitomuotona on tutkittu yhdysvaltalaisessa tutkimuksessa (Macauley & McNeill 2003). Tutkimukseen osallistui 3 poikaa, iältään 8, 9 ja 12- vuotta. He saivat ensin 6 viikon ajan tavallista puheterapiaa ja sen jälkeen toisen 6 viikon ajan puheterapiaan pohjautuvaa hippoterapiaa, jossa hevosen selässä suoritettiin erilaisia puheharjoituksia. Tulosten mukaan hippoterapian jälkeen lasten motivaatio, toimintakyky ja suoritettujen puheharjoitusten määrä oli suurempi kuin tavallisen puheterapian jälkeen. Näin ollen ratsastusterapia ei ollut vain tehokasta vaan tehokkaampaa kuin tavallinen puheterapia.

Ratsastusterapian vaikutusta down- syndrooma lapsille on tutkittu unkarissa Steinerin ja Szilagyin (2003) toimesta. He valitsivat tutkimukseensa sekä koe että kontrolliryhmän, jotka koostuivat 13- vuotiaista lapsista. Kuukausi ennen terapian aloitusta molemmille ryhmille suoritettiin kävelytesti, joka toistettiin kuukausi ratsastusterapian loppumisen jälkeen. Testillä pyrittiin havainnoimaan muutosta lapsien koordinaatiossa. Tämän tutkimuksen tulosten perusteella ratsastusterapiaa saaneiden lasten testitulokset olivat lähes verrattavissa terveiden lasten tuloksiin. Kävely oli symmetrisempää ja lantion liikeradat olisivat parantuneet merkittävästi. Tutkijoiden mukaan ratsastusterapia on huomattava lisä down- syndrooma lasten terapiamuotoihin.

Schneider (2003) on tutkinut ratsastusterapian vaikutusta autistisen lapsen kehitykseen ja käyttäytymiseen. Hän valitsi koeryhmäänsä 20 autistista lasta ja nuorta, joista jokainen sai ratsastusterapiaa usean kerran viikossa neljän kuukauden ajan. Lasten vanhemmilta kartoitettiin muutoksia kyselyn ja haastattelun avulla ennen ja jälkeen terapian. Jokaisen osallistujan kehitystä seurattiin jälkikäteen videolta. Tämän tutkimuksen tulosten perusteella voitiin todeta positiivisia muutoksia sosiaalis-emotionaalisen, kommunikaation, havainnon ja motorisen taidon tasolla.

Suomessa Törmälehto (1993) tutki pro gradu- työssään ratsastusterapian vaikutusta autististen lasten kuntoutukseen, painottaen käyttäytymistä koulussa ja terapiatilanteessa. Törmälehto tarkkaili kolmen autistisen lapsen käyttäytymistä kolme kuukautta kestäneen jakson aikana. Lapset saivat ratsastusterapiaa kaksi kertaa viikossa, kaikkiaan 20 kertaa. Tulosten mukaan oli nähtävissä positiivista käyttäytymisen muutosta koulussa, erityisesti

vetäytyvä- ja liikkakäyttäytyminen vähenivät. Lasten kontaktia ottava käyttäytyminen terapiatilanteessa oli aktiivista ja jatkui usein myös koulussa.

Pulkkinen (1993) tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, vahvistaako ratsastusterapia MBD-lapsen motorisia taitoja. Tutkimuksen kohteena olivat sekä hieno- että karkeamotoriset taidot. Kohderyhmänä oli 5 tyttöä ja 4 poikaa iältään 7 -14- vuotta. Terapiajakson aikana lapset ratsastivat yhteensä 15 kertaa. Tutkimuksessa suoritettiin sekä alku- että loppumittaus. Tutkimus osoitti ratsastusterapialla olevan mahdollisuuksia vahvistaa MBD-lasten sekä hieno- että karkeamotorisia taitoja. Hienomotoriikassa tulokset paranivat huomattavasti viidellä lapsella, karkeamotoriikassa kolmella lapsella.

## 6 RATSASTUKSEN TERAPEUTTINEN LÄHTÖKOHTA

### 6.1 Sosiaalisen vuorovaikutuksen lähtökohta

Sosiaalisiin perustaitoihin kuuluu taito kuunnella, aloittaa ja jatkaa keskustelua, esittää kysymyksiä, kiittää, pyytää apua ja noudattaa ohjeita. Lisäksi sosiaalisia taitoja ovat tunteiden käsittelyn taidot eli tunteiden tunnistaminen, ilmaiseminen ja ymmärtäminen. Tärkeä sosiaalinen taito on myös löytää vaihtoehto aggressiiviselle käyttäytymiselle. Autistiselle henkilölle nämä taidot tuottavat usein hankaluuksia. Erikoinen sosiaalinen vuorovaikutus on autismissa tyypillistä. Vastavuoroisuus puuttuu, ja tämä vaikuttaa henkilön oppimiseen ja kaikkeen toimintaan. Autistisilla henkilöillä ei ole omakohtaista tarvetta olla vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa. (Kerola & Kujanpää & Timonen 2000.) Useiden tutkimusten avulla on voitu osoittaa, että ihmiset joilla on vaikeuksia solmia vuorovaikutussuhteita toisten ihmisten kanssa, solmivat niitä helpommin eläinten kanssa. Törmälehdön (1993, 11) mukaan Nettigin (1987) työssä on käynyt ilmi, että eläinten käyttö autististen lasten terapiassa on kokeilujen perusteella tehnyt heistä avoimempia toisia ihmisiä kohtaan.

#### 6.1.1 Hevonen sosialisaatioprosessissa

Ihmisellä on synnynnäinen tarve olla mukana elollisten seurassa. Eläimen avulla vammaisen lapsi tai nuori voi tyydyttää tämän synnynnäisen rakkauden ja kiintymyksen tarpeen. Samalla pyritään herättämään hänen vastuuntunteensa. Hevonen ei tarjoa toimintamahdollisuuksia ainoastaan sosiaalisessa kanssakäymisessä, vaan se saa aikaa muutoksia myös psyykkisellä tasolla. Lisäksi hevosen aiheuttamien motiivien avulla voidaan tukea oppimisprosesseja, jotka lapsi tai nuori voi siirtää muille elämänaloille. Hevonen soveltuu kasvatusvälineeksi erityisesti luonteensa puolesta. Sen käyttäytyminen on erittäin vakaata ja luotettavaa. Hevonen ei muuta toimintaansa edes kiljuvien lasten ympäröimänä. (Baum 1987.)

Hevonen on hyvin herkkä eläin. Kokemukset ovat osoittaneet, kuinka hevonen reagoi huomattavasti herkemmin vammaisen henkilön läsnäoloon. Se odottaa kärsivällisesti antaen vammaiselle ratsastajalle aikaa toimia. Hevonen pysähtyy, jos tuntee ratsastajan tippuvan selästään. Hevosella on herkkä vaisto äänille ja mielialoille. Se heijastaa pelkoa, kärsimättömyyttä ja väärää käsittelytapaa. Hevonen suhtautuu ihmiseen usein pidättyväisesti, mikä on juuri kasvatusprosessissa erittäin tärkeää. Ratsastajan joutuessa tavoittelemaan eläimen kiintymystä, on sen saavuttaminen huomattavasti voimakkaampi elämys, koska eläin ei osaa teeskennellä. Hevosen käyttäytymistavat voidaan selittää johdonmukaisesti. Hevonen on hyväntahtoinen, mutta se reagoi myös negatiivisesti epämiellyttäviin tilanteisiin. Tämä vaatii vammaiselta ratsastajalta sopeutumista vieraaseen käyttäytymismalliin, jolloin ratsastaja oppii, ettei hänen toimintamallinsa ole normi. Motivaatio, jonka hevonen vammaisessa ratsastajassaan herättää, käy ilmi hevosen nauttimasta arvonnasta, sen tarjoamasta identifikaation mahdollisuudesta ja siihen kohdistetusta kiintymyksestä. Tämä motivaatio osoittaa vahvan emotionaalisen perustan, joka muodostuu rakkauden, ihailun, pelon ja kunnioituksen tunteista. Arvonannon, koon ja outouden tunteen avulla hevonen edustaa ratsastajalleen arvovaltaa, jota hän kunnioittaa. Kun vammaisella lapsella tai aikuisella on sosialisatiohäiriöitä, hevonen toimii toisen ihmisen tilalla siellä, missä ihmisten väliset suhteet ovat solmussa. Myös hevosen seuran aikaansaama motivaatio on erittäin tärkeä. Hevosen kanssa työskentely antaa vammaiselle sekä itsenäisyyden että vuorovaikutuksen tunteen. Lapsi tai aikuinen kokee hevosen kanssa toimiessaan onnistumisen elämyksiä niin fyysisen kontaktin, yhteistoiminnan kuin loppuun saakka suoritettujen työn muodossa. Nämä tunteet ovat sekä fyysisiä että psyykkisiä. (Baum 1987.)

### 6.1.2 Non -verbaalinen vuorovaikutus

Niiden, joilla on kommunikaatiovaikeuksia, on helpompi ottaa kontaktia eläimeen kuin ihmiseen, koska eläimen ja ihmisen välinen vuorovaikutussuhde perustuu niin sanottuun analogiseen, yksiselitteiseen vuorovaikutukseen. Eläimen ja ihmisen suhde perustuu aistitoimintoihin, erityisesti kosketus- ja liikeaistimuksiin. Sanojen sisällöllä ei silloin ole merkitystä vaan suhteella tässä ja nyt. Eläin tuottaa ihmiselle lapsuudesta tuttuja kosketuksen ja läheisyyden kokemuksia, jotka poistavat levottomuutta ja tuovat perusturvallisuuden tunteen. Hevonen aistii ratsastajana tunteet ja peilaa niitä suoraan



käytöksessään. Hevosen reagoinnin kautta ratsastaja joutuu käsittelemään tunteitansa. Hevonen reagoi tilanteen mukaan ollen johdonmukainen ja vakaa. Terapeutin ei tarvitse reagoida lapsen käyttäytymiseen, sillä hevonen huolehtii siitä. (Törmälehto 1993, 12 -13.)

## 6.2 Sensorinen integraatio

Sensorinen integraatio (SI) on neurologinen prosessi, joka jäsentää kehosta ja ympäristöstä keräämäämme tietoa selviytyäksemme arkielämässä. Sensorinen integraatio tapahtuu keskushermostossa, jonka päätehtävä on aistitietojen yhdistäminen. Sen kehitystä voidaan verrata siihen, miten lapsen palikoilla rakentelu kehittyy. Ensin palikoita siirrellään lattialla kunnes lapsi huomaa, että hän voi lisätä palikoita päällekkäin. Samalla tavoin rakentuu myös sensorinen integraatio. Jokainen uusi kerros eli taso rakentuu aiemmin rakennettujen palikoiden päälle. Ylin kerros tarvitsee alempien kerrosten tukea; lapsen valmius oppia monimutkaisia taitoja perustuu tiedostamattomien aistien perustalle. Kun vauvan keskushermosto on ensimmäisellä tasolla integroitunut onnistuneesti perusaistien lähettämää tietoa, alkaa yksivuotias kehittää käsitystä omasta kehostaan.

(Kranowitz 2000, 63 - 66.)

Kehonhahmotuksen myötä kehittyy myös lapsen bilateraalin integraatio eli kaksipuolisuus. Lapsen kehittyessä hänen hahmotuskykynsäkin kehittyy, kuulo, näkö ja silmä-käsi – koordinaatio kehittyvät. Lapsi kykenee ymmärtämään kieltä ja viestittämään ajatuksiaan puheen avulla. Kouluikänsä mennessä lapsen taktiilinen erottelukyky kehittyy, hänen proprioseptiivinen aistinsa vahvistaa motoriikan hallintakykyä sekä karkea- ja hienomotoriset taidot ovat hyvät. Lapsen sensorisen integraation kehitys jatkuu läpi koko elämän. Hän oppii toimimaan tarkoituksenmukaisesti uusissa ja haastavissa tilanteissa.

(Kranowitz 2000, 63 - 66.) Kranowitz käyttää mallina Ayresin sensorisen integraation jakoa neljään eri tasoon, joista tarkemmin tarkastelen autismin ja ratsastusterapian kannalta mielestäni tärkeimpiä osa-alueita. Kaikki taulukossa 1. esitetyn kaavion neljästä tasosta antavat yhdessä lapselle rakennuspalikat, joita tarvitaan monimutkaisten taitojen oppimiseen. (Kranowitz 2000, 61 - 63.)

taso 1/ 2kk ikä	taso 2/ 1vuotta	taso 3/ 3 vuotta	taso 4 / 6 vuotta
taktilinen aisti	kehonhahmotus	auditiivinen hahmotus	itsetunto
vestibulaarinen aisti	motorinen ohjaus	visuaalinen hahmotus	itsehillintä
proprioseptiivinen aisti	bilateraallinen koordinaatio	tavoitteellinen toiminta	itseluottamus

TAULUKKO 1. Ayresin sensorisen integraation osa- alueet (Kranowitz 2000, 61.)

Sensorisen integraation häiriö tarkoittaa aivojen kykenemättömyyttä käsitellä aistimuksia tehokkaasti. SI- häiriö ei viittaa aivovaurioon vaan enemmänkin ”aivojen liikeneruuhkaan”. SI- häiriö syntyy, kun avoin ja vastavuoroinen vastaanotto/jäsennys-/vasteprosessi häiriintyy. Kun kyseessä on tehoton aistimusten vastaanotto, aivot ottavat vastaan joko liian vähän tai liian paljon aistitietoa. Emme kykene reagoimaan siihen mielekkäästi. Liian suuren tietomäärän vastaanottamisessa aivot ylikuormittuvat, jonka seurauksena pyrimme välttämään vireystilaa liikaa nostavia aistiärsykeitä. Liian pienen tietomäärän ollessa kyseessä pyritään lisäämään ärsykkeiden määrää vireystilan nostamista varten. (Kranowitz 2000, 67.)

Neurologisen toimintahäiriön seurauksena aivot eivät saa aistitietoa yhteyskatkosten vuoksi tai viestit ovat epäjohdonmukaisia. Kolmas vaihtoehto on, että aivot eivät osaa yhdistää saamiaan aistiviestejä johdonmukaisesti. Kolmantena SI- häiriön muotona on puutteellinen motorinen, kielellinen tai emotionaalinen reaktio. Aivot käsittelevät viestejä tehottomasti, eivätkä saa riittävästi palautetta, jonka seurauksena käyttäytyminen ja toiminta eivät ole tarkoituksenmukaisia. (Kranowitz 2000, 67.)

### 6.2.1 Taktiilinen aistijärjestelmä

Taktiilinen aisti eli tuntoaistijärjestelmä vaikuttaa voimakkaasti ihmisen fyysiseen, psyykkiseen ja emotionaaliseen toimintaan. Me kaikki tarvitsemme tuntoaistimuksia jatkuvasti syntymästä lähtien pystyäksemme toimimaan jäsenyneesti.

Saamme taktiilista aistitietoa aistimuksia vastaanottavien hermosolujen välityksellä koko ihomme alueelta. Paine, värinä, liike, lämpötila ja kipu aktivoivat taktiilisia reseptoreita. Taktiilinen järjestelmä muodostuu suojaavasta ja erottelevasta järjestelmästä. (Kranowitz 2000, 76 -77.)

Lapsella, jolla on sensorisen integraation häiriö, saattaa ilmetä kosketusyliherkkyyttä. Hoidossa keskitytään yliherkkyyden vaimentamiseen. SI- terapiassa voidaan käyttää hyväksi erilaisten materiaalien koskettelusta saatuja kokemuksia. Ratsastusterapiassa kosketusärsykeitä virtaa mukaan aivan itsestään. Eläintä kiitetään silittämällä ja taputtamalla, sitä syötetään ja harjataan. Koko ajan hevosesta säteilee ruumiinlämpöä, ja se korskuu. Pehmeää turpaa ja karvaa kosketellaan. Ympäristöön ja ilmapiiriin kuuluu myös tallinhaju, toisin sanoen mukaan liitetään vielä yksi aistimuskanava. (Danneil 1994.) Hyvä taktiilinen aistisäätely luo perustan sille, että tulemme hyvin toimeen muiden ihmisten kanssa. Tuntoaistimuksiin erittäin yliherkästi reagoivan lapsen on vaikea tutustua ihmisiin. Pysytellessään välimatkan päässä lähettää hän tahtomattaan muille viestejä, jotka helposti voidaan tulkita epäystävällisyydeksi. Koska lapsi näyttää välinpitämättömältä muita kohtaa, hylätään hänetkin helposti. Lapsista, jotka reagoivat voimakkaasti tuntoaistimuksiin, tulee aikuisina yleensä viileäluontoisia. He ovat usein varovaisia, hillittyjä ja joustamattomia. He saattavat vaikuttaa epäluotettavilta ja tuomitsevilta. Heidän käyttäytymisensä vaikuttaa kiukkuiselta heidän vältellessään kosketusta. He kykenevät kyllä solmimaan sosiaalisia suhteita, mutta ne perustuvat yleensä harrastuksiin, jotka eivät sisällä läheistä fyysistä kosketusta. (Kranowitz 2000, 93 - 94.)

Proprioseptiikan ja taktiilisen aistijärjestelmän avulla ihminen muodostaa tiedostamattoman tuntuman kehonsa eri osista ja siitä, missä suhteessa kehon osat ovat toisiinsa ja ympäristöön nähden. Hyvän taktiilisen hahmotuskyvyn ansiosta lapselle kehittyy hyvä kehonhahmotus. Sen avulla hän voi liikkua määrätietoisesti ja sujuvasti. Hänellä on käsitys siitä, missä hän on ja mitä hän on tekemässä. Kehonhahmotus on heikkoa lapsella, jolla on taktiilinen häiriö. Hän tuntee olonsa epämiellyttäväksi liikkuessaan, koska se vaatii myös koskettamista. Hänen on vaikea hallita raajojaan pukeutuessaan. Hän seisoo mieluummin syrjässä kuin antautuu alttiiksi vaaralle joutua ihmisryhmän keskelle. Hevosien liikkeen aikaansaama liike ratsastajassa auttaa häntä hahmottamaan ja kehittämään kehonsa liikettä ja hahmotusta. Lihasten ja nivelten kautta välittyy kehon eri

osista proprioseptiivista tietoa. Hevosen selässä voidaan suorittaa useita liikkeitä, jotka vahvistavat tätä tietoa. (Kranowitz 2000, 105- 108.)

### 6.2.2 Vestibulaarinen aistijärjestelmä

Vestibulaarijärjestelmä eli tasapaino- ja liikeaistijärjestelmä kertoo meille, missä asennossa olemme. Tämä järjestelmä saa tasapainoa ja liikettä koskevia viestejä niskasta, silmistä ja kehosta. Se on tarpeellinen myös lihasjänteyden muodostamisessa, jota tarvitaan sujuvaan liikkumiseen. Vestibulaarijärjestelmän avulla tiedämme, olemmeko liikkeessä vai paikallamme ja ovatko esineet liikkeessä vai paikallaan suhteessa kehoomme. Vestibulaarinen häiriö tarkoittaa sitä, että aivot käsittelevät sisäkorvan kautta saatuja tasapaino- ja liikeaistimuksia tehottomasti. Lapsi, jolla on häiriö, integroi tehottomasti liikettä, painovoimaa, tasapainoa ja tilaa koskevaa aistitietoa. Hän saattaa reagoida yliherkästi tai heikosti. Lapsi ei kehity hallitsemaan hyvin asentoreaktioitaan, jotka ovat välttämättömiä asennon ylläpitämiseen. Vestibulaarinen häiriö saattaa vaikuttaa myös kielen käsittelyn vaikeuksiin. Lapsen, jolla on ongelmia kielen ymmärtämisessä, saattaa olla vaikea oppia kommunikoidaan, lukemaan ja kirjoittamaan.

(Kranowitz 2000, 105- 108.)

Ratsastaessa mukautuminen hevosen selän liikkeisiin antaa lukuisia vestibulaarisia ärsykeitä. Hevosen selän liikkeet vaikuttavat ratsastajaan siten, että hän joutuu reagoimaan niihin välittömästi. Hänen on reagoitava aktiivisesti tarkoituksenmukaisilla ja päämäärätietoisilla liikkeillä. Ratsastusterapiassa tapahtuu asennonmuutoksi koko ajan pelkästään hevosen liikkeiden kautta. Hevosen liikkuminen antaa korjausimpulsseja lapsen liikkeille. Lapsi ei voi hevosen selässä ollessaan vetäytyä mukautumisvaatimuksesta, vaan hänen on reagoitava aktiivisesti tarkoituksenmukaisilla ja tavoitetietoisilla liikkeillä. Harjoitusten vaikeutuessa myös mukautumiskyky paranee, toisin sanoen aivot reagoivat vaadittuun liikkumiseen järkevillä, tarkoituksenmukaisilla toiminnoilla. (Schulz 1994.) Lapsi, jolla on vestibulaarinen häiriö, on usein keholtaan löysä eli hänen lihastonuksensa on matala. Ilman ratsastuksesta tulevien viestien antamaa puhtia, lapsen lihaksilla ei ole tarvittavaa valmiutta sujuvan liikkeen suorittamiseen. (Kranowitz 2000, 115.)

Ratsastusterapiassa tapahtuu koko ajan asennon vaihdoksia joko hevosen liikkeiden tai

istuma-asennon muutosten takia. Jatkuva uudelleen orientoituminen on siis lapselle välttämätöntä suhteessa omaan itseen, suhteessa hevoseen ja ympäristöön. (Danneil 1994.) Kömpelöillä lapsilla, jotka putoavat tai kaatuvat usein, on takanaan paljon tunneepävarmuutta aiheuttavia tekijöitä. He saavat hevosen selässä selvästi havaittavissa olevia kokemuksia ruumiintasapainostaan ja suhteestaan tilaan, esimerkiksi painopisteen erilaisesta sijoittamisesta hevosen eri kulkutavoissa sekä asennonmuutoksista hevosen selässä. Tämä avaa heille uuden orientoitumisjärjestelmän, ja tämän perusteella voidaan odottaa liikkumisvarmuuden lisääntyvän. (Schultz. 1994.)

### 6.2.3 Proprioseptiivinen aistijärjestelmä

Proprioseptiikka tarkoittaa aistitietoa, joka välittää meille tiedon liikkeistämme ja asennoistamme. Tämän aistitiedon avulla voimme integroida kosketus- ja liikeaistimuksia. Reseptorit sijaitsevat lihaksissa, jänteissä ja nivelissä. Nämä reseptorit reagoivat liikkeeseen ja painovoimaan. Proprioseptiikka lähettää viestejä lihasten ja nivelten supistumisesta ja venymisestä. Tämän aistijärjestelmän kautta saadut aistimukset ovat läheisessä yhteydessä vestibulaarisen ja taktilisen aistijärjestelmään. Puhutaan taktilis-proprioseptiivisesta ja vestibulariis-proprioseptiivisesta aistitiedon käsittelystä. Edellä mainittu tarkoittaa kosketuksen ja asennon samanaikaista aistimista, jälkimmäinen samanaikaista pään ja kehon asennon aistimista. Proprioseptiikan tehtävänä on kehonhahmotuksen tehostaminen sekä motoriikan hallinnan ja motorisen ohjailun kehittäminen. Proprioseptiikan avulla kehon osia voidaan liikuttaa hallitusti ja tarkoituksenmukaisesti. Se on tiedostamatonta kehon asennon ja liikkeiden aistimista. Proprioseptiikan häiriö tarkoittaa sitä, että aivot käsittelevät reseptoreiden kautta saatua tietoa tehottomasti. Häiriöön liittyy usein ongelmia myös taktilisen ja/tai vestibulaarisen aistijärjestelmän alueella. Lapsen, jolla proprioseptiikka on heikkoa, on vaikea tuntea päänsä ja raajojensa asentoja ja liikkeitä. Lapsi aistii asentojaan heikosti, jonka vuoksi hänen kehonhahmotuksensa on heikkoa. (Kranowitz 2000, 131 -135.)

### 6.3 Sensorisen integraation häiriöistä

Sensorisen integraation häiriöisen lapsen toiminta ja leikki ovat erilaisia. Vaikka vanhemmat ovat ymmärtäväisiä ja leikkiä tukevia, lapsi ei osaa aloittaa leikkiä tai kehittää sitä eteenpäin. Ilman jatkuvaa apua ja mallia oma leikki on vain opitun toistamista. Keskittymätön lapsi ei jaksa paneutua, vaan rientää toiminnasta toiseen eikä leikistä tule valmista. Tämä vaikeuttaa yhteisleikkien kehittymistä toisten lasten kanssa. Iän karttuessa lievät sensorisen integraation häiriöt yleensä kumuloituvat ja niiden vaikutus heijastuu yhä selvemmin lapsen käyttäytymiseen ja oppimiseen. (Danner 2001, 11.) Seuraavassa on esimerkkejä sellaisista ongelmista, joissa mitä todennäköisimmin on kyse SI- häiriöstä.

*Aistimuksen säätelyhäiriöstä* on kyse silloin, kun lapsi reagoi joihinkin ärsykkeisiin yli- tai yliherkästi. Säätelyhäiriössä on poikkeavaa se, että lapsi toisinaan reagoi yliherkästi ja toisinaan ei ärsykettä edes huomaa. Tuntoaistimuksiin yliherkästi reagoivan lapsen saattaa olla vaikeaa kestää ryhmätilanteita; hän vetäytyy tai ärsyyntyy, kun joutuu liian lähelle toisia. Syntyy herkästi puolustus- tai hyökkäystilanteita, jolloin lapsi tahtomattaan joutuu tappeluihin. Tehtäviin keskittyminen on lyhytkestoista ja tarkkaavuus hajoaa helposti. Lapsi pitää mielellään välimatkaa eikä anna ohjata itseään. Liikeaistimuksiin yliherkästi reagoiva lapsi ei uskalla osallistua tavanomaisiin liikuntaleikkeihin. Ikäkaudelle tyypilliset motoristen taitojen harjoittamiset, kuten pyörällä ajo, eivät kiinnosta lasta. Kuulo- ja haju-aistimuksiin yliherkkä reagointi tulee esille tilanteissa, joissa on paljon hälyä. Lapsi reagoi kuuloärsykkeisiin pitelemällä korviaan ja haluamalla pois tilanteesta. Tavallisetkin hajut ovat lapselle poikkeuksellisen voimakkaita. Lapsi, joka reagoi heikosti aistiärsykkeisiin, voi itse hakea voimakkaitakin aistikokemuksia ja olla jatkuvasti liikkeellä. Kehon asentojen ja kivun aistiminen voi olla heikkoa. Jatkuva liikkuminen on lapsen keino pitää yllä vireyttään. Siksi hänen on vaikea istua paikallaan tarkkaavuutta vaativissa tehtävissä. (Danner, 12 -14.)

*Hienomotoriikan ongelmia* tai koko kehon hallinnan ongelmia voi esiintyä. Joillakin lapsilla saattaa olla heikko tasapaino tai vaikeuksia tuottaa liikkeitä sujuvasti peräkkäin. *Kielellinen kehitys* tai taitojen oppiminen saattaa olla viivästynyt. Sanojen ymmärtäminen ja niiden tuotto edellyttää usean aistijärjestelmän integraatiota, siksi SI- häiriöt tiedostetaan usein puheen kehityksen ongelmien, viivästyneen puheen tuoton tai puheen ymmärtämisen

ongelmien yhteydessä. Kehon hahmottamisen ongelmat hidastavat suuntatietoisuuden kehittymistä, mikä ilmenee kirjainten ja numeroiden kääntymisenä sekä kirjoitussuunnan vakiintumattomuutena. Käden taitojen kehittyminen häiriintyy proprioseptiivisten ja taktiilisten vaikeuksien takia. Lapsella voi olla myös kuullun hahmottamisen ongelmia, mikä vaikeuttaa myös ohjeiden vastaanottoa. Lapsella on vaikeuksia hillitä käyttäytymistään. Reagointi on usein impulsiivista, kohdistuen lähes kaikkeen näkyvään, kuuluvaan tai mieleen juolahtavaan. Hänen on vaikea paneutua toimintansa suunnitteluun; hän toimii ensin ja ajattelee vasta sitten. Lapsella on heikko itsetunto. Lapsen käyttäytymisen taustalla olevaa ongelmaa ei ole aina helppo tunnistaa, jolloin lasta saatetaan pitää itsepäisenä tai häirikkönä. Jos lapsi ei yrittämisestä huolimatta onnistu eikä näin ollen saa palautetta suoriutumisestaan, hänelle kehittyy heikko itsetunto. (Danner, 12 -14.)

## 7 RATSASTUKSEN LIKETERAPEUTTINEN LÄHTÖKOHTA

Hevosella on kolme askellajia: käynti, ravi ja laukka. Käynti on nelitahtista ja kolmiulotteista liikettä vertikaali-, horisontaali- ja frontaalitasossa. Lisäksi käynnissä ovat mukana kiertoliikkeet. (Sandström 2000, 14.) Käynnissä ratsastajan lantio- ja vartalolihakset, etenkin selkälihakset, saavat jatkuvaa passiivis-aktiivista harjoitusta liikeimpulssien, värähtelyjen, rytmin ja tempon siirtyessä hevosesta ratsastajaan. Hevosen selän liikkeet siirtyvät ratsastajan lantion kautta selkärankaan ja varastoituvat rintarankaan, mutta vain silloin, kun hevosen liikkeet vastaavat ratsastajan liikuntakykyä. Jos hevosen liikkeet ovat liian laajat, vartalon on mahdotonta koota niitä. (Julkunen 1994, 18.)

Ravi on kaksitahtinen askellaji, jossa ristivastaisten jalkaparien poljentojen välillä on liito; kaikki jalat irtoavat maasta. Ravissa hevosen selän pystysuora liike on suurin, ja siten se on ratsastajalle rasittavin. Laukka puolestaan on toispuoleinen, epäsymmetrinen ja kolmitahtinen askellaji, nopeuden lisääntyessä se saattaa kuitenkin muuttua nelitahtiseksi. (Rummukainen 1996, 22.)

Terapiassa vaihdellaan käynnin tempoa. Nämä vaihtelut mahdollistavat hevosen selästä lähtevien värähtelyimpulssien sopeuttamisen terapiaan. Hevosen selän liikkeen toistuvuus on 90 – 110 impulssia minuutissa. (Strauss 1991, 12.) Hevosen käynnin vaikutuksen on todettu vastaavan ihmisen kävelyä. Julkunen (1995, 18) mukaan Rommelin (1987) tutkimuksessa tähän mennessä tätä vaikutusta ei ole millään muulla terapiamenetelmällä tai laitteella kyetty korvaamaan. Samaan tulokseen on tullut Kluwer (1994), jonka mukaan hevosen liikkumisen tuottaman liikevirran psykologista vaikutusta potilaisiin ei kyettä korvaamaan teknisillä laitteilla.

Kluwer (1994) vertauksen mukaan lapsen ja hevosen välinen liikedialegia sisältää samanlaisia elementtejä kuin lapsen ja äidin välinen varhainen vuorovaikutus, jossa kommunikaatio tapahtuu ruumiin kielen kautta. Äiti pyrkii löytämään lapsen sylissä pitämiseksi ja hoidolle sopivat tavat, jotka tuottaisivat lapselle mielihyvää ja jotka vastaisivat lapsen jo syntyessä saamia liikemalleja. Hän tähdentää, että kävelevän hevosen selässä oleva ihminen on kuin äitinsä sylissä lantiosta tuettuna oleva lapsi, joka joutuu pienin liikkein hakemaan tasapainoa. Törmälehdon (1995, 17 -18) mukaan Deppischin



(1989) tutkimuksessa hevosen liikkeen tempo käynnissä on 65 -85 kertaa minuutissa eli se vastaa ihmisen sydämen sykettä. Mukauduttaessa hevosen liikkeeseen saattaa oman sydämen sykintää vastaava rytmi muistuttaa alitajuisesti äidin ja lapsen välistä ei-verbaalista vuorovaikutusta – läheisyyden, rentoutuneisuuden ja vapautuneisuuden kokemusta. Paitsi hevosen liike, eräs tärkeä terapeuttisesti vaikuttava tekijä on myös hevosen tuottama lämpö, joka vaikuttaa positiivisesti ja rentouttavasti. Hevosen lämpö ja käynnin rytmi yhdessä vaikuttavat myös lihasjänteeseen; spastisuus vähenee ja samalla vartalon jänteisyys kohoaa. Näiden lämpö- ja liikeaistimusten tuloksena ratsastajan kehontietoisuus paranee, jolloin kehittyvät myös liikkeiden suunnittelu ja taitavuus. (Sandström 2000, 42.) Kluwerin tulkinnan mukaan passiivis-aktiivinen mukautuminen kävelevän hevosen moniulotteiseen rytmiseen liikkeeseen voi aktivoida ahdistuneiden ja estyneiden ihmisten vuorovaikutuskäytännön. Kun on saavutettu uskallus rentouteen, on mahdollista sisäisen tasapainon kokemukseen ratsastustasapainon muodossa. (Kluwer 1994.) Esimerkiksi autistisilla lapsilla on ratsastusterapiassa Kreienborgin (1994) mukaan saatu hyviä tuloksia kosketuspelien purkamisessa ja kanssakäymiseen suostumisessa.

## 8 AUTISMI

Autismi-termillä on alussa viitattu eristäytyvään käyttäytymismuotoon. Pitkään uskottiin, että autismin syynä oli äiti-lapsi – suhteen häiriö. Nykyaikainen tutkimus on kuitenkin vahvistanut biologisen perusetiologian. On todettu, että kyse on keskushermoston rakenteellisesta tai toiminnallisesta poikkeavuudesta ja perusongelman uskotaan olevan aivorunkotasolla. Samalla on selvinnyt, että ongelma on monimuotoinen. Ei ole olemassa yhdenlaista autismia, vaan on puhuttava autistisista syndroomista. Tutkimusmenetelmien kehittyessä on havaittu myös, että eri lapsilla esiintyy erilaisia neurologisia ongelmakokonaisuuksia. Tämän on oletettu selittävän sen, miksi ongelmien luonne saattaa huomattavasti vaihdella. Toisilla lapsilla ongelmat painottuvat huomattavasti enemmän kommunikaatioon ja sosiaaliseen viestintään, toisilla taas ongelmat näiden lisäksi tulevat korostetusti esille joidenkin aistikokemusten yli- tai alikorostumisena. On myös mahdollista, että ongelmia esiintyy myös ongelmanratkaisussa ja oman toiminnon ohjaamisessa. (Timonen & Tuomisto 1998.)

Diagnostisesti autismi merkitsee laaja-alaista kehityshäiriötä, jonka seurauksena yksilön käyttäytymisessä havaitaan autismille tyypillinen yhdistelmä eritasoisia vaikeuksia. Henkilöltä puuttuu kokonaan tai hänellä on poikkeava sosiaalinen vuorovaikutus. Häneltä puuttuu kokonaan tai hänellä on poikkeava kielellinen/ ei- kielellinen vuorovaikutus. Henkilöllä voi olla rajoittunut ja toistava käyttäytyminen ja hänellä esiintyy usein poikkeavia reaktioita aistiärsykkeisiin. Edellä mainitut ongelmat esiintyvät erilaisina yhdistelminä eri yksilöillä, vaihdellen hyvin lieväasteisista ja vaikeasti havaittavista hyvin vakaviin ja selvästi havaittaviin ongelmiin. Autismiin liittyy usein myös muita liitännäisongelmia kuten kehitysvamma, epilepsia, kuulovamma ja näkövamma. Autismi on elinikäinen, muttei muuttumaton yksilön ominaisuus. Autismiin yksilölle aiheuttamat ongelmat ovat suhteessa yksilön ikään, kehitystasoon, neurologisiin sairauksiin ja vammoihin sekä saatuun kuntoutukseen ja opetukseen. Autismiin oirekuva yksilöllä ei ole pysyvä, vaan se voi muuttua ajan myötä, ja siihen liittyy useimmiten myös eriasteisia psyykkisiä ongelmia. Autistisia poikia on 3 – 4 kertaa enemmän kuin tyttöjä, ja autistien älyllinen variaatio on vaikeasti kehitysvammaisesta huippulahjakkaaseen saakka. (Ikonen & Suomi 1998.)

## 8.1 Autismin käyttäytymiskuva

Autismiin liittyvät keskeiset ongelmat ovat sosiaalisuus, kommunikaatio, käyttäytyminen ja aistitoimintojen erilaisuus (Ikonen & Suomi 1998). Seuraavassa on lyhyt luonnehdinta autistien vuorovaikutukseen ja aistitoimintojen erilaisuuteen liittyvistä ongelmista.

*Puuttuva tai poikkeava vuorovaikutus:* Englantilaisen L.Wingin mukaan autistit voidaan jaotella sosiaalisen käyttäytymisen perusteella kolmeen ryhmään. *Eristäytyvät* elävät omissa oloissaan, ja heidän on hyvin vaikea sopeutua elämään muiden ihmisten kanssa. Kaikki muutokset arkirutiineissa ovat heille vaikeita ja saavat heidät pois tolaltaan. Samoin heidän kielelliset valmiutensa ovat vähäiset ja he tarvitsevat jatkuvasti apua ja huolenpitoa. *Passiivisten* kanssakäymisen taidot ympäristön kanssa ovat eristäytyneitä suuremmat ja heidän kykynsä oppia, kommunikoida ja hallita omaa käyttäytymistä ovat kehittyneemmät kuin eristäytyneillä. He pystyvät itsenäiseen vuorovaikutukseen ja toimintaan ympäristön kanssa. Äkilliset muutokset ovat heillekin vaikeita sietää. Autisteista noin neljäsosa kuuluu tähän ryhmään. *Aktiiviset ja erikoiset* on ryhmä, jonka ongelmat ovat lieviä verrattuna kahteen edelliseen ryhmään. Tunnusomaista on, että heidän on vaikea tunnistaa sosiaalisen kanssakäymisen kirjoitettuja ja kirjoittamattomia lakeja, ja tämän vuoksi heidän käyttäytymisensä on itsekeskeistä ja estotonta. Myös tähän ryhmään kuuluu noin neljäsosa autisteista. (Ikonen & Suomi 1998.)

*Puuttuva tai poikkeava kielellinen/ ei-kielellinen vuorovaikutus:* Noin puolet autisteista ei opi koskaan puhekieltä, ja ne, jotka oppivat, käyttävät sitä poikkeavasti. Kielelliset ongelmat ilmenevät sekä verbaalisessa että non - verbaalisessa kommunikaatiossa. Autisteilla on lähes poikkeuksetta puhekielen ja kommunikaation kehitys myöhässä, ja erityisesti kielen ymmärtäminen on rajoittunutta. Tämä rajoittuneisuus voi vaihdella täydellisestä kyvyttömyydestä ymmärtää puhuttua puhetta hyvin lieväasteisiin kielen ymmärtämisvaikeuksiin. Tämä vaikeus selittää sen, miksi moni autistinen lapsi oppii puhumaan, mutta lopettaa sen jonkin ajan kuluttua. Pelkkä mekaaninen puhe ei siis riitä kommunikoinnin motiiviksi. Monilta autisteilta puuttuu myös kyky kommunikoida osoittelemalla. (Ikonen & Suomi 1998.)

*Rajoittunut, toistava ja stereotyyppinen käyttäytyminen:* Autistin käyttäytymisen ymmärtäminen edellyttää oireyhtymän perusolemuksen ja sen mukanaan tuomien vaikeuksien ymmärtämistä. Tulkitsijan on osattava asettua autistin asemaan ja tarkasteltava asioita hänen näkökulmastaan. Näin moni kummallinen käyttäytymismuoto saa aivan järkevän selityksen. Koska poikkeavan käyttäytymisen taustalla on keskushermoston poikkeava toiminta, vaikeudet sosiaalisissa suhteissa, kommunikoinnissa ja aistitoiminnoissa, niin näiden yhteisvaikutuksesta henkilön on vaikea oppia asioita ja hallita itseään. (Ikonen & Suomi 1998.)

## 8.2 Jukan autistiset piirteet

Jukalla on epätyypillisen autismin diagnoosi. Perintötekijät voivat altistaa tälle autismin muodolle. Häiriön aiheuttavia tekijöitä ei tällä hetkellä tunneta. Jukan sairastaman epätyypillisen autismin oireet muistuttavat varhaislapsuuden autismia, mutta häiriö alkaa vasta kolmannen ikävuoden jälkeen eikä täytä kaikkia autismin piirteitä. Epätyypillinen autismi voi liittyä vakavaan kehitysvammaisuuteen tai vaikeaan kielelliseen erityisvaikeuteen.

Jukan sosiaalinen toimintakyky, leikki ja kieli eivät ole kehittyneet samassa suhteessa lasten yleiseen kehitykseen. Käyttäytymisessä näkyy sosiaalisen vuorovaikutuksen puutteellisuus. Vieraiden ihmisten läsnäolo saa Jukan ahdistumaan ja hän pyrkii selviytymään tilanteista omilla käyttäytymismalleillaan, kuten katseen poiskääntämisellä, nojaamalla pois päin vieraasta henkilöstä, pyörähtämällä kävelyn yhteydessä pois päin ahdistusta aiheuttavasta kohteesta, vetäytymällä muiden seurasta sekä välttelemällä kosketusta. Sosiaalista vuorovaikutusta hankaloittaa myös autisteille tyypillinen kosketusyliherkkyys, jonka vuoksi Jukka pyrkii välttämään läheistä kosketusta muihin ihmisiin. Kosketus aiheuttaa useimmiten säpsähdystä, nopeaa pois vetäytymistä ja myös aggressiivista käyttäytymistä. Välituntien aikana Jukka vetäytyy pois muiden lasten seurasta ja useimmiten viettää aikansa tutkimalla koulurakennusta. Viime syksyn aikana Jukka ystävystyi luokkatoverinsa Samulin kanssa ja he ovat viettäneet välitunneilla aikaa yhdessä hippaleikkien parissa.

Jukalta puuttuu kokonaan kielellinen vuorovaikutus, jonka vuoksi hän ilmaisee itseään viittomalla, toiminnalla, ilmeillä, äänтелеillä sekä graafisesti Symbol 2000- ohjelmalla. Tietokoneeseen asennettu Symbol 2000- ohjelma perustuu kuvakommunikaatioon, joka on tärkeä kommunikaation tuki. Ohjelman avulla Jukka kykenee kirjoittamaan pitkiäkin kertomuksia esimerkiksi viikonlopun tapahtumista sekä ilmaisemaan itseään paremmin. Kannettava tietokone on Jukalla mukana niin koulussa kuin kotilomillakin. Jukan pääasiallisena kommunikointikielenä käyttämät viittomat ovat pienieleisiä, nopeita ja huomaamattomia. Passiivinen viittomavarasto on laaja, mutta sen aktiivinen käyttö on vielä vähäistä. Viittomakielen rakenne on vielä yksinkertaista ja kuvaileva kielenkäyttö puuttuu vielä suureltaosin. Jukka äänтелеe harvakseltaan ja sen voimakkuus vaihtelee käyttötarkoituksen mukaan. Ääntely ei ole kuitenkaan sanahahmomuodossa vaan rakentuu useimmiten kiljahduksista tai matalammista äännähdyksistä huomion saavuttamiseksi. Jukalla on liitännäisongelmana kuulovamma sekä silmänpohjanrappeumaa. Kuulovamman takia hän käyttää molemmissa korvissaan kuulokojetta. Kuuleminen on hyvin vähäistä, mutta kaikessa vuorovaikutuksessa asiat viittomisen ohella kuitenkin puhutaan myös ääneen. Jukka osaa huulilta lukemisen taidon.

Jukka asuu viikot koulun asuntolassa ja viettää viikonloput kotonaan Etelä- Suomessa. Autisteille tyypilliseen tapaan, myös Jukalle on tärkeää pitää kiinni rutiineista ja välttää yllättäviä tilanteita, joissa päiväjärjestys sekoaa aiheuttaen lapsen mielessä kaaoksen. Koululla huolehditaan oppilaiden päiväjärjestyksestä käyttäen muun muassa symboleista rakennettuja kuvasarjoja päivän tulevista tapahtumista. Näin selvä päivästrukturi auttaa Jukkaa selviämään päivän kulusta sekä ohjaa hänen toimintojaan. Toiminnan ohjaus on tarpeen, sillä muuten Jukka saattaa unohtua tekemään esimerkiksi jotain kiellettyä asiaa. Luokkakoko on autististen oppilaiden keskuudessa pieni ja kiinteä, sillä juuri pysyvät, kiinteät ihmissuhteet ja turvallisuuden tunne ovat ehdottoman tärkeitä seikkoja autistin elämässä. Samat opettajat ja avustajat toimivat myös Jukan luokalla kiinteästi luoden omalta osaltaan turvallisen yhteisön tunnetta. Samoin tasapainoiset ja rauhalliset kotiolut ovat autistille tärkeitä. Jukan vuorovaikutus ja käyttäytyminen oman luokkansa seurassa onkin tällä hetkellä suhteellisen rauhallista ja tasapainoista.

## 9 HAVAINTOJA

### 9.1 Maasta käsin toimiminen

Jo heti alusta alkaen oli selvää, että Jukka tuli tallille hyvin mielellään. Vaiivhainen hymy ja reipas askel kohti tallipihaa, oli joka kerta selvä merkki tulevasta mieluisasta toiminnasta. Haimme jokaisen terapiakerran aluksi yhdessä hevosen hoitolaatikon, suitset ja satulan valmiiksi tallipihalle. Itse hevosen haasta haku tapahtui yhdessä siten, että ohjaajana huolehdin sähköaidasta ja Jukka itse talutti hevosen pihalle satuloitavaksi. Hevosen lähestyminen aitauksessa oli alusta saakka rauhallista ja kunnioittavaa. Tallipihalle taluttaminen ja varsinkin matkalla heinäpaalille syömään pysähtyminen, olivat selvästi myönteisiä ja hauskoja kokemuksia. Monesti jouduin komentamaan parivaljakkoa saapumaan tallipihalle, kun Jukka oli unohtunut katselemaan hevosen ruokailua.

Harjaamisessa ja satuloimisessa ilmeni alussa ongelmia lähestymisen kanssa. Jukka pyrki harjaamaan ja nostamaan satulan hevosen selkään turhan kaukaa, lähes puolen metrin päästä. Pyrin ohjaamaan toimintaan ensin käsillä viittomalla, mutta huomasin sen toimivan huonosti. Otin reippaasti Jukkaa kädestä kiinni ja ohjasin oikean toimintaetäisyyden. Yllätyksekseni Jukka ei väistänyt otettani vaan siirtyi rauhassa harjaamaan lähemmäs hevosta. Ohjasin myös kädestä pitäen harjaamisen suuntaa ja oikeita kohtia, jotta koko hevonen tulisi harjattua. Muutaman ohjauksen jälkeen harjaus sujuikin oikeaoppisesti. Kavioiden puhdistaminen olikin jo selvästi haastavampaa. Ison eläimen jalkojen vieressä seisominen ja niiden ylös nostaminen pelotti alussa selvästi. Kavioita puhdistettaessa hevonen pyrki usein heiluttamaan häntäänsä, liikahtelemaan sivuttaen ja ojentamaan voimakkaasti ylös nostettua jalkaan taaksepäin. Tämän vuoksi Jukka seiso i alussa turvallisen välimatkan päässä ja yritti kurkottelemalla puhdistaa kavioita. Otin Jukan viereeni seisomaan, nostin kaviot vuorotellen ylös ja ohjasin ensin itse näyttämällä turvallisen suorituksen. Harjoittelimme yhdessä suoritusta parin ratsastuskerran ajan, ja lopulta pidin ainoastaan hevosen kavioista kiinni Jukan suorittaessa puhdistuksen.

Satulan selkään nostamisessa jouduin puuttumaan turhaan voimankäyttöön, sillä satula lensi hevosen selkään välillä turhankin lennokkaasti. Heti satulan heittäamisen jälkeen Jukka peruutti nopeasti muutaman askeleen kauemmas, kuin peläten hevosen tekevän

jotain arvaamatonta. Harjoittelimme yhdessä satulan ja satulanhuovan rauhallista asettelua paikalleen, ja terapian loppuvaiheessa se alkoikin sujua erittäin mallikkaasti. Enää ei ilmennyt peruuttamista karkuun vaan Jukka käytti runsaasti aikaa satulan ja huovan asetteluun ja jopa tarkasteli työtään hetkittäin. Jalustinremmit ja satulavyökin tulivat täysin oikein kiinnitettyä. Jukka omaksui satuloimisen taidon erittäin nopeasti, se ei vaatinut kuin rauhallista ohjausta kädestä pitäen muutaman kerran. Ainoastaan suitsien laitosta vastasin pääasiassa minä. Hevosen suun lähestyminen ja kuolaimien laitto tuottivat vaikeuksia. Jukka seisoj kyllä innokkaana vieressä, valmiina auttamaan, mutta minun täytyi vetää ensin suitset pään yli paikoilleen ennen kuin Jukka kiinnitti remmit. Poisvetäminen puolestaan onnistui, sillä siinä vaiheessa suuhun ei enää tarvinnut koskea. Kuolaimien pesussa ilmeni sama ongelma, sillä Jukka kieltäytyi koskemasta hevosen suussa olleisiin kuolaimiin eikä suostunut huuhtelemaan niitä juoksevan veden alla. Tämä on autisteille tyypillistä, sillä märkään ja vähän likaiseen esineeseen ei haluta helposti koskea. Jukka nautti ilmiselvästi saadessaan enemmän ja enemmän vastuuta oman hevosesensa hoitamisesta. Remmien kiinnittäminen, pujottelu ja kiristäminen antoivat motorisesti lahjakkaalle, erittäin pikkutarkkaa työtä tekeväälle pojalle mukavaa haastetta. Tuntien lopussa varusteet löysivät oikeille paikoilleen ilman apuani ja hevonen talutettiin yhdessä reippaasti takaisin hakaansa. Haastatellessani viimeisen koulujakson lopussa Jukkaa, hän itse totesi hevosen satuloimisen ja harjaamisen olevan mukavaa ja helppoa touhua. Eritoten hän mainitsi satulanvyön kiristämisen hauskimpana ja turparemmin kiinnittämisen epämiellyttävimpänä tekemisenä.

Varsinaisia vaaratilanteita ei talliympäristössä tapahtunut, mutta selvästi huomasi, että Jukka varoi hevosen äkkinäisiä liikkeitä kuten päänheilautuksia ja hännänpiiskausta. Myös hevosen kova ääntely sai Jukan siirtymään muutaman askeleen taaksepäin. Hevosen ympärillä liikkuminen tapahtui kuitenkin oikeaoppisesti riittävän kaukaa kavioista. Huomasin myös sen, että huomioni kiinnittyminen hetkeksi johonkin muuhun kuin Jukkaan, sai pojan katoamaan varsin nopeasti tallin syövereihin. Aktiivisen toiminnan tauottua saatoin kääntää pääni hetkeksi pois päin, jona aikana Jukka mystisesti kerta toisensa jälkeen katosi. Löysin hänet milloin tallista, sähkökaapista tai nostelemasta viemärin kansia tallin toisesta päädyistä. Selvästikin aikuisen tiivis läsnäolo ja huomion saaminen olivat toiminnan kannalta Jukalle tärkeitä. Tyhjät hetket ja odottelu aiheuttivat ilmeisesti jonkin asteista hämmennystä ja tilalle piti keksiä omaa tekemistä.

## 9.2 Selästä käsin toimiminen

Ratsastustunnit oli jaoteltu viikonpäivän mukaan joko kenttätunteihin tai maastoratsastukseen. Tarkoituksenani oli alun perin, etten itse osallistuisi terapiaan muuten kuin avustajana maastoratsastuksen osalta. Sain kuitenkin videokameraan jalkatelineen ja näin vapauduin nauhoituksesta. Päätin osallistua myös kentällä tapahtuviin tunteihin joko avustajana tai ohjaamalla Jukalle omia ratsastusharjoitteita. Alussa terapeutti suunnitteli tuntien rakenteen ja antoi minulle etukäteen suunnitelman harjoitteista. Rakensimme Jukan kanssa yhdessä kentälle tarvittavat puomiradat. Vuorovaikutus rakentamisen aikana toimi hyvin vaikka en osaa viittomakieltä. Näytin paperilta piirretyt radat ja osoittelin tarvitsemamme tarvikkeet kentän laidoilta. Jukka otti katsekontaktia aktiivisesti eikä pyrkinyt välttelemään läheisyyttäni. Kannoimme yhdessä kymmenittäin puomeja ja rakentelimme niistä erilaisia ratoja. Ainoa ongelma oli saada Jukka asettelemaan tavaroita rauhassa paikoilleen, sillä niin kuin satulankin kanssa, puomit lentelivät välillä aikamoisella vauhdilla hiekkakentälle. Muuten toiminta oli Jukan osalta erittäin aktiivista, energistä ja pikkutarkkaa. Puomien asentoja korjailtiin välillä erittäinkin pitkään, jotta kaikki puomit olisivat oikeassa asennossa.

Ensimmäiset kerrat kentällä suoritettiin terapeuttijohtoisesti siten, että molemmat ryhmän lapset ratsastivat peräjälkeen terapeuttia seuraten. Hevosena Jukalla oli näillä kerroilla vanhahko pienempi poni, joka selvästi oli haluton yhteistyöhön. Näki kaukaa, että Jukan oma aktiivisuus jäi olemattomiin ja into hieman laantui. Poni seurasi terapeuttia kuin kone, eikä antanut pojalle mahdollisuuksia edes yrittää ratsastaa omaa tahtia tai reittiä. En huomannut Jukan kasvoilta näiden tuntien aikana innostunutta ilmettä vaan päinvastoin passivoituneet ja ilmeettömät kasvot. Ehdotin hevosen vaihtamista isompaan ja hieman energisempään yksilöön, joka muuttikin tilanteen heti toisenlaiseksi. Muutimme terapeutin kanssa toimintaa myös siten, että hän jatkoi toisen lapsen kanssa ratsastamista kentän toisessa päässä ja minä ja Jukka olimme toisessa päässä. Lopetin ensin hevosen taluttamisen ja annoin Jukalle täyden vastuun hevosen ohjastamisesta. Seisoin ja juoksin kentällä antaen Jukalle ohjeita ja näyttämällä mallia, miten rata tulisi ratsastaa. Toiminta muuttuikin heti innokkaammaksi ja Jukka selvästi teki hartiavoimin töitä tunnin aikana. Harjoitelimme kunnolla oikeita ratsastusliikkeitä ja asentoja. Radat alkoivat sujua mallikkaasti eri askellajien kanssa. Tolppien kiertäminen, puomien ylittäminen ja voltin



ratsastaminen peräjälkeen sujuivat niin käynnissä kuin ravissa. Jukka seurasi tarkasti näyttämiäni ohjeita ja yllättävän hyvin hän ymmärsi täysin mielikuvitukselliset viittomiseni. Osan ohjeista jouduin antamaan kädestä pitäen näyttämällä, mutta missään vaiheessa Jukka ei ahdistunut tilanteesta eikä yrittänyt vetäytyä pois. Päinvastoin koin Jukan keskittyvän tarkasti ohjeiden ja palautteen saamiseen ja yrittävän kovasti parantaa suoritustaan. Kysyessäni Jukalta viimeisen koulujakson aikana, mikä kenttäratsastuksessa oli hauskaa, oli vastaus heti puomien yli ratsastaminen ja radat. Pyysin tulkkia vielä kysymään, haluaisiko Jukka oppia ratsastamaan vielä paremmin ja oliko varsinaisen ratsastustaidon harjoittelu kentällä hauskaa. Vastaus oli molempiin kyllä!

Puolet tunneista ratsastettiin tallin lähimaastossa. Alussa talutin Jukan hevosta edessä kävelen, mutta samoin kuin kentällä, hevosen vaihdon jälkeen annoin Jukalle mahdollisuuden ratsastaa itsenäisesti. Kävelin joko hevosen edellä tai perässä ja pyrin näin antamaan parivaljakolle mahdollisuuden keskinäiseen vuorovaikutukseen. Polkujen varrella oli joka kerta useita ongelmanratkaisukohtia, kuten tiukkoja kääntymisiä oksien ali, ylä- ja alamäkiä hiekkakuopalla sekä ojan ylityksiä. Jukka sai näin itsenäisesti ratsastaen ratkaista ongelmakohtia, ilman puuttumistani tilanteeseen. Hiekkatiet ravasimme, minä juosten ja Jukka vieressä ratsastaen. Välillä tuntui, kuin hymy Jukan kasvoilla olisi suunnattu minulle, säälistä juoksu-urakkaani kohtaan. Muutaman kerran jälkeen päätimme terapeutin kanssa kokeilla liinaratsastusta, jolloin itse ratsastin edellä omalla hevosella pitäen Jukan hevosta talutusliinassa kiinni. Liina kuitenkin passivoi Jukan välittömästi ja ratsastusinto hieman laantui. Yhden kokeilukerran jälkeen päätinkin antaa Jukan ratsastaa ilman liinaa minua seuraten. Se sujuikin erittäin hyvin ja saimme hienoja ratsastuskokemuksia. Se, että Jukka pääsi ratsastamaan yhdessä ohjaajan kanssa, oli selvästi elämys. Kysyessäni asiasta Jukka mainitsikin heti nämä kerrat mukaviksi ja olisi halunnut niitä lisää. Koska motorisesti Jukalla ei ole vaikeuksia ratsastuksessa, oli minulle itselleni hyvin tärkeää antaa joka tunti lisää haastetta ja katsoa, miten Jukka niistä selviäisi. Näiden maastokertojen aikana ei vastaan tullut yhtään ongelmakohtaa, jota Jukka ei olisi selvittänyt. Juuri tästä syystä en halunnut jatkaa liinaratsastusta kokeilukertaa pidemmälle. Tutkimukseni yksi tehtävä oli juuri seurata itsenäisen toiminnan ja toimintaan keskittymisen määrää ja laatua. Ratsastukset edellä mainituilla tavoilla palvelivat tavoitettani parhaiten.

### 9.3 Käyttäytyminen koulussa terapiajakson jälkeen

Terapiajakson jälkeen oli koululaisilla viikon syysloma enkä päässyt aloittamaan kouluobservointia heti ratsastuksen loputtua. Suoritin observoinnin lokakuun lopulla. Ensimmäisellä kartoittavalla koulujaksolla istuin luokan seinustalla enkä pyrkinyt osallistumaan Jukan koulutoimintaan millään tavalla. Nyt kuitenkin päätin osallistua koulutunteihin avustajan roolissa, sillä halusin nähdä, miten Jukan toiminta, läheisyyden sieto ja kontaktia ottavuus minuun eroaisi talliympäristöstä. Avustin Jukkaa kaiken kaikkiaan noin 10 tuntia, muun ajan seurasin opetusta sivusta.

Verrattuna ensimmäiseen jaksoon, Jukka käyttäytyi nyt huomattavasti rauhallisemmin. Hän istui paikallaan levollisesti ja teki keskittyneesti töitään. Halutessaan opettajalta apua nousi käsi viittaukseen voimakkaan taputuksen sijaan. Osalla tunneista oppilaat istuivat kaareissa vierekkäin. Vaikka toinen oppilas töni Jukan tuolia, ei se aiheuttanut odottamaani raivonpuuskaa vaan Jukka siirtyi rauhallisesti istumaan opettajan toiselle puolelle. Avustin Jukkaa muun muassa matematiikan laskuissa, jolloin istuimme tiiviisti vierekkäin. En huomannut kertaakaan Jukalla tarvetta siirtyä kauemmas joko tuolia siirtämällä tai nojaamalla vastakkaiseen suuntaan, vaan istuimme tiiviisti vierekkäin koko tunnin ajan. Olemattoman viittomakielen taitoni vuoksi jouduin taas turvautumaan käsin näyttämiseen sekä etsimään tarvittavia symboleja Jukan kirjoista. Toimintani ei kuitenkaan aiheuttanut negatiivista reaktiota vaan Jukka odotti kärsivällisesti, mitä yritin sanoa ja jatkoi tehtäviensä suorittamista. Punoimme yhdessä muun muassa pajukorin, jonka ohjaamisessa jouduin ottamaan Jukkaa kädestä kiinni useaan otteeseen. Kori valmistui ennätysajassa ja hieno siitä tulikin. Oma osuuteni oli jäisten pajujen lämmittäminen ja uusien liittämisen työhön. Kaikesta muusta vastasi Jukka. Työhön keskittyminen oli ihailtavaa ja taas kerran sain huomata Jukan hyvät motoriset taidot.

Ensimmäisellä observointijaksolla mieleeni jäi koulun ruokasalissa saatu voimakas itku- ja raivokohtaus. Aiheuttajana oli tuolloin toisen oppilaan tarjottimen tönäisy. Jukka istui silloin myös hyvin ahdistuneen oloisesti seinän vieressä, pyrkien nojaamaan niin kauas kuin mahdollista viereisestä oppilaasta.

Nyt ruoan jonotus sujui rauhallisesti, Jukka liikkui muiden oppilaiden seassa selvästi rauhallisemmin sekä ruokaili toisen oppilaan vieressä aivan normaalisti. Aikaisemmin esiintynyttä vessaan piiloutumistakaan en nyt huomannut vaan Jukka lähti ruokailun jälkeen reippaasti välitunnille.

Kyselin välituntien aikana luokanopettajilta ja avustajilta heidän huomioitaan Jukan koulunkäynnistä ratsastusterapiajakson jälkeen. Kukaan ei osannut mainita erityisesti jotain tiettyä seikkaa tai muutosta juuri ratsastusjakson aikana, mutta kaikki totesivat Jukan käytöksen rauhoittuneen syksyn aikana yleisesti. Tunneilla voimakas kontaktinhakuisuus oli jäänyt pois sekä oma-aloitteisuus oli selvästi lisääntynyt. Samoin katsekontaktin ottaminen ja yleinen avoimuus olivat kiinnittäneet opettajien huomion.

Itse kiinnitin huomiota juuri vuorovaikutuksen lisääntymiseen, rauhallisuuteen sekä avoimeen katsekontaktin ottamiseen suhteessa ensimmäiseen observointijaksoon. Nyt kykenimme kommunikoidaan huomattavasti paremmin, sillä Jukka katsoi minua silmiin joka kerta, kun yritin hänelle viittoa asiaani. Sen sijaan, että Jukka olisi kääntänyt päänsä toiseen suuntaan tai lähtenyt pois paikaltaan, yritti hän selvästi ymmärtää, mitä halusin kertoa. Opettajan antamat tehtävät suoritettiin loppuun saakka huolellisesti ja virheet tulivat korjattua ohjeiden mukaan ilman hermostumista. Varsinkin pajukoria valmistaessamme työskentely oli todella rauhallista ja Jukka seurasi malliani hyvin tarkasti. Samoin toisiin oppilaisiin suhtautuminen oli rauhallisempaa kuin aiemmin näkemäni eikä Jukka tuntunut välittävän itseensä kohdistuvasta häiritsevästä käytöksestä. Viimeisen koulupäivän jälkeen minulle jäi mielikuva rauhallisesta ja tasapainoisemmasta pojasta, joka nautti saadessaan aikuisen ihmisen jakamattoman huomion.

#### 9.4 Yhteenveto

Edellä kuvatun prosessin avulla sain mielestäni vastaukset aikaisemmin esitettyihin tutkimustehtäviini. Esitän ohessa vielä yhteenvetona mielestäni tutkimukseni oleelliset löydökset.

Jukka reagoi koko prosessin ajan hevosen läheisyyteen rauhallisesti, uteliaasti, mutta hieman varauksellisesti. Hevosen lähestyminen koko terapiajakson ajan oli oma-aloitteista ja innokasta, mutta koko ajan taustalla näkyi pieni jännitys, joka ilmeni juuri hevosen

äkkinäisten liikahdusten aiheuttamina säpsähdyksinä. Jukan toiminta talliympäristössä oli määrätietoista ja eteenpäin vievää, sillä terapiajakson aikana Jukka oppi harjaamaan, puhdistamaan kavioita, satuloimaan ja säätelemään varusteiden remmejä itsenäisesti. Jukka selvästi halusi oppia uutta ja vastata mahdollisimman pitkälle itse hevosensa huoltamisesta. Ohjeiden vastaanotto ja keskittyminen toimintaan oli hyvää ja rauhallista. Ennen kaikkea lisääntynyt oma-aloitteisuus tallitoiminnassa oli silmiinpistävää.

Fyysisen läheisyyden sietämisessä tapahtui mielestäni suurin muutos verrattuna lähtötilanteeseen. Koko terapiajakson aikana en huomannut yhtään tilannetta, jossa Jukka olisi tietoisesti pyrkinyt väistämään kosketusta. Kaikissa ohjaustilanteissa Jukka antoi koskea itseensä sekä seisoj useasti lähelläni suorittamassa annettua tehtävää. Samoin Jukka pyrki myös selvästi aktiivisemmin kommunikoimaan ympäristön kanssa ottaen itse katsekontaktia joko ratsastusterapeuttiin, minuun tai hevoseen. Halutessaan vastausta ongelmaan Jukka itse käveli luokseni selvittämään asiaa sen sijaan, että olisi jäänyt pyörimään epätietoisesti paikalleen tai lähtenyt omille tutkimusmatkoilleen. Ratsastuksen yhteydessä lisääntynyt kommunikaatio ympäristön kanssa oli vielä selvempää. Reagointi muuttuviin ympäristöihin ja toiminnan muutoksiin oli aktiivista ja oma-aloitteista.

Havaitut muutokset käyttäytymisessä koulussa painoutuivat vuorovaikutuksen alueelle. Jukka työskentely muiden oppilaiden joukossa oli rauhallista ja huomionhakuisuus oli jäänyt vähemmälle. Katsekontaktin ottaminen ja läheisyyden sietäminen olivat selvästi ensimmäistä observointi kertaa paremmat. Nyt Jukka kykeni työskentelemään ulkopuolisen ihmisen läheisyydessä ahdistumatta sekä ottamaan suoraa katsekontaktia ohjeiden annon aikana. Fyysinen koskettaminen ei myöskään aiheuttanut negatiivista reaktiota. Aikaisemmin syksyllä ilmennyttä, lähes ongelmaksi muodostunutta, vessaan piiloutumista ja sen kastelemista suihkulla ei esiintynyt terapiajakson jälkeen.

## 10 POHDINTA

Tutkimukseni tarkoituksena oli selvittää ja kuvailla ratsastusterapian mahdollisia vaikutuksia autistisen lapsen arkipäivän toimintakykyyn. Tutkimukseni pyrki kuvaamaan mahdollisimman tarkasti autistisen lapsen käyttäytymistä niin ratsastusterapiatilanteissa kuin koulussa. Havaintojeni perusteella ratsastusterapialla oli myönteistä vaikutusta tutkimukseni kohteena olleen autistisen pojan käyttäytymiseen ja kommunikaatiokykyyn talliympäristössä sekä koulussa.

Heilpedagogisessa ratsastuksessa keskitytään Selvisen (1989) mukaan psyykkisiin, sosiaalisiin ja kasvatuksellisiin tekijöihin. Terapia on enemmänkin kasvatustapahtuma, jossa hevosella on keskeinen rooli. Lähtökohtana on luoda ratsastajan ja hevosen välille hyvä luottamus- ja vuorovaikutussuhde. Tästä syystä ratsastusterapiassa oikealla hevosvalinnalla on suuri merkitys terapian onnistumiselle. Käytössä oleva hevonen tulee valita niin, että se palvelee kyseisen lapsen tarpeita ja terapian tarkoitusta. Hevonen ei ole terapian aikana vain työväline, jonka selässä istutaan tietyn mittainen hetki, vaan koko hevosen fyysinen olemus ja käyttäytyminen ovat osa terapiaa. Hevosen rauhallisuus, miellyttävä ja eteenpäin vievä askellus ja useimmiten myös selän riittävä leveys ja pehmeys ovat kriteereitä hevosen valinnalle. Jukan kohdalla sain huomata oikean hevosen merkityksen jo alkuvaiheessa, kun huomasin käytössä olleen vanhemman pienen ponin passivoivan terapian aikaista toimintaa. Poni ei omalta kohdaltaan antanut Jukalle mahdollisuutta yrittää ratsastaa itsenäisesti vaan se vei poikaa täysin oman tahtonsa mukaan. Jos terapian kohdalla olisi ollut kyse motoristen ongelmien hoitamisesta, niin kyseinen poni olisi ollut siihen loistava, mutta Jukalle tärkeintä oli antaa kokemuksia omista voimista, päätäntävällästä ja itsenäisyydestä. Krögerin (1994) mukaan yhtenä heilpedagogisen ratsastuksen yksilötason tavoitteina voidaan pitää juuri oman arvontunnon nostamista. Hevosen vaihto selvästi isompaan, fyysisempään ja aktiivisempaan hevoseen oli täysin perusteltua. Ennen kuin tein ehdotuksen hevosen vaihdosta, pohdin mielessäni, miltä itsestäni teini-ikäisenä tuntui ratsastaa pienellä jukuripäisellä ponilla verrattuna isoon, massiiviseen hevoseen, jonka selästä koko perspektiivikin näytti komeammalta. Jukka oli kuitenkin teini-ikäinen poika, joka varmasti koki isomman hevosen hoitamisen ja ratsastamisen haastavampana ja jännittävämpänä kuin sen viereisen pienen ponin.

Terapiahevosien rooli on kuitenkin paljon muutakin, kuin vain jännittävän ratsastuskokemuksen antaminen. Kun lapsella on sosialisatiorhäiriöitä, hevonen toimii toisen ihmisen tilalla siellä, missä ihmisten väliset suhteet ovat solmussa (Baum 1987). Fyysinen läsnäolo, lämpö, virheiden anteeksi anto ja rauhallisuus antavat autistiselle lapselle mahdollisuuden läheisyyden ja kontaktin kokemiseen ja ottamiseen niin hevoseen kuin terapeuttiin. Jukan kohdalla käyttäytymispuutteita olivat juuri vaikeudet edellä mainituilla osa-alueilla. Hevosvalinnalla oli Jukan kohdalla mielestäni suuri merkitys juuri siksi, että halusin sekä herättää mielenkiintoa ja kunnioitusta nuoreen mieheen hevosen koolla että luoda tilanteesta riittävän rauhallisen kontaktin luomiseen. Jos hevonen ei olisi omalla olemuksellaan luonut tilanteesta Jukalle riittävän turvallista ja rauhallista, olisi koko terapiajakson kulku muuttunut radikaalisti. Nyt kerta toisensa jälkeen Jukka siirsi toimintaansa lähemmäs hevosta. Harjaaminen, satulointi ja hevosen silittäminen suoriutuivat kerta toisensa jälkeen lähempänä hevosta ja ennen kaikkea rauhallisemmin, ilman pakonomaista kiirettä peruuttaa karkuun. Eniten pelkoa alussa tuottaneet, hevosen pään lähestyminen ja kavioiden nosto, olivat terapian loppuvaiheessa enää vain pieni jännityksen aiheuttaja. Tämä kaikki perustuu mielestäni siihen, miten terapeutti kykenee lukemaan lasta ja eläintä yhdessä ja annetaanko oikealle eläimelle mahdollisuus vaikuttaa tietyn lapsen kokemusmaailmaan. Törmälehdon (1993, 12 -13) mukaan lasten, joilla on kommunikaatiovaikeuksia, on helpompi ottaa kontaktia eläimeen kuin ihmiseen, koska eläimen ja ihmisen välinen vuorovaikutus perustuu niin sanottuun analogiseen, yksiselitteiseen vuorovaikutukseen.

Aina oikeiden osien yhdistäminen ei ole mahdollista, mutta tässä tapauksessa onnistuimme löytämään täydellisen parivaljakon. Jukan kohdalla oikean hevosen merkitys korostui myös siinä, minkälaisia harjoitteita tuntien aikana voitiin suorittaa. Alun passiivisemmasta työskentelystä voitiin siirtyä huomattavasti haastavampiin, itsenäistä työskentelyä vaativiin harjoitteisiin. Hevonen, Vappu, antoi Jukalle mahdollisuuden kokea oikean ratsastustunnin mallia. Koska talutusratsastus jäi pois eikä ohjaaja kävellyt edessä ”johtohevosena”, joutui Jukka itse aktiivisesti ohjaamaan hevostaan ja tekemään annettua ongelmaa koskevat ratkaisut. Pienemmällä ponilla tämä ei olisi tullut kyseeseenkään, sillä Dagu teki vain sen, minkä terapeutti siltä pyysi. Ratsastajan tahdolla ei ollut siinä tilanteessa merkitystä. Uskon, että hevosen vaihdolla oli myönteistä vaikutusta niin Jukan itsetunnolle kuin uskalle omiin taitoihin. Samoin suomenhevonen Vappu aktiivisuudellaan vaati Jukalta

jatkuvaa huomiota, eikä näin antanut mahdollisuutta vaipua omiin mietteisiin. Näin toiminnasta tuli tavoitteellisempaa ja Jukan toiminta muuttui jäsentyneemmäksi. Mielestäni koko terapian avainkohta, punainen lanka, oli juuri Vapun ja Jukan välille syntynyt hyvä keskinäinen suhde.

Terapiassa käytettiin tarkoituksella kahta eri ratsastusmuotoa. Molempien muotojen käyttäminen oli mielestäni perusteltua, sillä kummankin kautta pystyimme tarjoamaan Jukalle riittävästi haastetta ja ennen kaikkea kokemuksia ja elämyksiä, joiden kohtaaminen normaalissa koulutilanteessa saattaisi aiheuttaa ahdistusta ja tilanteesta vetäytymistä. Kranowitzin (2000, 93 -93) mukaan hyvä taktiilinen aistisäätely luo perustan sille, että tulemme hyvin toimeen muiden ihmisten kanssa. Tuntoaistimuksiin yliherkästi reagoivan lapsen on vaikea tutustua ihmisiin. Hyvän taktiilisen hahmotuskyvyn ansiosta lapselle kehittyy myös hyvä kehonhahmotus. Juuri tämän vuoksi uusien sensoriseen integraatioon perustuvien kokemusten ja tuntemusten tuottaminen positiivisessa ympäristössä olikin koko terapian lähtökohta. Maastoratsastuksen aikana Jukka joutui usein kohtaamaan sensorisen integraation ärsykejä, kuten oksien painumista kehoa vasten, erilaisten pinnanmuotojen yli ratsastamista sekä hevosen nopeita asennonmuutoksia. Kaikilla luonnon tarjoamilla keinoilla kykenimme ratsastuksen aikana tuottamaan lapselle ”siedätyshoitoa” kuin ohimennen. Lapsen keskittyessä mukavaan, mielihyvää tuottavaan asiaan, kyetään ohittamaan normaalisti negatiivisen reaktion aikaansaamat tekijät joko täysin ilman huomiota tai vastavuoroisesti hauskana tapahtumana. Lapsi ilmeisesti kokee ne asiaan kuuluvaksi eikä reagoi ärsykkeisiin totutulla tavalla. Toisaalta mukava toiminta voi lapsen mielessä viedä voiton negatiivisesta ärsykkeestä, eikä siihen huomata tai viitsitä reagoida, jotta mielekäs toiminta ei vain loppuisi. Ikävä ärsyke voidaan ohittaa helposti liittämällä siihen joko haaste tai rooli, kuten oksan väistäminen noitana tai oksan alitse limboaminen. Lapsi suorittaa kuin huomaamattaan hevosen selässä sensorisen integraation harjoitteita, ilman normaalia terapian leimaa.

Pyrin hyödyntämään tätä huomiota juuri ohjaustilanteissa, joissa tietoisesti otin Jukkaa kädestä kiinni ja näytin oikean suoritustavan tai pyysin hänet seisomaan viereeni ohjeidenannon tai näytön ajaksi. Ratsastuksen aikana hain aktiivisesti katsekontaktia koskettamalla Jukan saappaaseen tai nykäisemällä kevyesti hihasta. Kertaakaan en huomannut tiukentunutta katsetta, joka Jukan kasvoille normaalisti ilmestyy vieraan ihmisen

koskettaessa. Päinvastoin kasvoilla näkyi usein kysyvä ilme ja suora katsekontakti valmiina vastaanottamaan ohjeita. Pyrin omalta osaltani jatkamaan tätä siedätyshoitoa mahdollisemman intensiivisesti koko terapian keston ajan. Loppuvaiheessa Jukka ei enää edes reagoanut läsnäolooni vaan touhusi täysin normaalisti hevosen ja minun ympärilläni.

Erikoinen sosiaalinen vuorovaikutus on autismissa tyypillistä. Vastavuoroisuus puuttuu, ja tämä vaikuttaa henkilön oppimiseen ja kaikkeen toimintaan. Autisteilla ei ole omakohtaista tarvetta olla vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa.

(Kerola & Kujanpää & Timonen, 2000.) On kuitenkin käynyt ilmi, että eläinten käyttö autististen lasten terapiassa on kokeilujen perusteella tehnyt heistä avoimempia toisia ihmisiä kohtaan (Nettig 1987 Törmälehdon 1993, 11 mukaan). Tutkimuksessani näin Jukan toiminnassa samansuuntaisia muutoksia. Vuorovaikutustilanteet ratsastusta edeltäneellä ajanjaksolla olivat huomattavasti etäisempiä sekä Jukalle ahdistusta aiheuttavia. Katsekontaktin saaminen oli hyvin työlästä Jukan pyrkiessä välttämään läheisyyttäni. Kuitenkin talliympäristössä Jukka itse pyrki aktiivisesti ottamaan katsekontaktia sekä työskenteli huomattavan läheisesti kanssani. Oma-aloitteisuus lähestymisessä minuun ja terapeuttiin muuttui prosessin aikana selvästi. Työskentelyä aloitettaessa ei Jukkaa tarvinnut etsiä, vaan hän tuli itsenäisesti luokseni odottamaan tehtävän antoa. Tämä seikka on mielestäni merkittävä seikka ratsastusterapian korvattavuutta ajatellen. Tähän mennessä psykososiaalisiin ja kasvatuksellisiin ongelmiin annettua ratsastusterapiaa ei ole asiakkaille korvattu, koska terapian vaikutusta näihin osa-alueisiin ei ole tutkittu riittävästi. Vaikka työni käsitteli vain yhtä autistista lasta enkä tulosta näin ollen voi yleistää, niin ratsastusterapian vaikutus tälle osa-alueella, tässä tapauksessa, oli kuitenkin selkeä. Jatkossa oli varmasti aiheellista jatkaa samasta aiheesta, mutta isommalla tutkimusryhmällä, pidemmällä aikavälillä sekä tutkimusongelma kohdistettuna juuri sosiaaliseen kanssakäymiseen.

Osallistuvalla observoinnilla suoritettussa tutkimuksessa tutkijan rooli on pyrkiä olemaan osa tutkimusympäristöä, mutta kuinka paljon tutkija itse voi vaikuttaa lopputulokseen? Koko tutkimusprosessin ajan pohdin oman persoonani ja toimintani vaikutusta terapian kulkuun ja Jukan käyttäytymiseen. Alusta saakka oli selvää, että tutustuminen edellisenä syksynä edesauttoi liittymistäni osaksi terapiaryhmää. Jukka ei juuri lainkaan häkeltynyt läsnäolostani vaan jo ensimmäisen kerran jälkeen toimi suhteellisen luontevasti kanssani.



Vaikka alussa päätin pysytellä vähemmän aktiivisena osapuolena, niin kuitenkin päädyin osallistumaan kaikkiin terapian aikaisiin tapahtumiin. Annoin Jukalle käyttöön kaiken hevostaitoni, jotta kokemuksesta ja terapiatunneista olisi tullut mahdollisimman monipuolisia ja kokemusta antavia. Teinkö tässä virheen tutkimuksen kannalta vai en? Pyrinkö vaikuttamaan ehkä tiedostamattomastikin lopputulokseen valitsemalla mielestäni sopivimpia toimintatapoja, jotta saavuttaisin halutun lopputuloksen? En ole varma siitä, ohjasinko Jukan omaa toimintaa liiaksi omalla käyttäytymiselläni. Olen viettänyt hevosten keskellä yli kaksikymmentä vuotta, joten on selvää, että siinä ajassa olen onnistunut luomaan omat toimintamallini. Mutta rajasinko näiden rutiinien vuoksi jollain tavalla Jukan toimintaa, on minulle epäselvää. Olen pohtinut mielessäni, minkälaisiksi Jukan kokemukset olisivat rakentuneet ja olisivatko saadut tulokset olleet samat, ilman aktiivista osallistumistani ja oman persoonani vaikutusta. Hevosten seurassa huonommin viihtyvä ja sulkeutuneempi ohjaaja olisi varmasti päätenyt toiseen lopputulokseen, mutta olisiko joltain muulta, nyt ilman huomiota jääneeltä, osa-alueelta havaittu huomion arvoisia muutoksia.

Keskusteluissa terapeutin ja myös luokanopettajan kanssa tuli useasti esille kiinteän aikuissuhteen merkitys ja rajattoman huomion saaminen terapian aikana. Koko prosessin ajan vietimme Jukan kanssa paljon aikaa yhdessä. Kaikki toimintamme oli hyvin intensiivistä ja läheistä. Uskon, että läheisellä, pysyvällä ja huomiota antavalla ihmissuhteella on autistiselle lapselle suuri merkitys. Heilpedagogisen ratsastuksen yksi avainkohdista on juuri luottamuksen rakentaminen (Kröger 1994). Jos omassa roolissani olisi joka viikko ollut eri henkilö, olisi tutkimuksen kulku muuttunut varmasti. On vaikea uskoa, että lapsi, jolla on vaikeuksia läheisyyden ja kontaktin ottamisen kanssa vieraisiin ihmisiin, olisi kyennyt toimimaan vaihtuvien avustajien kanssa vapautuneesti tutussakaan tilanteessa. Tämän havainnon perusteella tulisi mielestäni pyrkiä ylläpitämään terapiasuhdetta saman terapeutin kanssa, mieluiten samalla tallilla ja tutulla hevosella. Myös muiden ryhmäläisten vaihtuvuutta tulisi rajoittaa, jotta tilanteesta saataisiin luotua mahdollisimman tuttu ja turvallinen.

Terapeutin rooli ratsastusterapian aikana on luoda talliympäristöstä mahdollisimman tuttu ja turvallinen, jotta autistin on helppo lähestyä ja toimia ympäristössä. Autistille on tyypillistä saada vieraassa, yllättävästi muuttuvassa tilanteessa ahdistuskohtaus, joka

ilmenee muun muassa huutamisena, aggressiivisuutena, levottomuutena ja kyvyttömyytenä suoriutua annetusta tehtävästä. Terapeutin tavoitteena onkin luoda usein kaaosmaisestakin talliympäristöstä siedettävä toimintapiste autistille. Hevosten oikea valinta, harjoitteiden yksilöllinen suunnittelu ja toteutus sekä monesti yllättäviin tilanteisiin nopeasti reagoiva toiminta ovat ratsastusterapeutin arkipäivää. Itse toimin tutkimukseni aikana sekä fysioterapeutin roolissa että Jukan henkilökohtaisena ohjaajana ilman virallista ratsastusterapeutin titteliä. Ongelmaksi työtä kirjoittaessani muodostuikin oman roolini määrittäminen ja nimeäminen. En ole koulutukseltani ratsastusterapeutti vaan fysioterapeutti. Suunnittelin kuitenkin Jukan harjoitteet ja toimimme käytännössä katsoen koko terapiajakson tiiviinä parina. Varsinainen vastuunkantaja fysioterapeutti / ratsastusterapeutti Minna Nieminen vastasi alun terapiatunneista, mutta antoi sen jälkeen, omasta pyynnöstäni, vastuun ohjaamisesta minulle. Kuitenkin kaikki harjoitteet on suoritettu hänen valvonnassaan ja samalla ratsastuskentällä. Kävimme läpi harjoitteiden kulun ennen ja jälkeen jokaista ratsastus kertaa. Pohtiessamme Minnan kanssa minulle virallista nimikettä ja työni merkitystä, päädyimme terapeuttiseen havainnoijaan. Vaikka en virallista jatkokoulutusta ratsastusterapeutin alalle ole saanutkaan, omaan fysioterapeutin koulutuksen, yli 20 vuoden hevostuon ja siten pätevyyden ja ammattitaidon toimia Jukan ohjaajana. Tästä voi herätä luonnollisesti kysymys, ovatko kaikki fysioterapeutin koulutuksen saaneet ihmiset päteviä ohjaamaan autistia ratsastuksen parissa. Mielestäni suurin osatekijä toiminnan mahdollistamiseen on ratsastus- ja hevostuonastassa. Fysioterapeutin koulutuksen saanut terapeutti voi olla taitava ohjaamaan erityyppisiä toimivia harjoitteita autistiselle tai muuten vammaiselle lapselle, mutta miten terapeutti kykenee toimimaan tallipiirissä ja kohtaamaan hevosen, on mielestäni tärkein osatekijä koko ratsastusterapian aikana. Lapselle on luotava turvallinen ja luottavainen olo hevosen ympärillä, eikä se onnistu, jos terapeutti itse ei hallitse tilannetta. Lapsi vaistoa kyllä, jos aikuinen ihminen ympärillä toimii epävarmasti. Juuri siksi Suomen ratsastusterapeuttien koulutuksessa korostetaan sekä hyvää ratsastustaitoa että vankkaa taustaa hevostuonastasta aikaisemman terapeutin koulutuksen lisäksi.

Itse opin tämän prosessin aikana paljon ja sain täysin uuden näkökulman ratsastusterapian maailmaan. Aiempi tietoni perustui ratsastuksen fysiologisiin vaikutuksiin eikä niinkään sosiaalisen ja kasvatuksellisen puolen kuntoutukseen. Koen että prosessi oli sekä minulle

että Jukalle kasvunpaikka monella tavalla. Minnan kautta opin heilpedagogisen terapian toteuttamista käytännössä sekä paljon uutta autistisen lapsen kohtaamisesta.

Ratsastusterapia on hyvin kokonaisvaltainen terapiamuoto. Eri osa-alueita ei eroteta toisistaan, vaan ihminen nähdään psyykkisenä, fyysisenä ja sosiaalisena kokonaisuutena. Ratsastusterapialla voidaan saavuttaa uusia mahdollisuuksia silloin, kun perinteisillä menetelmillä ei haluttua tulosta tai muutosta saavuteta. Ratsastusterapian etu onkin juuri siinä, ettei se ole keinotekoinen rakennelma vaan luonnollista, tavoitteellista ja elämänläheistä toimintaa. Kaikella ratsastukseen liittyvällä toiminnalla on tarkoitus, joka voidaan luonnollisesti valjastaa terapian käyttöön. Ratsastusterapia on terapiamuoto, jossa ihminen on yhtä kokonaisvaltaisesti mukana koko kehollaan, tunteillaan ja ajatuksillaan. Jatkuva kosketus-, tunne- ja liikevuorovaikutustila hevosen ja sen elinympäristön kanssa on ainutkertainen. Mielestäni juuri hevosen ja ihmisen välistä vuorovaikutusta tulisi tutkia lisää ja perusteellisemmin. Sen ainutkertaisuus erottaa juuri ratsastusterapian muista terapiamuodoista ja tutkimalla sitä lisää, voisimme tulevaisuudessa hyödyntää hevosta kokonaisvaltaisemmin terapian antajana.

Ratsastusterapia voidaan katsoa olevan yksi erityispedagoginen menetelmä, joka soveltuu autistisille lapsille. Sen etuna ovat lapsen kokonaisvaltaisen auttamisen mahdollisuudet. Sen avulla kyetään vaikuttamaan muun muassa Lovaasin (1992) Minä - kirjassa mainittuihin käyttäytymispuuteisiin. Sosiaalisen käyttäytymisen edistämistä voidaankin pitää ratsastusterapian tärkeimpänä tavoitteena autististen lasten kohdalla. Työskentely hevosten kanssa edesauttaa sensorisen integraatio- terapian tavoitteita, muokkaamalla autistisen lapsen aistitoimintoja. Terapian vaikutuksen pysyvyyttä on lähes mahdotonta arvioida. Jokaisella ratsastusterapiaa saavalla lapsella on omat yksilölliset autistiset piirteensä, jonka vuoksi terapian vaikuttavuutta ei voida etukäteen ennustaa. Toisilla ratsastusterapian vaikutus voi näkyä hyvinkin nopeasti ja jatkua pitkään. Osalla ratsastajista työtä joudutaan tekemään pitkään ilman selviä muutoksia. Pitkäkestoisten, mahdollisesti pysyvien muutosten aikaansaamiseksi terapiajaksoja pyritään sisällyttämään lapsen terapiasuunnitelmaan säännöllisin väliajoin. Useimmiten kahdesta kolmeen kertaan vuodessa yhden terapiajakson pituudesta riippuen.

## LÄHDELUETTELO

- Alasuutari, P. 1994. Laadullinen tutkimus. Tampere: Vastapaino
- Baum, M. 1987. Hevonen sosialisatioprosessissa. Teoksessa Hevonen vammaisen palveluksessa. Helsinki: Suomen Ratsastajain liitto ry, 42 – 46.
- Danneil, G. 1994. Yhtymäkohtia sensorisen integraatioterapian ja ratsastusterapian välillä. Teoksessa E. Törmälehto (toim.) Ratsastusterapia; kirjallisuusotteita osa yksi, 8 – 12.
- Danner, P. 2001. Sensorinen integraatio, mitä se on? Kuopio: Sensorisen integraation terapianyhdistys.
- von Dietze, G. 1987. Terapeuttinen ratsastus. Teoksessa Hevonen vammaisen palveluksessa. Helsinki: Suomen Ratsastajain liitto ry, 3 – 4.
- Györgypal, E. 2003. Hippotherapy for the rehabilitation of multiplex sclerosis. Paper presented at the congress of Complex influence of therapeutic horse riding. 11.-14.6.2003. Budapest. Hungarian riding for the disabled federation, 16.
- Gäng, M. 1994. Heilpädagogisches Reiten. Teoksessa E. Reinhardt (toim.) Heilpädagogisches Reiten und Voltigieren. München: GmbH & Co., 23 – 95.
- Hirsjärvi, S. Remes, P. Sajavaara, P. 2004. Tutki ja kirjoita. Jyväskylä: Gummerus.
- Ikonen, O. & Suomi, A. 1998. Autismi: esiintyvyys ja käyttäytyminen. Teoksessa O. Ikonen (toim.) Autismi: teoriasta käytäntöön. Jyväskylä: Atena, 53 – 70.
- Julkunen, K. 1995. Ratsastusterapia vammaisen lapsen kuntoutusmuotona. Jyväskylän Yliopisto. Erityispedagogiikan laitos. Pro gradu –tutkielma.
- Kerola, K. & Kujanpää, S. & Timonen, T. 2000. Autismikuntoutus. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kluwer, C. 1994. Ratsastus/vikellysterapian psykologiasta. Teoksessa E. Törmälehto Ratsastusterapia; kirjallisuusotteita osa yksi, 1 – 4.
- Kluwer, C. 1994. Itsekokemus hevosen välityksellä. Teoksessa E. Törmälehto (toim.) Ratsastusterapia; kirjallisuusotteita osa yksi, 20 – 28.
- Kranowitz, C. 2000. Tahatonta tohellusta. Sensorisen integraation häiriö lapsen arkielämässä. Jyväskylä: PS- kustannus.

- Kreienborg, R. 1994. Heilpedagogisen vikellyksen erikoismahdollisuudet niiden autististen lasten ja nuorten auttamisessa, joilla on autismioireita tai autistisia taipumuksia. Teoksessa E. Törmälehto (toim.) Ratsastusterapia; kirjallisuusotteita osa yksi, 14 - 19.
- von Kröger, A. 1994. Heilpedagogisches Voltieren. Teoksessa E. Reinhardt (toim.) Heilpädagogisches Reiten und Voltigieren. München: GmbH & Co., 97 - 120.
- Laitinen, H. 1998. Tapaustutkimuksen perusteet. Kuopion yliopisto.
- Lovaas, O. I. 1992. Kehitysvammaisten lasten opettaminen. Helsinki: Hakapaino.
- Macauley, B. & McNeill, K. 2003. Traditional therapy versus hippotherapy for provision of speech-language therapy to children with language-learning disabilities. Paper presented at the congress of Complex influence of therapeutic horse riding. 11. - 14.6.2003. Budapest. Hungarian riding for the disabled federation, 48.
- Nikkonen, M. 1997. Etnografinen malli. Teoksessa M. Paunonen (toim.) Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. Helsinki: WSOY, 146 - 147.
- Patton, M. 1990. Qualitative evaluation and research methods. California: Sage corp.
- Pulkkinen, P. 1993. Ratsastusterapia ja MBD-lapsen motoriset taidot. Joensuun Yliopisto. Kasvatustieteenlaitos. Erityispedagogiikan syventävä työ.
- Ringbeck, B. 1987. Ratsastusterapia ja vikellys. Teoksessa Hevonen vammaisen palveluksessa. Helsinki: Suomen Ratsastajain liitto, 33 – 37.
- Rummukainen, T. 1994. Ratsastusterapia kuntoutusmuotona: ratsastusterapian nykytila sekä tavoitteet ja menetelmät Suomessa. Joensuun yliopisto. Psykologian laitos. Pro gradu –tutkielma.
- Sandström, M. 2000. Ratsastusterapian vaikutukset neurologian ja tutkimustulosten näkökulmasta. Helsinki: Suomen Kuntoutusliitto.
- Schneider, E. 2003. Therapeutic vaulting for children and juveniles with autism. Paper presented at the congress of Complex influence of therapeutic horse riding. 11.- 14.6.2003. Budapest. Hungarian riding for the disabled federation, 60.
- Schulz, M. 1994. Kömpelö lapsi – vikellys koordinaatiokoulutuksena. Teoksessa E. Törmälehto (toim.) Ratsastusterapia; kirjallisuusotteita osa yksi, 5 - 7.
- Selvinen, S. 1989. Hevonen työtoverina. Lääkintävoimistelija 1, 22 - 25.

- Steiner, H. & Szilagyi T. 2003. Effect of hippotherapy on the coordination of movement of down-syndrome children. Paper presented at the congress of Complex influence of therapeutic horse riding. 11. - 14.6.2003. Budapest. Hungarian riding for the disabled federation, 7.
- Strauss, I. 1991. Hippotherapy. Neurophysiological therapy on the horse. Ontario Therapeutic riding association.
- Strides therapeutic riding 2005. Riding through history. Saatavilla www-muodossa: <URL: <http://www.strides.org/history.html>. Viitattu 22.1.2005
- Suomen Kuntoutusliitto 1999. Ratsastusterapia. Saatavilla www-muodossa: <URL: <http://www.kuntoutusliitto.fi/sklrt.html>. Viitattu 22.1.2005.
- Syrjälä, L. Ahonen, S. Syrjäläinen, E. & Saari, S. 1994. Laadullisen tutkimuksen työtapoja. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Timonen, T. & Tuomisto, M. 1998. Autismi: käsite ja teoria. Teoksessa O. Ikonen (toim.) Autismi: teoriasta käytäntöön. Jyväskylä: Atena, 11 - 43.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2004. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Helsinki: Tammi.
- Tynjälä, P. 1991. Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuudesta. Kasvatus 22; 5 - 6, 387 - 398.
- Törmälehto, E. 1993. Ratsastusterapia autististen lasten kuntoutusmuotona. Jyväskylän Yliopisto. Erityispedagogiikan laitos. Pro gradu -tutkielma.

