



Eläinavusteinen toiminta osa 3/3

Eläinavusteisuus Turun Luonnosta hyvinvointia -hankkeessa

Tämä on viimeinen osa eläinavusteisen toiminnan juttusarjaa. Aiemmat osat olivat Eläinavusteinen toiminta – mitä se on? sekä Eläinavusteisuuden hyödyt.

Luonnosta hyvinvointia – vahvempaan työelämään -hankkeessa eläinavusteista toimintaa on toteutettu monipuolisesti. Ryhmä- ja yksilöohjaustilanteissa eläimen rooli on voinut olla aktiivinen, passiivinen tai tarinallisuuden kautta. Pääasiallisena yhteistyökumppanina eläinavusteisessa toiminnassa toimii Tyynelän terapiaeläimet -tila Turussa Paattisilla. Tyynelän tila on yksityinen ja kodinomainen maalaismiljö, jossa asustaa hevosia, poneja, kanoja, kukko, pupuja, lampaita, vuohia, koiria sekä kissoja. Lisäksi toiminnassa on ollut mukana hanketyöntekijöiden omia koiria. Eläimet ovat voineet olla läsnä myös luontoreittien varrella ja erilaisten kuvakorttien muodossa.

”Eläimet ja luonto auttoi olemaan enemmän hetkessä läsnä. Varsinkin eläinten kanssa oleminen lievitti ahdistusta.”

Eläinavusteinen toiminta on osallistujapalautteiden mukaan koettu motivoivana, mielialaa kohentavana, ahdistusta vähentävänä ja sosiaalisia tilanteita helpottavana. Eläinavusteiset kerrat ovat kannustaneet liikkumaan pois kotoa, kohottaneet fyysistä kuntoa sekä tuoneet iloa omaan arkeen.

”On kivempi nähdä ohjaajia tällaisissa ympäristöissä ja tekemisen parissa, tuntuu että tämä lähentää minua ja ohjaajaakin eri tavalla, kun ei istuta vaan tietokoneen äärellä.”



Euroopan unionin osarahoittama

Miten eläinavusteinen toiminta on käytännössä toteutunut?

Ensimmäisellä ryhmäkerralla mukana on ollut työntekijän oma koira, jolloin koiran läsnäolo on edesauttanut rennon ja turvallisen ilmapiirin syntymisessä. Koira voi toimia monelle yhdistävänä tekijänä. Osallistujat saavat halutessaan ryhmäkerran aikana tervehtiä ja silittää koiraa, mikä helpottaa jännitystä ja tuo luonnollisia taukoja keskusteluihin. Koira toimii myös keskustelunavaajana ja rohkaisee myös ujompia osallistujia olemaan esillä ja tutustumaan muihin.

”Varsinkin eläinavusteiset kerrat olivat mieluisia, eläinten kanssa toimiminen toi iloa arkeen.”





Euroopan unionin osarahoittama

Eläinkuvakortit, kuten fiiliskortit ja voimavarojen sanoittamiseen tarkoitetut kuvat, tuovat elänteeman mukaan myös tilanteisiin, joissa eläin ei ole fyysisesti läsnä. Osallistujat valitsevat kuvia tunteidensa tai päivän mielialan mukaan. Eläinkuvat herättävät myös spontaaneja keskusteluja, kun aloitetaan puhumaan mikä tunne eläimellä on kuvassa.



Osallistujat ovat Tyynelän tilalla mukana eläinten päivittäisissä hoitotoimenpiteissä kuten ruokinnassa. Päivittäisiin hoitotoimenpiteisiin osallistuminen edesauttaa luottamuksen syntymistä osallistujan ja eläimen välille, ja eläimet suhtautuvat osallistujiinkin positiivisesti. Yhteinen tekeminen eläimen kanssa kehittää osallistujien vastuunkantoa erilaisissa tilanteissa, suunnittelutaitoja ja läsnäoloa. Myös elämykselliset kerrat, kuten metsäkävelyt lampaiden kanssa tarjoavat virkistystä ja ainutlaatuisia kokemuksia.



Euroopan unionin osarahoittama

“Tulee liikuttua enemmän. Yleiskunto on parempi, etenkin Tyynelän myötä.”

Eläinavusteisessa toiminnassa eläinten koulutus perustuu lähtökohtaisesti positiiviseen vahvistamiseen: tavoitellusta käyttäytymisestä eläin saa myös motivoivan palkkion. Onnistuneen uuden taidon oppimisen edellytys on tarpeeksi pieniin osiin pilkottu tavoite. Tämä korostaa kärsivällisyyttä ja tarkkaa havainnointia – eläimen oppiminen etenee vain silloin, kun jokainen välivaihe on selkeä ja sisäistä motivaatiota herättävä.

Eläinten koulutustilanteet ovat herättäneet keskustelua ryhmäkerroilla: voisimmeko soveltaa tätä myös omassa toiminnassamme? Kun jaamme ison henkilökohtaisen tavoitteen pienempiin ja hallittaviin osiin, vahvistamme motivaatiotamme ja näemme konkreettisesti oman edistymisemme. Keskusteluissa ovat nousseet oman onnistumisen huomaaminen ja niistä iloitseminen.

Eläimet voivat ryhmän alussa toimia ulkoisena motivaationa ryhmäläisille. Kun osallistuja suuntautuu itsestään ulospäin ja on vuorovaikutuksessa eläinten ja muiden ryhmäläisten kanssa, hän saa positiivisia osallisuuden kokemuksia ja kokee itsensä tärkeäksi. Tämän vaikutuksen on huomattu kantavan myös ryhmätilanteiden ulkopuolelle. Osallistujat ovat kertoneet heidän rohkeutensa kasvaneen. Osalla se tarkoittaa itsenäisesti julkisilla liikkumista, toisella uskallusta lähteä luontoon yksin tai osallistua itselle tärkeisiin tapahtumiin.

”Oma tavoite on aina ollut valmistuminen. Eläinten kanssa pitää huomioida tehtävien pilkkominen ja tarpeeksi motivoivat palkkaukset. Eläimen ohjaaminen konkretisoi miettimään omalla kohdalla pienempiä edistysaskeleita--.”





Euroopan unionin osarahoittama

Eläinavusteinen toiminta voi toteutua myös havainnoinnin ja ympäristön hoidon kautta, jolloin eläimet ovat läsnä tilanteessa, mutta eivät suorassa kontaktissa. Esimerkiksi hevoslauman dynamiikan tarkkailu tarjoaa luontevan vertauskohdan ihmisten välisiin suhteisiin ja ryhmässä toimimiseen. Laumassa jokaisella on tärkeä rooli, jollekin sopii enemmän tilanteiden johtaminen, ja toiselle taas ympäristön tarkkailu. Eläimiä seuraamalla voimme tehdä myös havaintoja omien rajojen kunnioittamisesta. Eläimetkin sanovat välillä toisilleen ”ei kiitos”. Myös eläinten asuinympäristön kunnostaminen, tarhojen siistiminen ja elinympäristön kunnostaminen, antaa merkityksellistä tekemistä. Oman kätensä jäljen näkee heti, ja eläimiltä saa vilpittömän positiivisen palautteen.





Euroopan unionin osarahoittama

Näistä askelista muodostuu polku kohti työelämää tai opintoja. Toiminnassa mukana olleiden osallisuusindikaattorin keskiarvoinen pistemäärä on noussut 10 pisteellä, mikä on ihan hyvä saavutus. Noin puolet pienryhmien osallistujista, jotka jatkavat ryhmän alusta loppuun saakka, siirtyvät työelämään tai opintoihin. Vaikka osallistujamäärät ovat vielä olleet melko pieniä, antavat ne meille varmuutta jatkaa työtä.

”Eläimet on maadoittanut, ja on saanut omille ajatuksillekin taukoa. On ehdottomasti helpottanut ahdistusta ja sellasta adhd tyyppistä kiihtyneisyyttä. Selkeyttänyt ajatuksia ja rauhoittanut fyysisestikin.”

Kaikki kuvat Meri Keränen.

Kursiivilla olevat sitaatit ovat kerätty hankkeen pienryhmätoimintaan osallistuneilta henkilöiltä.

Kirjoittanut Meri Keränen

Hanketyöntekijä

Luonnosta hyvinvointia – vahvempana työelämään -hanke

Hanketta osarahoittaa Euroopan sosiaalirahasto plus