



UNIVERSITY OF
EASTERN FINLAND

Suvi-Katriina Kärkkäinen
ELÄIMET IHMISTEN KASVATTAJINA

ITÄ-SUOMEN YLIOPISTO
Filosofinen tiedekunta
Kasvatustieteiden ja psykologian osasto
Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma
Marraskuu 2019

ITÄ-SUOMEN YLIOPISTO – UNIVERSITY OF EASTERN FINLAND

Tiedekunta – Faculty Filosofinen tiedekunta		Osasto – School Kasvatustieteiden ja psykologian osasto		
Tekijät – Author Suvi-Katriina Kärkkäinen				
Työn nimi – Title Eläimet ihmisten kasvattajina				
Pääaine – Main subject	Työn laji – Level	Päivämäärä – Date	Sivumäärä – Number of pages	
Kasvatustiede	Pro gradu -tutkielma	x	14.11.2019	85 + 3 liitettä
	Sivuainetutkielma			
	Kandidaatin tutkielma			
	Aineopintojen tutkielma			
Tiivistelmä – Abstract				
<p>Tutkielman tavoitteena oli tarkastella eläinten mahdollisia ihmistä kasvattavia ja opettavia ominaisuuksia. Ihmisten kokemuksia tutkimalla haluttiin rakentaa kuvausta siitä millaisilla tavoilla eläimet ovat voineet kasvattaa ja opettaa yksilöitä heidän omassa ihmisenä kasvamisessaan ja oppimisessaan. Olennaista on ymmärtää ihmisenä kasvamiseen yhdistyvää kokemuksellisuutta, johon tutkimuksissakin on viitattu.</p> <p>Tutkielman teoreettisessa viitekehyksessä on käsitelty ihmisen ja eläimen välistä vuorovaikutusta ja eläimiin yhdistyviä ihmisen kasvua ja kehitystä tukevia vaikutuksia psyykkisen, fyysisen, sosiaalisen ja emotionaalisen edistymisen kautta. Eläinavusteisten interventioiden raportoiduista tuloksista voidaan nähdä eläinten potentiaalinen merkitys toimia psykofyysisen ja sosiaalisen kasvun edistäjinä erilaisissa tilanteissa ihmisen tukena. Ihmiset voivat kokea vuorovaikutuksen eläimen kanssa hyvin merkitykselliseksi, turvalliseksi ja luonnolliseksi kohtaamisen tavaksi.</p> <p>Tutkimusaineisto koostuu eläinaiheisista kirjoitelmista, jotka kerättiin sähköisen kyselylomakkeen avulla kahdessa osassa vuoden 2018 aikana. Tehtävänä oli kertoa kirjoittaen siitä, yhdistyykö eläimiin omaan ihmisenä kasvamiseen ja oppimiseen liittyviä ominaisuuksia. Tutkimuksen kohdejoukkona olivat eläinaiheisten ryhmien jäsenet sosiaalisen median alustoilla. Aineisto muodostui eläinaiheisista kirjoitelmista (N = 101), jotka analysoitiin laadullisen tutkimuksen aineistolähtöistä sisällönanalyysiä käyttäen.</p> <p>Suurin osa vastaajista kertoi eläimiin yhdistyvistä ihmisenä kasvamisen ja oppimisen kokemuksista, mutta toisinaan oman kasvun arviointi koettiin vaikeana. Ihmisenä kasvamisen merkityksiä raportoitiin viidellä kasvun ja oppimisen ulottuvuudella. Eläimen koettiin vaikuttaneen yksilön kognitiiviseen kehitykseen vahvistaen ongelmanratkaisutaitoja, toiminnanohjausta ja toiminnan tarkoituksen ymmärtämistä sekä luovaa ja kriittistä ajattelua. Eläimen kanssa opittiin empatiaa, herkkyyttä ja tunnetaitoja sekä omien rajojen tärkeyttä. Tulokset osoittivat eläinten auttaneen erilaisten mielenterveydellisten haasteiden käsittelyssä, sekä erityisen yhteyden muodostumista ja kasvun mahdollisuutta traumaattisia asioita kohdanneen sekä ihmisen että eläimen välillä. Vuorovaikutus eläimen kanssa kehitti yksilön sisäistä kasvua ja kokemusta sosiaalisuudesta, ja lisäsi motivaatiota fyysiseen aktiivisuuteen.</p> <p>Tutkielmassa käsiteltiin monipuolisesti ihminen-eläinsuhteen rakentumista pääasiassa eläinavusteisuudesta saatujen tutkimustulosten valossa. Kaikkea tämän tutkielman aineistosta löydettyä ei voitu suoraan yhdistää aikaisempaan tutkimukseen, sillä ihmisenä kasvamisesta ja oppimisesta eläimen kanssa ei toistaiseksi ole laajasti tutkittua tietoa. Tutkimuksen luotettavuutta voitaisiin vahvistaa saamalla lisää tietoa koetusta eläimen kanssa kasvamisesta myös pidemmällä aikavälillä. Tuloksia eläinten kasvattavista ja opettavista ominaisuuksista voidaan mahdollisesti hyödyntää yksilölähtöisen kasvun ja oppimisen suunnittelun tukena.</p>				
Asiasanat – Keywords Ihminen-eläinsuhde, kasvu, kehitys ja oppiminen, eläinavusteiset interventiot, eläinaiheiset kirjoitelmat, kokemuksen tutkiminen, eläimet ja lemmikit				

UNIVERSITY OF EASTERN FINLAND

Tiedekunta – Faculty Philosophical Faculty		Osasto – School School of Educational Sciences and Psychology		
Tekijät – Author Suvi-Katriina Kärkkäinen				
Työn nimi – Title Animals as human educators				
Pääaine – Main subject	Työn laji – Level	Päivämäärä – Date	Sivumäärä – Number of pages	
Education	Pro gradu -tutkielma	<input checked="" type="checkbox"/>	14.11.2019	85 + 3 attachments
	Sivuainetutkielma	<input type="checkbox"/>		
	Kandidaatin tutkielma	<input type="checkbox"/>		
	Aineopintojen tutkielma	<input type="checkbox"/>		
Tiivistelmä – Abstract				
<p>The aim of this study was to examine the possible effects animals can have on human learning and growth. By studying individual experiences, a goal was set to develop a description of possible ways in which animals could guide individuals in their personal development and learning as human beings. The main focus in this master's thesis was to understand the experientiality that is associated with growing as a human, as is described in the theoretical part of this study.</p> <p>The conceptual framework of this study handles interaction between humans and animals, and animal-related effects that support human growth and development through psychological, physical, social and emotional advancement. The reported results of animal-assisted interventions show the potential role animals can have as promoters of psychophysical and social growth in various situations when supporting humans. Humans can find that interacting with an animal can be a markedly meaningful, safe and natural way of being encountered.</p> <p>The research method was qualitative and the data was collected via an electronic questionnaire in two parts in 2018. The assignment given was to write, whether properties related to personal growth and learning as a human were associated with animals. The target group were the members of animal-themed groups on social media platforms. The data consisted of animal-themed essays (N = 101), and was analyzed using source material based content analysis of a qualitative study.</p> <p>The majority of respondents described experiences of human growth and learning related to animals, but on the other hand, the assessment of personal growth was deemed challenging. The effects on personal growth were reported on five scales of growth and learning. It was experienced that animals affect the cognitive development of an individual by strengthening problem solving skills, executive functions, the understanding of meaning behind actions, and also creative and critical thought. Empathy, sensitivity, and emotional skills were learned, as well as the importance of emotional boundaries. The results demonstrated that animals helped individuals in the handling of different mental health issues, and also that the formation of a special connection was possible between a human and an animal that both had encountered traumatic issues. Interacting with animals was perceived to strengthen an individuals inner growth and sense of sociality, and also the motivation for physical activity.</p> <p>The study discusses the development of human-animal relationships from several facets, mainly in the light of results from research on animal-assisted interventions. Everything found in the research material of this study could not be directly connected to previous studies, because human growth and learning alongside animals is not a widely researched subject so far. The reliability of the study could be further fortified by gaining additional data on how growth alongside animals is perceived on a longer timescale of an individuals life. The experiences on the properties of animals that promote growth and learning, as related by the results of the study, could possibly be made use of in planning growth and development needs on an individual scale.</p>				
Asiasanat – Keywords				
Human-animal relationship, growth, development and learning, animal-assisted interventions, animal-themed essays, study of experience, animals and pets				

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO	1
2	ELÄIMET KASVUN, KEHITYKSEN JA KUNTOUTUKSEN TUKENA	3
2.1	Ihminen-eläinsuhteen tarkastelua	3
2.2	Yhteisesti jaettu sosiaalinen todellisuus	6
2.3	Eläinavusteisuus ja kuntouttavat vaikutukset	8
2.4	Ihmisenä kasvamisen ja oppimisen yksilöllinen merkitys	11
2.4.1	Eläimen merkitys yksilön minäkasvuun	13
2.4.2	Neurotieteellinen näkökulma ihminen-eläinsuhteeseen	20
2.4.3	AAI luonnonmukaisena interventiona	22
2.4.4	Eläinten hyvinvointi kasvatus ja kuntoutustyössä	23
3	VIITEKEHYKSEN KOONTI JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT	26
4	TOTEUTUS	28
4.1	Kirjoitelman tehtäväksianto	28
4.2	Kohdejoukko	29
4.3	Tiedonhankintatavan perusteet	31
4.4	Aineiston analyysi	34
4.5	Luotettavuuden ja eettisyyden arviointia	39
5	TULOKSET	44
5.1	Kognitiivisten taitojen kehittyminen	45
5.2	Emotionaalisuuden ja tunnetaitojen kehitys	50
5.3	Mielenterveyden vahvistuminen	55
5.4	Sosiaalisuuden kokemuksen kehittyminen	60
5.5	Liikunnallisuuden lisääntyminen	65
5.6	Tulosten koonti ja kokemusten tarkastelua	68
6	POHDINTA	72
6.1	Kiinnittyminen yleiseen keskusteluun	72
6.2	Tutkimusprosessin arviointia	73
6.3	Jatkotutkimusaiheita	75
	LÄHTEET	77
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

Aikojen alusta saakka eläimet ovat kuuluneet ihmisen elämään ja eläinavusteisuudella voidaan nähdä olleen useita konkreettisia muotoja. Koirat ovat paimentaneet lammaslauvoja, kissat ovat pitäneet hiiret kurissa maalaistaloissa ja hevonen on vetänyt auraa ja rekiä ennen kuin traktori keksittiin. Erilaisia eläimiä on koulutettu toimimaan ihmisten tukena erilaisissa tilanteissa (Kinnunen & Nikkari 2017, 2270–2271), kuten avustaja-, opas-, kuulo- ja hypokoirina ja terapiaeläiminä. Koiria käytetään lisäksi sota- ja rajakoirina sekä poliisin ja tullin tukena, ja lapsia opetetaan lukemaan luku- ja koulukoerien kanssa. Ihmiset ovat olleet monin tavoin tekemisissä eläinten kanssa ja ihmisten ja eläinten pitkä yhteinen historia on tehnyt mielenkiintoiseksi tarkastella ihminen-eläinsuhteen yksilöllisesti koettuja merkityksiä.

Yliopisto-opinnoissa tarkasteltuani ihmisen kasvua, kehitystä ja oppimista kasvatustieteellisen, psykologisen ja sosiaalipedagogisen näkemyksen valossa koin merkitykselliseksi lähtyä tutkimaan yksilöiden omalle kasvulleen ja oppimiselleen antamiaan merkityksiä, joita oli kenties muodostunut eläinten kanssa toimiessa. Tarkoituksena oli saada vastauksia kysymykseen siitä, yhdistyykö eläimiin mahdollisesti ihmisenä kasvamiseen ja oppimiseen liittyviä ominaisuuksia, ja millaisia nämä eläinten koetut kasvattavat ja opettavat ominaisuudet voivat olla.

Ihminen-eläinsuhteen tiimoilta lähimmäksi ihmisen kasvua ja oppimista koskevaa tutkimustietoa löytyi pääasiassa eläinavusteisuuden puolelta. Ihmisen ja eläimen välisen vuorovaikutuksen merkitykselliseksi koettuja seurauksia on tieteellisesti käsitelty tutkimalla ihminen-eläinsuhteessa koettuja terveys ja hyvinvointivaikutuksia. Eläinavusteisuudesta on tehty mielenkiintoisia kansainvälisiä ja kotimaisia julkaisuja, joissa aihetta on käsitelty eri

konteksteissa. Eläinten merkityksiä ihminen-eläinsuhteessa on raportoitu muun muassa koskien erityistarpeita, mielenterveyttä ja mielenterveyden häiriöitä (Nimer & Lundahl 2007, 227), sekä koskien koettua fyysistä hyvinvointia (Miranda 2019, 174–175) ja koettua sosiaalista hyvinvointia (Melson & Fine 2015; Parish-Plass 2008; Gabriel 2016). Yksilöiden merkitykselliseksi tuntemia seurauksia eläimen kanssa vuorovaikuttaessa on voitu nähdä sekä terveytensä hyväksi tuntevilla, että erilaisia terveydellisiä tai mielenterveydellisiä haasteita kohtaavilla henkilöillä (Beetz, Uvnäs-Moberg, Julius & Kotrschal 2012, 1–15).

Tutkimuskirjallisuutta läpikäydessäni en löytänyt suoraan eläinten kanssa tapahtuvaa ihmisenä kasvamista kuvailevaa tietoa, mutta ajattelin eläinavusteisista interventioista saatujen yksilöiden merkityksenantojen ja asiantuntijoiden havaitsemien merkitysten (Wells 2009, 525; Beetz et al. 2012) olevan jollakin tavalla yhteydessä myös yksilölliseen ajatukseen ihmisenä kasvamisesta ja oppimisesta. Tutkimuksissa keskityttiin pääpainoisesti yksilöiden kokemuksiin välittömiin ja hetkellisiin, tai pidempiaikaisiin terveydellisiin hyötyihin, edistymiseen ja kokemuksiin oman hyvinvoinnin laadusta. Olisi ollut kiinnostavaa jos eläinavusteisuuden tutkimusten ohessa oltaisiin raportoitu myös yksilöiden henkilökohtaisesta minäkasvusta eläimen kanssa ja siitä miten eläin on mahdollisesti ollut yhteydessä hieman vaikeammin määriteltävissä oleviin, esimerkiksi yksilön ”sisäisiin”, ”minäkohtaisiin” ja ”henkisiin” merkityksiin, jotka poikkeavat välittömistä terveydellisistä hyödyistä ja joita on myös tutkittu vähemmän.

Tämä johtaa siihen ajatukseen, että tulisiko ihmisenä kasvamisen merkityksiä tutkia enemmän? Kun tullaan tietoisemmiksi yksilöllisesti koetuista ihmisenä kasvamisen ja oppimisen merkityksistä, voidaan löytää yksilöllisellä tavalla sopivia voimaannuttavia keinoja kasvun ja oppimisen tueksi. Oman tutkimukseni mielenkiintona ei ole tietyn ihmisryhmän kokemusten tutkiminen, joka koskisi erityisesti eläinavusteisuuteen yhdistyviä ajatuksia vaan tarkoituksena on ollut yleisesti lähteä tarkastelemaan ja keräämään aineistoa eläimiin yhdistyvistä mahdollisista kasvattavista ja opettavista ominaisuuksista. Tässä tutkielmassa keskitytään tarkastelemaan kasvun ja oppimisen merkityksiä pääasiassa ihmisiin tottuneiden eläinten kanssa, joka tarkoittaa vastaajien kuvauksia omasta ihmisenä kasvamisestaan ja oppimisestaan lemmikki- ja hoitoeläinten kanssa. Teoriaosuudessa on käsitelty myös eksoottisempia eläimiä tutkimuksellisessa yhteydessä. Pääpaino tässä tutkielmassa on yksilöllisesti koetussa ihmisenä kasvamisen näkökulmassa.

2 ELÄIMET KASVUN, KEHITYKSEN JA KUNTOUTUKSEN TUKENA

Ihmisen ja eläimen välisen yhteyden HAB (*Human–Animal Bond*) kiinnostavuus on lisääntynyt yleisessä keskustelussa viime vuosikymmeninä. Kiinnostuksen taustalla ovat olleet havainnot eläinten mahdollisuudesta edistää ihmisen terveyttä ja hyvinvointia (Handlin, Hydbring-Sandberg, Nilsson, Ejdebäck, Jansson & Uvnäs-Moberg 2011, 302; Fine & Beck 2015). Tätä ihmisen ja eläimen välistä kiinnostavaa suhdetta tarkastellaan seuraavien alalukujen avulla. Kiinnostuksen kohteena ovat erityisesti eläimiin yhdistyvät ihmisen hyvinvointia tukevat vaikutukset eläinavusteisissa interventioissa sekä yksilölähtöinen, luonnollinen ja turvallinen kokemus ihmisenä kasvamisesta.

2.1 Ihminen-eläinsuhteen tarkastelua

Suomessa eläinten merkitystä on tutkittu vaikeissa oloissa eläneiden lasten elämässä toisen maailman sodan jälkeisenä aikana 1945–1969. Suuri osa Suomen lapsista eli lapsuuttaan 1940- ja 1950-luvuilla maaseudulla, jossa luonto ja eläimet olivat keskeinen osa elämää. Omaelämäkerrallisesti kirjoitetun tutkimusaineiston perusteella Malisen (2011) mukaan turvattomissa oloissa kasvaneille lapsille eläimet ja luonto olivat poikkeuksellisen merkitseviä sekä turvaa ja lohtua tuoneita asioita. Turvallisen aikuissuhteen puuttuessa eläimet auttoivat lapsia useasti tunteiden säätelyssä. Eläinten lähellä lapset rauhoittuivat ja rentoutuivat. Lemmikeille lapset pystyivät kertomaan heille tärkeistä asioista ja myös murheistaan. Kotieläimistä huolehtiminen antoi merkityksen tunnetta sekä kokemusta tarpeellisuudesta. Turvallisissa oloissa eläneet lapset kokivat oman eläin- ja luontosuhteensa turvattomasti kasvaneita lapsia neutraalimmin ja enemmän työn näkökulmaan liittyen. (Malinen 2011, 31–32.)

Kaarlenkasken (2012) väitöstudkimuksessa karjanhoito ja lehmän osa nähdään tärkeänä kansakunnan rakentamisen ja kansallisen identiteetin osana. Karjanhoitoon yhdistettiin vahvasti suomalaisuutta kuvaavia piirteitä, kuten voimakastahtoisuutta, sisua ja selviytymistä vaikeista kokemuksista. Lehmien erityiseen osaan liittyi nimeäminen niiden luonteenpiirteiden ja yksilöllisten ominaisuuksien mukaan. (Kaarlenkaski 2012, 282, 320.) Aaltolan ja Oksasen (2002, 159) mukaan eläimeen kohdistuva lähtökohtainen kunnioittaminen perustuu ajatukseen eläinten yksilöllisyydestä. Kinnusen (2010) opinnäytetyössä todettiin suomenkarjan soveltuvan terapiakäyttöön totutettuna ja koulutettuna mainiosti niiden helposti lähestyttävän, kiltin ja uteliaan luonteen vuoksi. Kinnusen (2010) mukaan sopivia hoitomuotoja suomenkarjalle ovat niiden hoitaminen, turkin harjaaminen ja läheisyys, tai pelkästään suomenkarjan katseleminen ja niiden toiminnan seuraaminen.

Hevosen ja ihmisen suhteen muuttumista on tutkittu Leinosen (2013) väitöskirjassa Palvelijasta terapeutiksi. Ajallisesti kuvauksessa oli lukujen 1920–2000 välinen muutos hevosen nousemisesta palveluasetelmasta ymmärtäväksi ja kunnioitetuksi terapeutiksi. Kulttuurisen mallin perusteella on tunnistettu viisi erilaista hevoselle kuuluvaa roolia. Palvelijamalli on kuvaus ihmisen ja hevosen välisestä luottamuksellisesta suhteesta, jossa hevonen on perheenjäsen ja häntä hoidetaan hyvin. Kulttuurisen mallin mukaan konemallissa ihmisen suhde hevoseen kuvautuu työhön liittyvänä välinpitämättömänä asennoitumisena ja alisteisena suhteena hevoseen.

Kulttuurisesti koetussa sankarimallissa hevonen nähdään paljon kunnioitettuna sotahevosena, jonka urheutta ja uskollisuutta kunnioitetaan suuresti. Sodassa Suomenhevoset vertautuivat miehiin monin tavoin ja niiden sanottiin tekevän sodasta inhimillisemmän. Suomen itsenäisyyttä pidettiin osittain hevosten ansiona ja sodan jälkeisistä traumoista kärsiminen yhdisti sodasta palanneita miehiä ja hevosia. Hevosen ja ihmisen suhdetta kuvaileva suorittajamalli kuvastaa erityisesti urheilukäyttöön tarkoituksellisesti koulutettuja hevosia, joiden kanssa suunnataan kohti jatkuvaa kehitystä muun muassa ravi- tai ratsastusurheilussa. Tässä mallissa keskeistä on kilpailukykyisten hevosten valmentaminen ja hevosten arvo kilpailun välineenä. Viidennessä hevosiin liittyvässä kulttuurisessa terapeuttimallissa on kyse hevosen koetusta terapeuttisyydestä ja harrastehevosesta, jonka kanssa suhde perustuu erityisesti ymmärtämiseen ja vastavuoroiseen kohtaamiseen. Hevosta tulee ymmärtää ensin, että sen kanssa voi oppia

toimimaan hyvässä yhteistyössä. Ihmisen ja hevosen välinen luottamus on edellytyksenä hevosen käsittelyn onnistumiselle. (Leinonen 2013, 234–257.)

Lemmikkiterapian edelläkävijä Boris Levinson havaitsi eläinterapian merkityksen 1960-luvulla, kun hänen luokseen saapui poika jonka kanssa terapia ei vaikuttanut edistyvän lainkaan. Levinsonin koira Jingles oli mukana vastaanotolla. Jingles meni nuolemaan poikaa, jolloin häneen muodostui yhteys koiran kautta. Levinson huomasi näin eläinten käytön mahdollisuudet terapiatyössä. Tavoitteena oli eläimen toimiminen motivoijana lapselle, joka muutoin oli terapialle resistentti. (Parish-Plass 2008, 12; Melson & Fine 2015, 182.) Parish-Plass (2008) kuvaa eläinavusteisen terapian tarjoavan mahdollisuuksia hoitaa niitä lapsia, jotka ovat elämässään turvattomasti kiintyneitä. Hän sanoo eläimen läsnäolon tarjoavan rauhallisen ja vähemmän uhkaavan ilmapiirin hoidon onnistumiselle. Hän uskoo eläinavusteisen terapian toimivan lapsen sisäisen maailman katalysaattorina, jota voidaan tulkita sekä leikkimaailmassa että lapsen todellisessa maailmassa.

Parish-Plassin (2008) mukaan kriittisin hyöty on se, että hoitoeläin voi auttaa lasta jolla ei ole mitään syytä luottaa aikuisiin ja se voi myös mahdollistaa asiakkaan ja terapeutin välisen yhteyden rakentumisen. Lasten maailmassa eläimet ovat luonnollinen osa koettua ympäristöä kirjojen, lelujen, pelien ja tuttujen tai omien lemmikkien kautta. Lemmikit, villit eläimet ja eläinsatuhahmot voivat opettaa lapsille hoivaamista, toisista huolehtimista ja empatiaa. Tämä auttaa lapsen selviytymistä stressistä ja voi toimia myös vahvistaen lapsen tunteiden säätelyä ja tärkeitä itsesäätelytaitoja, sekä vähentää käytöshäiriöitä joidenkin lasten kohdalla. Eläimistä voi välittyä ihmiselle sosiaalisen tuen kokemuksia ja eläinten kanssa toimiessa voidaan parantaa fyysistä aktiivisuutta ja tukea lapsen mielenteorian kehittymistä. (Melson & Fine 2015, 180; Parish-Plass 2008, 13–15.)

Ihmisillä kuvataan olleen luontainen suhde myös delfiinien kanssa. Delfiinit nähdään Rollinsin (2011, 105) mukaan erityisen myötätuntoisina eläiminä. Delfiinit suojelevat toisiaan ja auttavat hukkumaisillaan olevia jäseniään. Ne ovat pelastaneet myös ihmisiä hukkumasta. Antonioli ja Reveley (2005) raportoivat havainnoista joissa delfiinien on huomattu osoittavan erityistä sensitiivisyyttä avun tarpeessa olevia kohtaan silloin, kun he eivät ole kouluttajan kontrollin alaisina. Lisäksi delfiinien vuorovaikutuksen on huomattu olevan erilaista sairaan ihmisen kohdalla kuin yleensä terveitä ihmisiä kohdattaessa. Antoniolin ja Reveleyn (2005, 1233) masennuksen hoitoa koskevassa tutkimuksessa

vertailtiin luontoterapian ja eläinterapian koettuja vaikutuksia, ja eläimellä todettiin olevan tutkimushenkilöihin vahvempaa kokemuksellista vaikutusta kuin pelkästään luontoterapialla. Hoito helpotti masennuksen oireita jo kahden viikon hoidon jälkeen, kun tavanomaisessa terapiassa tai lääkehoidossa oireet yleensä paranevat huomattavasti vasta neljän viikon kuluttua. Delfiinterapia voikin yksilöittäin vaihdellen olla Antoniolin ja Reveleyn (2005, 1231–1234) mukaan tehokasta lievän ja keskivaikean masennuksen hoidossa, sillä se perustuu kokonaisvaltaiseen lähestymistapaan vuorovaikutuksessa luonnonelementtien kanssa. On kuitenkin syytä huomata, että tutkimuksessa oli kyse tutkimukseen osallistuneiden subjektiivisesti koetuista vaikutuksista eikä yleisellä tasolla tehdyistä havainnoista.

2.2 Yhteisesti jaettu sosiaalinen todellisuus

Ihmisten sosiaalisuuden luonnetta ja merkitystä pohtien voidaan kriittisesti tarkastella, onko sosiaalisuus olemassa vain ihmisten välillä? Eläimet ovat lajista toiseen vaihdellen enemmän tai vähemmän sosiaalisia olentoja, joiden toiminta on yhteydessä ihmisen kanssa jaettuun ja ymmärrettyyn sosiaalisuuteen. (Tipper 2011, 147, 161.) Ihmistieteen ja eläintutkimuksen kentällä ihmisen ja eläimen välinen suhde on sosiaalisesti sijoitettu yhteiskunnan sosiaalisuuden rakenteisiin. Tämän vuoksi ihmisten eläinkäsityksissä voidaan erottaa vaihtelua eri kulttuurien välillä. Yhteiskunnan ajan ja rakenteiden kulttuuris-historialliset näkemykset värittävät myös näitä kokemuksia ymmärretyistä eläinkäsityksistä. (Tipper 2011, 147, 149; Jegatheesan 2015a, 37.)

Charlesin (2014) havainnon mukaan nykyajan posthumanistiset talouskunnat näkevät aikaisempaa vahvemmin eläimet tärkeänä osana kotitaloutta ja perhemallia. Suhteet eläimiin voidaan kokea vakaampina ja kestävämpinä kuin ihmissuhteet, ja eläinsuhde voi Charlesin mukaan olla laadultaan vertaansa vailla perhesuhteisiin rinnastettuna. (Charles 2014, 726.) Englannissa ihmissuhteita tarkastelleen ”Kuka on tärkeä” -tutkimuksen perusteella noin viidestäkymmenestä 7–12-vuotiaasta haastatellusta lapsesta 90 % kuvasi eläintä jonka tunsi, tai oli tavannut. Eläinten merkitys lapsille oli huomattavan suurta. Kuvailussa oli lasten aikaisempia ja nykyisiä lemmikkejä, jotka olivat heidän ystäviään, sukulaisiaan ja naapureitaan. Ne olivat paikallisia eläimiä pelloilla ja lomalla tavattuja eksoottisia eläimiä, kuten apinoita, elefantteja, pyhiä lemmiä ja kananpoikia. (Tipper 2011, 150.)

Morrow (1998) tutkimuksessa perhe- ja eläinsuhteita tarkasteltiin 8–14-vuotiailla kouluikäisillä lapsilla Cambridgelerin kouluista. Tutkimuskäyntejä tehtiin kouluihin, joista 54 % oli kyläkouluja ja 46 % kouluista sijoittui kaupunkialueelle. Tutkimuksessa oli mukana 163 lasta ja useita etniseltä taustaltaan erilaisia yksilöitä. Tutkimuksesta saadut tulokset osoittivat että eläimet olivat lapsille ikään kuin heidän itsensä jatke, ja niitä kohdeltiin tavalla jolla itsekin halusi tulla kohdelluksi. Lemmikkieläimiä pidettiin lasten mukaan myös tärkeinä koska ne ovat pehmeitä, söpöjä, erityisiä ja koska ne elävät samassa kodissa, ja koska ne ovat rakastettuja. Lemmikkieläin on tutkimukseen osallistuneiden lasten mielestä hyvä kuuntelija, jolle voi kertoa salaisuuksia. Lemmikkieläimen kanssa voi viettää aikaa ja sitä voi hoivata. Tällainen toiminta voi edistää monella tavalla lapsen psyykeen kehittymistä ja olla tärkeä osa emotionaalista kehitystä ja minäkasvua. (Morrow 1998, 221.) Mielenkiintoista tässä tutkimuksessa oli, että kukaan 44 haastatelluista pakistanilaisista lapsista ei maininnut eläintä. Tämä tuo esiin näkemyksen lapsuuden sosiaalis-konstruktiiivisesta luonteesta ja eri yhteiskuntien yhteisöjen toisilleen siirtämistä sisäisistä malleista, eli skeemoista koskien arvoihin ja perhemalleihin liittyviä käsityksiä ja ajatuksia ihminen-eläinsuhteesta. (Morrow 1998, 219, 224.)

Lasten suhdetta eläimiin on tutkittu myös muun muassa Ribin, Yokoyaman ja Turnerin (2008) tutkimuksessa. Tässä tutkimuksessa koiran ja robotin merkitystä tutkittiin 3-6-vuotiailla päiväkotia ja esikouluikäisillä lapsilla. Tutkimuksen mukaan neljästätoista lapsesta kymmenen piti miellyttävänä oikeaa koira, kolme piti molemmista ja yksi piti parempana robottikoira AIBOa. (Ribi et al. 2008, 252.) Tulos ei välttämättä ole yllättävä sillä eläimen pehmeys, lämpö, läheisyys ja koskettaminen voivat tuntua ihmisen mieltä ja kehoa rauhoittavilta (Miranda 2019, 171; Morrow 1998).

Mannheimin mukaan ihmistieteet ovat sosiaalisen ympäröivän kulttuurin määrittämiä, joissa erilaiset ideologiat osaltaan vääristävät todellisuutta. Tämä voi liittyä myös Foucaultin kuvaamien ajassa vaikuttavien tiedon syvärakenteiden, eli episteemien auktoriteettiin ohjata kulttuurista diskurssia määrätynlaiseksi. (Raatikainen 2004, 57.) Latourin ja Woolgarin ajattelussa korostuu sosiaalisen konstruktion luonne ja he kuvaavat, että tieto ja ymmärrys rakentuvat sosiaalisesti eli yhteisöllisesti ja sanovat myös ”tosiasioiden”, eli keskeisinä pidettyjen näkökohtien ja ajatusmallien konstruoituvan sosiaalisesti. (Raatikainen 2004, 62–63.) Tämä sosiaalisesti tapahtuva sosiaalisen todellisuuden rakentuminen on näin yhteydessä kulttuurisiin näkemyksiin ihmisten ja eläinten välisen suhteen luonteesta. Sosiaalisessa

todellisuudessa on eroja yhteiskuntien välillä siinä, millaisina eläimet nähdään tai miten niihin suhtaudutaan. Eläimiin on yhdistetty eri kulttuureissa myös erilaisia uskomuksia. Joitakin eläimiä on pidetty viestintuojina ja voimaeläiminä (Suni 1998, 168; Tukiainen & Frey 2018), eläimiä on horoskoopeissa ja niiden kuvioita on etsitty tähdistöstä. Serpell (2010, 14) on kuvannut historiallisessa ajassa uskottuja näkemyksiä koirien kyvystä parantaa sairauksia nuolemalla kielellään. On olemassa myös erilaisia eläinkuiskaajia ja kommunikoijia, jotka sanovat pystyvänsä keskustelemaan eläinten kanssa (Myers 1998). Rossi ja Lundvall (2018, 201) kuvaavat sanatonta vuorovaikutusta kehollisuudesta kumpuavaksi toiminnaksi.

Voiko keskustelu puhumattomien eläinten kanssa sitten olla sosiaalista vuorovaikutusta tai sosiaaliseen vaihtoon perustuvaa kommunikointia ja kohtaamista, ja miten se voi vaikuttaa mahdollisesti ihmisen kokemukseen yksilönä kasvamisesta? Onko eläinten ”hiljaisuus” sanattomuutta vai tapa ilmaista olemassaoloaan niille luonnollisella tavalla? Tämän huomaaminen vaatii taitoa kohdata eläin sille luonnollisessa olotilassa. Aivan kuten meidän tarvitsee kohdata jokainen ihminen hänelle sopivalla tavalla. Puhutaan sosiaalisesta askelten yhteen sovittamisesta, jossa rakentuu mahdollisuus voimaannuttavalle kohtaamiselle. Tämä voi olla vaikea taito joillekin ihmisille, mutta vaikuttaa tulevan kuin luonnostaan useiden eläinten ja lemmikkien taholta. Eläinten kyvystä toisinaan rauhoittaa ja pysähdyttää ihmisiä heidän hektisyydessään (Wilson & Barker 2003) voidaan nähdä, että eläinten ja ihmisten väliin voi muodostua sosiaalisen kohtaamisen paikka tai tila, jossa ihminen voi tuntea tulevansa kohdatuksi.

2.3 Eläinavusteisuus ja kuntouttavat vaikutukset

Wells (2009) kuvaa eläimillä olevan ihmisen hyvinvointiin lyhyellä ja pitkällä aikavälillä vaikuttavia myönteisiä ominaisuuksia. Suorat vaikutukset liittyvät pelkästään eläimen läsnä olemiseen joka näkyy ihmisillä vähentyneinä autonomisina stressireaktioina, kuten sydämen syketiheyden ja verenpaineen alentumisena. Pitkällä aikavälillä eläimillä voi olla ihmiseen kohdistuvia myös pitkäaikaisia ”terapeuttisia” vaikutuksia, jotka estävät sairastumasta. Eläimet voivat olla mukana tukemassa yksilön fyysisessä kuntoutumisessa ja vahvistamassa henkisen kasvun prosessia. Eläimiin voi Wellsin mukaan yhdistyä myös ihmisen psykologista hyvinvointia edistäviä vaikutuksia. (Wells 2009, 525.)

Eläinavusteisella toiminnalla on todettu olevan hyvinvointia tukevia vaikutuksia eri ikäisten ihmisten kanssa toimiessa. Eläinavusteisesta työskentelystä on määritelty erilaisia toimintamuotoja (Jegatheesan 2015b; Fine, Tedechi & Elvove 2015, 23), joiden vaatimuksissa, toteutuksellisuudessa ja sisällöissä voidaan nähdä eroavaisuuksia. Eläinavusteinen työskentely voi olla ammatillisesti strukturoitua, muodollista ja tavoiteorientoitunutta interventiota tai vapaaehtoisuuteen perustuvaa eläinavusteista toimintaa, jonka ydinajatuksena on ihmisen hyvinvointia edistävä toiminta, jossa eläin on ihmisen mukana toimintaprosessissa. Freund, McCune, Esposito, Gee ja McCardle (2016) sekä Jegatheesan (2015b) ovat kuvanneet eläinavusteisuuden sisältyvien käsitteiden merkityksiä seuraavasti:

- ❖ AAI (*Animal-Assisted-Intervention*)
- ❖ AAT¹ (*Animal-Assisted (psycho) -Therapy*)
- ❖ AAA² (*Animal-Assisted-Activity*)
- ❖ AAE³ (*Animal-Assisted (Special) Education/Pedagogy*)
- ❖ AASW (*Animal-Assisted Social Work*)

IAHAIO⁴:n määritelmän mukaan AAI (*eläinavusteinen interventio*) nähdään eläinavusteisen työskentelyn kattokäsitteenä joka voi olla terapeuttisesti, toiminnallisesti tai opetuksellisesti orientoitunutta hyvinvointia edistävää toimintaa, jossa eläin otetaan mukaan toimintaprosessiin. AAT (*eläinavusteinen terapia*) on tavoitteellista, muodollista ja strategista toimintaa joka tähtää ihmisen fyysisen, sosioemotionaalisen ja/tai kognitiivisen toiminnan parantamiseen kuntoutusprosessissa, jossa terapiaeläin on mukana hoitoprosessissa koulutetun ammattilaisen kanssa. AAE (*eläinavusteinen kasvatustyö*) on kasvatuksellisesti ja koulutuksellisesti suunniteltu tavoitteellinen interventio esimerkiksi erityis- tai koululuokassa tapahtuva eläimen vierailu ja lukukoiratoiminta, jonka painopisteinä ovat kognitiivisten ja sosiaalisten taitojen vahvistaminen. AAA (*eläinavusteinen toiminta*) on vapaaehtoisuuteen perustuvaa eläinavusteista toimintaa, joka voi olla yhdistysten järjestämiä sosiaalisia vierailuja eri laitoksissa eläimen kanssa. AASW (*eläinavusteinen sosiaalityö*) on eläinavusteista tavoitteellista ja suunnitelmallista

¹ Psykoterapia, sosiaalityö, fysioterapia, puheterapia

² Kriisityö, sairaalavierailut, hoitokotivierailut, riskiryhmien nuorisotyö

³ Lukuopetus, kasvatustyö

⁴ The International Association of Human–Animal Interaction Organizations

sosiaalityötä, jota voivat toteuttaa Valviran hyväksymät sosiaalihuollon henkilöt. (Keteliini terapiakoulutus 2019; Freund, McCune, Esposito, Gee & McCardle 2016, 4; Jegatheesan 2015b, 416.)

Beetz et al. (2012) tarkastelivat 69 ihmisen ja eläimen välistä vuorovaikutusta, HAI (*Human-Animal Interaction*) koskevaa tutkimukselle asetettuja kriteerejä täyttävää tutkimusta. Tutkimuksessa oli mukana eri ikäisiä ihmisiä, joilla oli tai ei ollut käytössä olevia lääkityksiä, ja joilla oli tai ei ollut mielenterveydellisiä ongelmia. Tarkastelussa havaittiin HAI:n vaikuttavan positiivisella tavalla mielialaan ja sosiaaliseen käyttäytymiseen vähentämällä koettua pelon ja ahdistuksen tunnetta sekä vaikuttavan myös stressitasoihin muun muassa alentaen kortisolia, sydämen sykettä ja verenpainetta. HAI oli siis yhteydessä myönteiseen psyykkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin. Koettuja vaikutuksia ilmeni myös lisääntyneessä luottamuksessa toisiin ihmisiin, sekä vähentyneessä aggressiivisuuden tunteessa. HAI vahvisti myös tutkimuksen mukaan empatiaa ja paransi oppimista. (Beetz et al. 2012, 1–15.)

Nimerin ja Lundahlin (2007, 225) meta-analyysissä oli arvioitavana 250 eläinavusteisesta terapiasta julkaistua tutkimusta, joista 49 täytti tutkimukselle asetetut arviointiperusteet ja valittiin käsittelyyn. Myönteisiä vaikutuksia raportoitiin neljällä eri alueella koskien autismitieteen häiriöitä, käyttäytymisen ongelmia, somaattisia sairauksia ja psyykkisiä häiriöitä. (Nimer & Lundahl 2007, 227). Tutkimusten vaikuttavuudessa ei todettu eroavuutta vertailuryhmän ja ilman vertailuryhmää olevien tutkimustulosten välillä. Tämä kertoo tulosten luotettavuudesta, vahvistuen näin Nimerin ja Lundahlin (2007, 234) mukaan kaikkien arvioitujen tutkimusten tulokset eläinavusteisesta terapiasta oikein arvioituiksi.

Eläinavusteisten interventioiden eli AAI:n tutkimukset ovat todentaneet eläin-ihmisvuorovaikutteisuuden vähentäneen esimerkiksi koettuja ahdistuksen ja masennuksen oireita sekä vahvistaneen yksilöiden kokemaa itsetuntoa ja sosiaalista kyvykkyyttä (Beetz et al. 2012). Tutkimustuloksissa on tärkeää huomioida, että AAI:n koetut vaikutukset ovat tutkimuksiin osallistuneiden subjektiivisia kokemuksia, joiden perusteella ei kuitenkaan voida tehdä kattavia yleistyksiä. Eräässä tutkimuksessa tutkittiin eläinavusteisen toiminnan terapeuttisten vaikutusten arviointia psykiatrisilla potilailla. Tutkimus toteutettiin Norjassa, joka on Euroopan maiden kärjessä kiinnostuksellaan AAI:stä ja Green Care -toiminnasta. (Berget & Grepperud 2011, 94.) Norjalaisten psykiatrien ja psykologien mukaan koirien

käyttö AAT:ssä hyödytti vahvasti ahdistuneisuushäiriöistä kärsiviä yksilöitä. Eläinavusteisen terapian hyödyllisyys vaihteli eri häiriöiden välillä.

Bergetin ja Grepperudin (2011) tutkimuksessa oli listattuna 7 erilaista mielenterveyden häiriötä. Eläinavusteisen terapian koetut vaikutukset näkyivät muun muassa lisääntyneenä kykyinä kommunikoida toisten henkilöiden kanssa ja lisääntyneenä luottamuksena, sekä parempana selviytymiskykenä arkielämässä. Tutkimuksen mukaan eniten eläinavusteisesta terapiasta hyötyivät kehitysvammaiset potilaat. Kiinnostava havainto tehtiin myös siitä, että naisterapeuttien subjektiivisesti koetut uskomukset AAI:n myönteisistä vaikutuksista erosivat miesterapeuttien kokemuksista (Berget & Grepperud 2011, 91–94). Mielekästä olisi tutkia maatilaeläinten ja lemmikkien koettujen merkitysten vaihtelua yksilön tunteisiin, kyvykkyyteen, sosiaalisuuteen ja selviytymiseen. Kiinnostava aihe on myös uskomusten vaihtelevuus tutkittaessa farmieläinten ja lemmikkieläinten vaikutusta ihmiseen. Lisäksi AAI:n erilaisten kombinaatioiden vaikutusten selvittäminen kuntoutuksessa tarvitsee Bergetin ja Grepperudin (2011, 95) mukaan lisää tutkimusta. Seuraavaksi käsitellään ihmisenä kasvamisen kokemukseen yhdistyvää minäkasvua ja eläinavusteisuudesta seuranneita psykofyysisiä, sosiaalisia ja emotionaalisia yksilöllisesti koettuja merkityksiä.

2.4 Ihmisenä kasvamisen ja oppimisen yksilöllinen merkitys

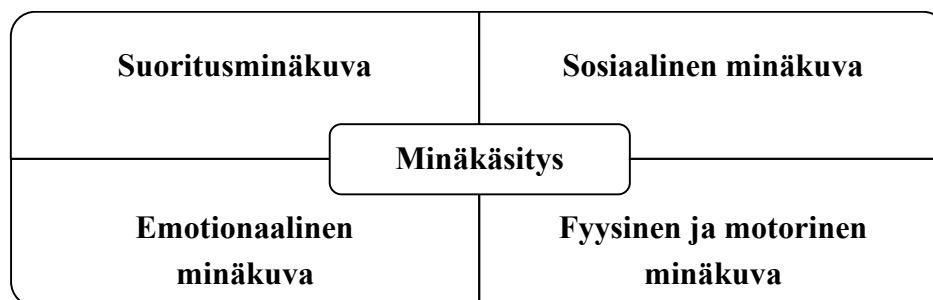
Minäkuva ja minäkäsitys voidaan pitää toistensa synonyymeina. Minäkäsitys (*self-concept*) tarkoittaa yksilöllä olevaa käsitystä itsestään, eli siitä millainen hän on. Minäkäsityksen voidaan ajatella muodostuvan joukosta erilaisia minäkuvia (*self-beliefs*), joita yksilöllä on itsestään. Minäkuvilla tarkoitetaan omaan itseen yhdistyviä asenteita, uskomuksia ja mielikuvia. Minäkuva on myös muovautuva osa yksilön identiteettiä. (Aho 1996, 9.) Minäkuva merkitsee subjektiivista näkökulmaa ja ajatusta itsestä yksilönä, joka määrittää myös hyvinvointia ja ihmissuhteita (American Psychological Association 2013, 388). Myönteinen minäkäsitys on luottamusta omaan toimintaan sekä uskoa elämän hallittavuuteen. (Herrala, Kahrola & Sandström 2008, 42.)

Vuorinen (1998, 50) on kuvannut minäkäsitystä minuuden tasoksi, jolla itseä arvioidaan. Se on Vuorisen mukaan tietoisuuden taso, jossa henkilökohtaisesti koetaan itseen kohdistuvat myönteiset ja kielteiset emootiot. Identiteetti taas on kokemusta omista yksilöllisistä

piirteistä, joihin kuuluvat persoonalliset ominaisuudet ja taipumukset. Kokemus omasta identiteetistä liittyy myös siihen ryhmään, johon yksilö kuuluu tai mielletään kuuluvaksi. Tällaisia ”ryhmiä” ovat esimerkiksi kansalaisuus, sukupuoli, ikä ja ammatti. (Nurmi, Ahonen, Lyytinen, Lyytinen, Pulkkinen & Ruoppila 2009, 143–144.) Ihminen voidaan ajatella ulkoa katsottuna persoonallisuudeksi ja sisältä koettuna minäksi.

Aho (1996) on luokitellut ihmisen minäkuvaan kuuluvaksi neljä erilaista muotoa (Kuvio 1). Suoritusminäkuva on yksilöllä oleva kognitiivinen käsitys itsestään, johon voi liittyä arviointia omasta oppimisesta, ahkeruudesta, harkitsevuudesta ja älykkyydestä. Sosiaalisella minäkuvalla tarkoitetaan yksilön kokemaa asemaa ja roolia erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa, jotka muodostuvat osaksi minäkäsitystä. Emotionaaliseen minäkuvaan sisältyvät muun muassa yksilön käsitykset omasta henkisestä olemuksestaan, luonteestaan ja tunteistaan. Emotionaaliseen minäkäsitykseen kuuluvat esimerkiksi ajatukset omasta tunteellisuudesta, empaattisuudesta ja herkkyydestä. Fyysinen ja motorinen minäkuva sisältää ajatukset omasta kehosta, ulkonäöstä, motorisista taidoista ja terveydestä. (Aho 1996, 18–19.)

KUVIO 1. Minäkäsitykseen vaikuttavat minäkuvan osa-alueet (Aho 1996)



Saresman (2007, 106) mukaan ihmisen minä konstruoituu elämänsä jatkumossa prosessiluonteisena subjektina, eli yksilön kokemus omasta minuudesta voi kehittyä elämän aikana. Tätä voidaan kuvata minäkasvun käsitteellä joka pitää sisällään yksilön ajatusten kehittymisen suhteessa omaan itseen (minäkäsitys), ja siihen millaisena hän näkee, kokee ja ymmärtää itsensä. Elämän aikana kohdatut ja opitut asiat voivat ohjata minäkasvua ja rakentaa yksilön minää tietynlaiseksi. Tästä johtuen onkin mielenkiintoista tarkastella eläinten merkitystä yksilön minäkasvulle. Mead (1962, 135) puhui peilaamisen teoriassaan yksilön muodostavan käsitystä itsestään toisten kautta tapahtuvan sosiaalisen peilaamisen avulla, samaistuen myös kuuluvaksi jonkin ryhmän jäseneksi. Sosiaalisella peilauksella

tarkoitetaan tunnistetuksi ja kohdatuksi tulon vaihtokauppaa eri yksilöiden välillä. Se on oman itsen tunnistamista toisen katseessa, joka perustuu Idmanin (2004, 2025) mukaan varhaisiin peilauskokemuksiin.

Tässä tutkielmassa puhuessani ihmisenä kasvamisesta ja oppimisesta tarkoitan yksilön minäkasvussa muodostuneita ajatuksia ja kokemuksia omasta ihmisenä kasvamisestaan. Jokaisen henkilön kuvaama kokemus ihmisenä kasvamisesta ja oppimisesta on yksilöllinen tapahtumakulku, jossa yksilöt itse määrittelevät oman kokemuksensa siitä mitä ihmisenä kasvaminen heille tarkoittaa, tai on tarkoittanut. Seuraavaksi tarkastelen yksilölliseen ihmisenä kasvamiseen ja oppimiseen yhdistyviä psyykkisiä, fyysisiä, sosiaalisia ja emotionaalisia merkityksiä, joita eläinavusteisuudesta on muun muassa seurannut.

2.4.1 Eläimen merkitys yksilön minäkasvuun

Tökkärin (2018, 65) mukaan kokemusta voidaan kuvata merkityssuhteena, joka syntyy kun yksilön tajunta suuntautuu kohteeseen joka alkaa merkitä yksilölle jotain. Rossin ja Lundvallin (2018, 192) mukaan kokemus voi olla sanallisesti tai kehollisesti ilmaistua merkityksellistä suhdetta johonkin. Kokemus voidaan ymmärtää faktoista erillisenä subjektiivisena oletuksena tai tuntumana, jota strukturoi myös yksilöllä olevat ennakkokäsitykset. Kokemus voidaan ymmärtää lisäksi intersubjektiivisesti jaetun ja yhteisen todellisuuden kohtaamisena, ja yksilön omien käsitysten testaamisena suhteessa siihen. (Backman 2018, 26–27.) Kokeminen ei ole Backmanin mukaan objektiivisen datan rekisteröintiä vaan todellisuuden ja ennakkokäsitysten välistä jaettua ja elävää vuorovaikutusta, joka tapahtuu yhteisessä kontekstissa (Backman 2018, 27). Backmanin mukaan todelliseksi todellisuuskokemuksen tekee sen yhteisöllisesti jakaminen:

Todellisuus kohdataan yhteisöllisessä viitekehyksessä, jolloin sitä yhtäältä aina värittävät yhteisön jakamat ennakkokäsitykset, mutta toisaalta juuri todellisuuden yhteisyys, mahdollisuus jakaa oma kokemus toisten kanssa ja löytää yhteistä ”kokemuspintaa”, antaa mahdollisuuden päästä yhteisymmärrykseen tosiasioista ja tarkistaa ennakkokäsityksiä suhteessa niihin. (Backman 2018, 27.)

Yksilön kokemus omasta kasvustaan ja oppimisestaan eläimen kanssa on aina ainutlaatuinen, joka tapahtuu yhteiskunnallisesti jaettujen ihminen-eläinsuhde näkemysten viitekehyksessä. Vaikka yhteiskunnallisesti ei olisi laajaa tietoa eläinten kasvattavuudesta

tai opettavuudesta, niin se ei vähennä yksittäisten ihmisten kokemusten merkitystä, vaan osoittaa että asiaa pitäisi tutkia enemmän. Rossi ja Lundvall (2018) esimerkiksi kuvaavat, että sosiaalipedagogista hevostoimintaa on hyödynnetty sosiaali- ja terveystalveissa ihmisen fyysisen ja psyykkisen kuntouksen tukena jossa hevosen merkitys ennaltaehkäisevässä ja kuntouttavassa hoitotyössä on tunnustettu, vaikka toiminnan vaikuttavuuden mekanismien tutkiminen on vielä puutteellista. Heiskanen on myös kuvannut sosiaalipedagogisen hevostoiminnan myönteisiä vaikutuksia, ja muun muassa hevosen terapeuttisuutta (Ilanmaa 2019). Rossin ja Lundvallin (2018, 194) mukaan Suomessa esihenkilövalmennuksessa ja työelämän kehittämisessä hevonen–ihminen-vuorovaikutussuhteeseen perustuva toiminta on vasta käynnistymässä.

Esihenkilöille kohdistetussa hevosavusteisessa valmennuksessa osallistujat olivat oppineet ymmärtämään paremmin työyhteisössä tapahtuvien muutosten vaikutusta työntekijöihin, havainnoimalla hevosten laumakäyttäytymistä. He olivat oppineet myös sen, miten innostus ja ilo voivat syntyä työyhteisön sisällä. Tämä opittiin juoksemalla ryhmissä ja seuraamalla, miten hevonen ensin tilannetta seurattuaan liittyi sitten ihmisten mukaan juoksentelemaan. Myös epävarmuuden ja epäluottamuksen tunteen tarttumisesta opittiin, kun hevosta arasteleva henkilö sai hevosenkin tuntemaan epäluottamusta ihmistä kohtaan. Läsnaolemista opittiin kun hevosen huomattiin kokevan kiinnostuksen puutetta ja lähtevän pois tilanteesta, jossa vuorovaikutukseen ei keskitytty kunnolla. (Rossi & Lundvall 2018, 193–196, 200.) Myös Sutherland (2008) on kuvannut kirjassaan Shamu-valaan tuomia oppeja eläinten koulutuksen yhteydessä.

Useiden eläinten voidaan nähdä ikään kuin ”vahvistavan” ihmisen kokemaa sosiaalisuutta (Melson & Fine 2015; Collin-Kaajala 2013; Kahilaniemi 2016, 15). Eläinten kanssa toteutettavassa hyvinvointia tukevassa toiminnassa, kuntoutuksessa ja terapiassa kasvun ja edistyksen tarkasteluun sisältyy kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin vahvistamisen prosessit: fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen kehityksen ulottuvuudet. Honkasen (2013) pro gradu tutkielman tulosten mukaan eläimiin voidaan yhdistää ihmisen kasvulle merkitykselliseksi koettuja fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen ulottuvuuden kokemuksia. Rauhala (2015, 32, 58) tarkoittaa holistisella ihmiskäsityksellä ihmisen tarkastelun kokonaisvaltaista huomiointia, jossa ihmiseen ymmärretään kuuluvaksi useita eri puolia, jotka ovat kiinteässä ja tärkeässä yhteydessä toisiinsa. Rauhalan näkemys ihmisen holistisuudesta jakautuu tajunnallisuuteen, kehollisuuteen ja situationaalisuuteen jotka ovat vahvasti toisiinsa

kietoutuneita, ja joille on ominaista looginen samanaikaisuus. Palola (2013) kuvaa eläimen kohtaamisen voivan kehittää vuorovaikutustaitoja, oman arvon kokemusta, osallisuutta ja turvallisuuden tunnetta joka kuvaa Rauhalan (2005, 45) esittämää yksilön holistisuuteen, eli kokonaisvaltaisuuteen liittyvää tajunallisuutta. Eläimen hoitaminen ja sen kanssa liikkuminen voivat vahvistaa motoriikkaa, kehollisuutta ja elämyksellisyyttä, jota Rauhala (2005, 45) on kuvaillut ihmisen holistisuuden keholliseksi puoleksi. Eläinten ja niiden ympäristön aistiminen voi aktivoida myös erilaisten tunteiden kokemista, ilmaisemista ja ymmärtämistä. Eläimen ja ihmisen suhde voi Palolan mukaan herkistää erityisillä tavoilla, jotka kaikki vaikuttavat ihmisen yksilölliseen kasvuun ja oppimiseen. (Palola 2013, 164–166.)

Ihmistieteen kentällä ihmistä lähestytään ja tutkitaan kokonaisvaltaisesti eli holistisesti. Eläinten koettuja vaikutuksia voidaan tarkastella kokonaisvaltaisen kasvun, kehityksen ja hyvinvoinnin kannalta, jossa eläin otetaan ohjaajan mukaan fyysisen, psyykkisen ja/tai sosiaalisen kuntoutuksen prosessiin. Hilpelän (1998, 10) mukaan kasvatusta on toimintaa, jonka tarkoitus on tukea suotuisaa kehitystä ja jonka avulla tuetaan myös kokemusta onnellisuudesta. Eläinavusteisissa interventioissa jokaisen yksilön situationaalisuus eli elämäntilanne on aina yksilöllisesti rakentunutta, jolloin on tärkeää pyrkiä ymmärtämään yksilöllisiä lähtökohtia. Jokainen ihminen on erilaisten osien muodostama kokonaisuus.

Osalla yksilöistä voi myös olla rajoitteita jolloin eläinten kanssa toimiminen ei onnistu. Tällaisia rajoituksia voi muodostua muun muassa mahdollisista allergioista, peloista tai siitä ettei erityisemmin pidä eläinten läheisyydestä. Eläinavusteiset interventiot voivat olla hyvin toimivia, jos ne ovat olleet yksilön toiveena. Seuraavaksi kuvailen eläinten merkityksiä ihmisen psyykkiselle, fyysiselle ja sosiaaliselle kasvulle ja hyvinvoinnille. Valtaosa näistä raportoiduista merkityksistä perustuu eläinavusteisista interventioista välittyneisiin subjektiivisiin kokemuksiin ja ajatuksiin.

Eläimen merkitys yksilön psyykkiseen kasvuun ja hyvinvointiin

Maatilaeläinten osuus terapiakäytössä on ollut kasvavan kiinnostuksen kohteena. Kosketukset luontoon ja kotieläimiin voivat Salovuoren (2014, 68–70) ja Bergetin ja Grepperudin (2011, 95) mukaan parantaa yksilön kokemaa psykologista hyvinvointia vähentämällä jo olemassa olevia stressitasoja, kohottamalla mielialaa ja tarjoamalla

korjaavaa ympäristöä ja suojaa myös myöhempiä stressitekijöitä vastaan. Vuonna 2007 Suomessa perustettiin Alpakka Laama Terapia, ALAT. Alpakat ja laamat ovat kiinnostuneita ihmisistä, mutta sallivat myös ihmisen ottaa kontaktia mikä on hyvä piirre varovaisempien ja kontaktihäiriöisten henkilöiden kohdalla, Collin-Kaajala (2013) kuvailee. Aasi on ollut ihmisen tukena jo monia vuosikymmeniä ja ihmiseen totutettuna ja eläinavusteiseen interventioon koulutettuna hyvin pelkoa hallitseva, luotettava ja rauhallinen eläin. Aasia on luonnehdittu itsevarmemmaksi kuin hevosta, koska sillä ei ole pakoeläimen vaistoja. (Salmela 2013b, 125.) Si-terapiassa (*sensorinen integraatio*), eli aistitiedon jäsentymisen tukemisessa alpakoiden ja laamojen villan pehmeys ja koskettaminen voivat auttaa oppimaan aistimusten säätelyn harjoittelua. (Collin-Kaajala 2013, 108, 119.)

Masennuksen hoidon tueksi koulutetun sopivan eläimen rauhallisuus voi saada laumaan tulijan tuntemaan olonsa hyväksytyksi (Collin-Kaajala 2013, 118). Suomen Karva-Kavereissa virallisena terapiaeläimenä toimii myös villasika Mikko, joka kiertää erilaisissa hoitokodeissa keräilemässä silityksiä ja kuuntelemassa ihmisten jutustelua. Hoitokotien asukkien mukaan terapiaeläimen vierailu on heille viikon kohokohta ja päivien piristysruiske. (Fogelholm 2013.) Kasvatusalalla koiria työskentelee myös koulujen erityisluokissa ja lastensuojelulaitoksissa (Kihlström-Lehtonen 2013, 89). Lasten ja nuorten psyykkisen oireilun haasteena on usein voimakkaan aggression säätelyn vaikeudet. Sairaalakouluissa lastenpsykiatrisella osastolla koira-avusteinen toiminta on ollut tukea välittävä muoto muun muassa bipolaarihäiriöisillä lapsilla näkyen tunne-elämän herkkinä ilmauksina ja hellyytenä eläintä kohtaan. (Jokela 2013, 199.)

Delfiinterapiaa, DAT (*Dolphin-Assisted Therapy*) on esitetty (Williamson 2008) avuksi kliinisessä masennuksessa, puheen kehityksen tukena, Downin syndroomassa, ASD:ssa, AIDS:ssa sekä sokean ja syöpää sairastavien tukena. DAT -toiminnan tulokset kaipaavat kuitenkin lisää tutkimusta. Delfiinterapiaan voi sisältyä delfiinistä huolehtimista sen kanssa uimista ja vuorovaikutuksen harjoittelua. Delfiinterapiaa voidaan toteuttaa koulutetulle tai villille delfiinille sopivassa ympäristössä turvallisuusohjeita noudattaen, sillä delfiini on eläimenä iso, vahva ja villi koulutettunakin. (Rollins 2011, 105; Williamson 2008, 477.)

Turvakotikoirien ja villihevesten kouluttamis-ohjelmista on saatu myös mielenkiintoisia havaintoja. Joidenkin vankien kanssa toteutetussa turvakotikoirien ja villihevesten koulutusohjelmassa, on tuloksissa Strimplen (2003, 76–77) mukaan raportoitu muutoksia vankien

suhtautumisessa ja asennoitumisessa: ”hevoset vaativat kunnioitusta ja heidän kauttaan olen oppinut kunnioittamaan elämää”, eräs tutkimukseen osallistunut vanki oli kuvailut.

Bizub, Joy ja Davidson (2003) tutkivat kymmenen viikon ratsastusohjelman vaikutusta pitkäaikaiseen psykiatriseen invaliditeettiin. Tutkimuksessa oli mukana viisi aikuista. Heillä oli mahdollisuus muodostaa side hevosen kanssa ja lisäksi he oppivat ratsastustaitoja. Tallilla näkymä ja tuoksu olivat jotain aivan erilaista aistittavaa. Lisäksi tallielämän selkeät säännöt, asioiden ja tavaroiden järjestyneisyys niiden oikeilla paikoillaan voivat välittää Palolan (2013, 160) mukaan kokemusta turvallisuudesta ja asioiden hallinnasta. Bizubin et al. (2003) ratsastusohjelman viimeisellä viikolla raportoitiin onnistumisia hevosmiestaitojen opettelusta. Lisäksi kuvattiin psykososiaalista kehitystä koskien itsetuntoa ja itseän liittyviä kokemuksia. Hevosen kanssa toimimista kuvasi eräs ohjelmaan osallistuja toteamalla: ”Se auttoi minua masennuksessani. Minusta tuntui, että hevonen rakasti minua”. (Bizub et al. 2003, 380–382.)

McElroyn (1997) teoksessa ihmisten pohdinnoista eläimistä parantajina, eräälle henkilölle vakavan sairauden aikana hänen kissansa luottava ja hiljainen läsnäolo antoi rauhaa. Epätoivon keskellä myös lemmikki sairastui leukemiaan ja sen hoitaminen sekä uskominen Flora-kissan parantumiseen auttoi ymmärtämään sairauden prosessiksi: ”...se oli kuin enkeli joka oli lähetetty opettamaan, että kääntämällä selkänsä rakkaudelle ei voi saavuttaa mitään”. Kissan näkeminen parantuneena ja rakastettuna terveeksi antoi omistajalle toivoa myös omasta parantumisesta. (McElroy 1997, 103–107.) Kissan oleminen mukana vastaanottotilassa ja terapiaistunnossa on ollut Salmelan (2013a) mukaan osalle asiakkaista hyvin merkityksellinen ja terapeuttinen kokemus. Erään asiakkaan kaksisuuntaisen mielialahäiriön masennusjaksolla tulleiden itsetuhoisten ajatusten aikaan hänen kissansa oli hakeutunut tämän lähelle ja nuollut omistajansa kaulaa ja kasvoja. Asiakas mietti silloin, mitä hänen kissallensa tapahtuisi, jos häntä ei enää olisi. Kissa oli hänen maailmassaan se todellinen asia, joka sai hänet jatkamaan elämäänsä. (Salmela 2013a, 101–103.)

Eläimen merkitys yksilön fyysiseen kasvuun ja hyvinvointiin

Kehollisuus kuvastaa Rauhalan (2015, 32) mukaan yksilön olemisen orgaanista muotoa ja elämän ylläpitämistä. Kehollisuus merkitsee oman kehon tiedostamista, sen hyväksymistä ja ilmaisemista. Kehotietoisuus on ihmisen subjektiivista kokemusta kehon sisäisistä

tuntemuksista (Rauhala 2015, 39, 60; Siljamäki, Kalaja, Perttula & Kokkonen 2016, 41). Kehollisuus voi toimia myös ikään kuin kompassina ja reagoida ärsykkeisiin ja toimia tiedonvälittäjänä esimerkiksi kivun tuntemuksien kautta, jos jokin ei ole kunnossa. Psykkisen osa-alueen ongelmat voivat myös heijastua psykosomaattisina kipuina ja yksilön fyysinen sairastuminen voi aiheuttaa muun muassa masennuksen oireita. Kipulääketiede on luokitellut MUS (*Medically Unexplained Symptoms*) -kivuille diagnooseja, jotka vastaavat kysymykseen ”miten”, mutta ”miksi” voi jäädä vastauksetta. Ihmisen tarkasteleminen psykofyysisenä kokonaisuutena on tärkeää, sillä kivun taustalta voi Vainion (2015) mukaan löytyä yllättäviä psykologisia selityksiä.

Kuntouttavassa fysioterapiassa keskittyminen omasta vaivasta voi siirtyä ilon tunteeseen, joka tulee kuntoutuksessa mukana olevasta koirasta. Eläimen kohtaamisella voi olla merkityksellisiä vaikutuksia, jotka voivat edesauttaa yksilön edistymistä kuntoutuksessa tai terapiassa. (Hamunen 2018.) Hali-Koira toimintaa fysioterapian tukena toteutetaan usein laitoksissa ikääntyneiden tai kehitysvammaisten henkilöiden kanssa. Fysioterapeutti huolehtii, että Hali-Koiran liikkeet ovat yhteensopivia asiakkaan liikkeiden kanssa. Hali-Koiran mukana oleminen tuo fyysiseen toimintaan motivaatiota, joka voi muutoin olla vaikea löytää. Hali-Koiralle nimittäin halutaan osoittaa omaa edistymistä. Hali-Koira myös jumppaa asiakkaan kanssa fyysisen läheisyyden, kosketuksen ja suukottamisen tai syliin tulemisen kautta. Näin fysioterapiahetkistä voi muodostua asiakkaille odotettuja ja hauskoja hetkiä, välttämättömän ja pakollisen liikkumisen sijaan. (Hali-Koira 2018.)

Eläinavusteisen terapian avulla voidaan vahvistaa yksilön kehotietoisuutta ja hyvinvointia. ASD-diagnosoiduilla lapsilla on muun muassa havaittu, että energisyys ja motoriikka ovat olleet parempia koiraa ulkoilutettaessa kuin normaalisti (Latvala-Sillman 2013, 206). Eläimen hoito harjoittaa myös käden motoriikkaa ja tasapainoa. Ihmisen kehotietoisuus on yhteydessä myös itsetuntemukseen ja tunnetaitoihin, joista löytyy yhteys tajunnallisuuteen ja tämä kytkeytyy Siljamäen ym. (2016, 40) mukaan ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Ratsastaessa liikehdintä parantaa Mirandan (2019) mukaan yksilön kehotietoisuutta ja tasapainoaistin sekä lihasten hallintaa vahvistamalla erityisesti lantion ja selän tukilihaksia. Ratsastusterapialla on myös todettu olevan kroonista kipua lievittävä vaikutus (Miranda 2019, 174–175.)

Eläimen merkitys yksilön sosiaaliseen kasvuun ja hyvinvointiin

Eläinavusteinen interventio voi Melsonin ja Finen (2015), Parish-Plassin (2008) ja Gabrielin (2016) mukaan tukea yksilön sosiaalista kehitystä. Palolan (2013, 163) mukaan ison eläimen kuten hevosen kanssa toimiminen vaatii intensiivistä keskittymistä ja läsnäoloa ja on siksi hyvä tietoisuustaitojen kehittäjä. Terapiaratsastuksessa vaaditaan ohjaustaitoja, keskittymistä, aistien hallintaa ja kommunikointia. Ratsastajan täytyy oppia hallitsemaan hevosta pysyäkseen sen selässä ja ratsastaakseen. Eläimen kanssa täytyy myös kommunikoida ja kertoa minne ollaan menossa. Yhteisen kielen puuttuessa lapsi saa luottamusta itseohjautuvuudestaan osatessaan muodostaa yhteyden eläimeen. (Gabriel 2016, 31.) Myös koulutettujen alpakkojen ja laamojen kanssa voi toteuttaa sosiaalisen kanssakäymisen harjoittelua. Ylivilkkaat lapset saavat mahdollisuuden oppia, että käskyttäminen, liian nopea tai kiivas käytös säikäyttävät eläimen pois. Lapsi saa kuitenkin toisen mahdollisuuden käyttäytymistilanteeseen, kun eläimen luontainen uteliaisuus voittaa ja se tulee takaisin. (Collin-Kaajala 2013, 119.)

Lukukoiratoiminta on yksi AAE:n (*Animal-Assisted Education/Pedagogy*) toimintamuoto, jonka avulla voidaan vahvistaa lapsen sosiaalisen oppimisen kokemuksia ja kohdatuksi tulemistä. Koirat lukemaan oppimisen tukena alkoi lukukoiratoimintana Yhdysvalloissa 2000-luvun alkupuolella. Suomessa koirien kanssa lukemista kokeiltiin ensimmäisen kerran vuonna 2011. Lukukoiralle voi lukea omaan tahtiin eikä virheitten tekeminen haittaa. Tämä voi myös vahvistaa käsitystä hyväksytyksi tulemisesta. Lukukoira ei korjaile virheitä tai puuhastele omiaan vaan keskittyy kuuntelemaan ja antamaan lapselle tarvittavan huomion. (Canis 2016, 46–48.)

Eläinavusteisessa interventiossa koirat antavat lapselle mahdollisuuden harjoitella ja tutustua sosiaaliseen vaikuttamiseen ilman stressiä ihmisten kanssa toimimisesta. Tarpeeksi harjoitusta saatuaan lapsi siirtää opitut tavat toimia käytäntöön ottaakseen yhteyttä toisiin ihmisiin. Eläinavusteisen toiminnan tarkoituksena on parantaa lapsen elämisen laatua sekä tukea lasta olemaan itsenäinen. Tutkimukset terapiakoirien vaikutuksesta ihmisen sosiaalisuuden kehityksessä voivat olla Gabrielin (2016) mukaan monelle perheelle ja yksilöille käännteentekeviä. Maatilaeläimistä esimerkiksi kanat ovat myös sosiaalisia ja uteliaita, ja Salmelan (2013b, 131) mukaan niiden sosiaalista käyttäytymistä havainnoidessa voi oppia pelaamaan niiden toimintaa myös omaan elämään ja käsitykseen sosiaalisuudesta.

Sosiaalisten taitojen kehityksestä eläinten kanssa on tietoa myös autismikirjon henkilöiden kohdalla. Autismikirjioon kuuluvilla henkilöillä on havaittu toiminnallisia muutoksia aivojen peilisoluja käsittävillä alueilla, joka saattaa olla yhteydessä vaikeuksiin toimia sosiaalisessa vuorovaikutuksessa (Paavilainen 2016, 338; Partanen 2010, 20). Eläinavusteisen terapian on kuitenkin havaittu edistävän sosiaalisuuden kehitystä autismikirjon henkilöillä (Gabriel 2016, 31). ASD-diagnosoituilla lapsilla on todettu vuorovaikutuksen helpontumista silloin, kun lapsi on voinut omassa tahdissaan harjoitella kohtaamista ja kohdatuksi tulemistä eläimen kanssa. Eläimen rauhoittavaksi koetun olemuksen ansiosta vuorovaikutus muodostuu monelle lapselle näin Parish-Plassin (2008, 13) mukaan suoraa ihmiskontaktia helpommaksi ja turvallisemmaksi, ja esimerkiksi koirat voivat helpottaa viestintää olemalla ”helposti luettavia”. (Solomon 2010, 149.)

Koiran läsnäolo ASD luokassa on vaikuttanut oppilaiden äänen säätelyyn, vähentänyt aggressiivisuutta ja tehnyt silmiin katsomisesta helpompaa (Latvala-Sillman 2013, 206). Gabrielin (2016, 31) tutkimuksen mukaan jo neljän lyhyen terapiakoiravierailun jälkeen ASD lapsella voitiin nähdä parannusta sosiaalisuudessa. Lasten autismikirjon häiriöissä eläinavusteisen terapian myönteiset vaikutukset ovat näkyneet kaikilla tutkituilla osa-alueilla, ja Nimerin ja Lundahlin (2007, 234) mukaan yksi syy tähän voi liittyä lasten tapaan hyväksyä aikuisia paremmin eläinten kanssa ilmentyviä vaikutuksia.

2.4.2 Neurotieteellinen näkökulma ihminen-eläinsuhteeseen

Tutkimuksissa eläinten vaikutuksista ihmisten terveyteen ja hyvinvointiin on kiinnostavaa, miten ihmisen ja eläimen välinen vuorovaikutus, HAI (*Human-Animal Interaction*) näkyy ihmisen aivoissa. HAI-prosessit ovat kiinnostava tutkimusalue sosiaalisen neurotieteen kentällä. (Freund et al. 2016.) Eläimen ja ihmisen vuorovaikutusta voidaan tarkastella muun muassa hormonitoiminnan neurokemiallisina muutoksina (Mims & Waddell 2019). Neurotieteessä keskitytään erityisesti tutkimaan hermoston rakennetta ja toimintaa. Tutkimuksissa on tehty havaintoja mitaten ihmisen reagointia eläimen läsnäoloon. Mimsin ja Waddellin (2019, 17) mukaan jo minuutin aikainen eläimen hoivaaminen lisää oksitosiinin tuotantoa aivoissa ja uuden tutkimustiedon mukaan eläintä silmiin katsoessa oksitosiinin tuotanto tehostuu jopa kolminkertaiseksi (Miranda 2019, 171).

Oksitosiini tunnetaan rakkaushormonina joka lisää luottamuksen, yhteyden ja rakkauden tunnetta. Oksitosiini myös muovaa yksilön toimintaa sosiaalisissa tilanteissa, ja sen on havaittu vahvistavan ihmisten keskinäistä luottamuksen tunnetta (Kortesuoma & Karlsson 2011, 911). Ihmisen aivoissa oksitosiinireseptoreita on limbisen järjestelmän alueella, joka osallistuu muun muassa motivaation ja tunteiden säätelyyn ja autonomisen hermoston alueilla. Eläimillä oksitosiini vaikuttaa laajasti eri toimintoihin ja esimerkiksi sosiaaliseen käyttäytymiseen, poikasten hoivaamiseen ja stressin ja ahdistuksen vähenemiseen. (Serpell 2017, 86; Kortesuoma & Karlsson 2011, 911–913.) Myös Delfiini-avusteisessa toiminnassa delfiinien ääntelyllä ja vedellisellä ympäristöllä on arveltu olevan Rollinsin (2011, 105–106) mukaan positiivisesti stimuloivaa vaikutusta ihmisen endokriinijärjestelmään eli hormonituotantoon.

Aivojen plastisuus eli muovautuvuus ja kognitiivinen toiminta ovat vahvasti yhteydessä toisiinsa. Aivojen plastinen luonne mahdollistaa hermoston muovautuvuuden ja hermosolujen muodostamien hermoverkkojen uudelleen järjestäytymisen. Hermoverkko tarvitsee ohjausta ja kuntoutuksen avulla hermoston toimintaa voidaan muuttaa. Kuntoutus (eläinavusteinen kuntoutus) tarjoaa hermoverkoille mallin siitä, millaiseksi niiden tulee muotoutua. (Castrén 2008, 23, 31.) Hermosolut kasvattavat dendriittejä eli tuojahaarakkeita jotka vastaanottavat informaatiota toisesta hermosolusta tulevan aksonin eli viejähaarakkeen välityksellä. Dendriittien ja aksonin välille muodostuu synapsi jossa hermoston välittäjäaineet välittävät tuojahaarakkeen aktiivisuuden viejähaarakkeen soluille. Hermosoluyhteydet rakentavat monimutkaisia hermoverkkoja joihin tiedon muovautuminen ja tallentuminen paikannetaan. Uusien hermoyhteyksien muodostuminen edellyttää aktiivista oppimista, ohjausta ja toistoja, että toiminnasta tulee automaatio joka jättää aivoihin vahvan muistijäljen. (Castrén 2008, 23–29; Paavilainen 2016, 34–54, 185.) Toimintaterapeutin mukaan uuden asian näkeminen herättää kipinöintiä aivoissa ja se auttaa uusien hermoyhteyksien muodostumisessa (Fogelholm 2013).

Tournierin, Vivesin ja Postalin (2017, 51–58) tutkimuksessa tutkittiin viiden kuukauden viikoittaisen interventio-ohjelman vaikutusta neuropsykiatrisiin oireisiin keskivaikeassa tai vaikeassa dementiassa. Tarkastelussa oli intervention vaikutus muun muassa harhaluulojen, masennuksen ja motoristen toimintojen muutoksiin ja vaihteluun. Tutkimuksessa oli mukana yksitoista 71–93 vuoden ikäistä ihmistä, joille toteutettiin ryhmäkohtaamisia terapiakoiran kanssa. Tulosten mukaan voimakkain koettu vaikutus ilmeni ensimmäisen ja

toisen istunnon välillä. Tutkimuksessa mukana olleilla henkilöillä voitiin nähdä masennuksen ja harhaluulojen vähentymistä ja motoriikan kohentumista. Tulokset olivat progressiivisia, mutta eivät lineaarisia. Tournierin et al. (2017) tekemässä tutkimuksessa ryhmäistuntojen aikana raportoitua ilmentynyttä negatiivisuutta voidaan osittain selittää intervention toteuttamisella ryhmässä yksilökohtaisten istuntojen sijaan. Lisäksi usealla tutkimukseen osallistuneella henkilöllä oli raportoitu korkea-asteista ahdistusta tai levottomuutta jo ennen ohjelman alkua. Tutkimuksen kohdalla on hyvä huomata, että eläimiin saattoi yhdistyä hetkellisiä hyvinvointia tukevia vaikutuksia, joilla ei välttämättä ole näiden tutkimuksessa mukana olleiden henkilöiden kohdalla merkitystä pidemmällä ajalla.

Lunden ja Haapasaari (2013, 242) kuvailivat myös eläimen ja esimerkiksi koiran avulla saatavaa hetkellistä yhteyttä vaikean dementian asiakkaisiin. Aikaisemmin täysin reagoimaton ja omissa maailmoissaan elävä hoitokodin asukas otti koiraan kontaktin ja tuli sen luokse huoneen toiselta puolelta silitellen ja hymyillen koiralle. Sitten hän meni takaisin ja vaipui taas omiin ajatuksiinsa. Koiran kanssa hän kohtasi ja eli läsnä olevan todellisuuden. Tulokset ovat tärkeä osoitus sille, että AAT-toimintaa voidaan pitää Tournierin et al. (2017, 57) mukaan edistyksellisenä näkökulmana myöskin farmakologisille vaihtoehdoille neuropsykiatristen oireiden lieventämisessä.

2.4.3 AAI luonnonmukaisena interventiona

Ihmisiin tottuneiden eläinten ja ihmisten keskinäistä lähestymistä ja kontaktin muodostumista voidaan pitää luonnonmukaisena yhteyden rakentumisena: ihminen on vastuussa eläimen hyvinvoinnista ja hoidosta ja eläin on riippuvainen ihmisen osoittamasta huolenpidosta. Hyvin toimiva vuorovaikutus ihmisen ja eläimen välillä rakentaa luottamusta, joka edesauttaa kohtaamisen onnistumista (Leinonen 2013). Ihminen-eläinsuhteeseen liittyy Aaltolan ja Oksasen (2002, 159) mukaan samankaltaisuuden näkeminen ja kohtaamisen vastavuoroisuus. Eläinten sosiaalisuudessa on myös Aaltolan ja Oksasen (2002, 151) mukaan tunnistettavissa paljon inhimilliselle kommunikaatiolle ja toiminnalle yhteisiä piirteitä.

Hyvin kohdeltu ja hoidettu eläin toimii yleensä rauhallisesti, ja sen hoitoon liittyvät toimenpiteet ja läheisyys voivat rakentaa samalla luonnollista yhteyttä ihminen-eläinsuhteeseen. Toisinaan ihmisille voi olla helpompaa pyrkiä väistelemään negatiivisia tunnetiloja ja tapahtumia koska niitä ei aina osata lähestyä, ja koska niiden kohtaaminen ja käsittely voidaan kokea haastavana tai uhkaavana. Tästä johtuen yksilö saattaa tuntea olonsa hetkellisesti helpommaksi tai turvallisemmaksi läsnäollessaan eläimen seurassa, koska eläimelle ei tarvitse selitellä omista tuntemuksistaan. Eläin pystyy kuitenkin aistimaan hyvin ihmisen tunteita ja hyvin negatiivisessa tunnetilassa olevaa ihmistä eläin saattaa säikähtää, mutta ihminen-eläinsuhteessa koettu kohdatuksi tuleminen ja hyväksyntä voivat olla osa helppoa ja luonnollista vuorovaikutusta. (ks. Parish-Plass 2008, 13.) Melson ja Fine (2015, 18) tuovat esille havainnon, että toisinaan eläimeen yhdistyvien terapeuttisten ominaisuuksien ansiosta yksilöön on voitu muodostaa yhteys helpommin (Parish-Plass 2008).

Eläinten luonnollinen oleminen voi auttaa ihmistä rauhoittumaan ja kohtaamaan kenties erilaisia haasteita helpommin. Ajatus eläinhahmoihin kytkeytymättömästä uhkaavien sisäisten konfliktien kohtaamisesta on psykodynaamiseen perinteeseen pohjautuva näkemys, joka on johtanut muun muassa eläinlelujen, -nukkejen ja -kirjojen käyttöön ottamiseen terapeuttisina työkaluina lasten kanssa työskennellessä. Aradin (2004, 249) mukaan tekniikka on suunniteltu erityisesti perheille, joiden lapsella on diagnosoitu käytöshäiriöitä tai aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriöitä eli ADHD (*Attention Deficit and Hyperactivity Disorder*). Perheterapiassa lapsen kanssa eläinhahmoilla vuorovaikuttaminen voi antaa helpomman tavan käsitellä sosiaalisia suhteita ja persoonallisia piirteitä eläinten välityksellä kun niihin ei yhdisty uhkaavia muistikuvia tai ilmapiiriä. Melsonin ja Finen (2015) mukaan lapset pystyivät ilmentämään tietoisia ja alitajuntaisia tunteitaan vapaammin eläin- kuin ihmishahmojen kanssa. (Melson & Fine 2015, 181.)

2.4.4 Eläinten hyvinvointi kasvatus ja kuntoutustyössä

Ihminen-eläinsuhteessa tärkeä näkökulma on eläinten hyvinvoinnista huolehtiminen. Varhaisin kriittinen ääni eläinten puolesta paikantuu antiikin Kreikkaan ja Pythagorakseen, joka puhui eläinten sielullisuudesta. Hänellä oli myös vahvoja näkemyksiä eläinten eettisestä kohtelusta. (Fraser 2008, 10.) Macnaghtenin (2004, 539) tutkimuksessa lemmikin omistajat toivat esille halun siitä, että eläimet saisivat elää terveinä ja onnellisina. Eläimiä myös

katsottiin erilaisista näkökulmista riippuen ihminen-eläinsuhteen luonteesta. Macnaghtenin (2004, 544) mukaan on myös ihmisiä jotka kieltäytyvät ottamasta kotieläimiä, koska he eivät voi tarjota niille luonnonmukaisia oloja. Eläinten katsotaan voivan paremmin heille luontaisessa ympäristössä: ”Mieluummin ulkona nurmikentällä, kuin sisällä vuoden ympäri”. Ajatuksista voi huomata tutkimuksessa mukana olleiden vastaajien tahdon luonnonmukaisuuden kunnioittamiseen ja eläinten itsearvoisuuden ymmärtämiseen.

Eläinavusteisissa interventioissa toimintaan soveltuvat ne eläimet joilla on hyvä fyysinen ja henkinen terveys ja jotka viihtyvät toiminnassa eivätkä pelkää sitä (Handlin et al. 2011, 311). Toiminnasta vastaavilla asiantuntijoilla tulee olla riittävä koulutus eläinten hyvinvoinnista ja heidän on oltava perillä eläinten lajikohtaisesta käyttäytymisestä ja rajoista. Heidän tulee kyetä havaitsemaan eläinten osoittamaa epämukavuutta ja stressin ilmaisuja. Lisäksi eläinten turvallisuus ja mukavuus tulee olla turvattu ja kaikkien toimintaan osallistujien turvallisuus on otettava huomioon, kun vieraillaan erilaisissa kohteissa. Hoitokodeissa ja eri ympäristöissä eläinten turvallisuus on varmistettava, koska asiakkaat saattavat osoittaa myös arvaamatonta käytöstä. (Jegatheesan 2015b, 416–418.)

Ihmisen ja eläimen vuorovaikutuksessa on huolehdittava, että eläin on terve ja levännyt ja vaikka ei ole olemassa yleisiä näyttöön perustuvia suosituksia taukojen esiintymistiheydestä tai kestosta, se riippuu suurelta osin eläinavusteisen intervention intensiteetistä ja eläimen yksilöllisistä ominaisuuksista (Zenithson, Albright, Fine & Peralta 2015). Zenithsonin et al. (2015) mukaan esimerkiksi koira joka vierailee suuren aktiivisen lapsiryhmän luokkahuoneessa voi tarvita 5–10 minuutin tauon 15 minuutin kuluttua, kun taas koira joka vierailee yhdellä geriatrisella potilaalla kerrallaan hoitotyössä voi tarvita vain 5 min. tauon 30–40 minuutin kuluttua. On kuitenkin parempi määrätä säännöllisiä taukoja ja hengähdystaukoja, kun odottaa kunnes eläin osoittaa väsymyksen merkkejä. Tilanteen vaatiessa eläin poistetaan stressaavasta ympäristöstä ja sille annetaan aikaa toipua. (Zenithson et al. 2015, 369.) Jegatheesanin (2015b, 416–418) mukaan tärkeää on huomioida eläimen lajikohtainen ravinto, asuminen sekä lajille sopiva lämpötila, valaistus ja ympäristö, sillä eläimen tulee voida ylläpitää sille luonnollista olemista.

Zenithson et al. (2015) korostavat, että on tärkeää arvioida eläimen hyvinvointia eläimen näkökulmasta. Parish-Plass (2008, 14) myös muistuttaa, ettei interventioon osallistuva eläin ole pelkäämään työväline vaan elävä olento. Zenithsonin et al. (2015, 359) mukaan eläimen

hyvinvoinnin arvioiminen voi olla myös haastavaa, koska meillä on rajallinen kyky tulkita eläimen käsitystä tietyissä tilanteissa. Terapiakoirien hyvinvointia on myös tutkittu vähän. Eettisesti lähestyessä on tärkeää tutkia eläinten kokemia muutoksia heidän tekemässään työssä ihmisten hyvinvoinnin tukemiseksi.

Terapiakoiran stressitasoja mittaavassa tutkimuksessa (Palestrini, Calcaterra, Cannas, Talamonti, Papotti, Buttram & Pelizzo 2016) seurattiin koiran käyttäytymistoimenpiteitä ja sydämen lyöntitiheyttä sen osallistuessa eläinavusteiseen terapiaan postoperatiivisessa leikkauksen jälkeisessä kuntoutuksessa pediatrian osastolla. 7-vuotias terapiakäyttöön koulutettu kultainennoutaja vieraili osastolla kunkin lapsen luona 20 minuuttia. Indikaattoreiden mukaan ei tapahtunut fysiologisia muutoksia jotka olisivat ilmoittaneet koiran kokemasta stressistä, väsymyksestä tai uupumuksesta. Tässä tutkimuksessa toiminta ei näyttänyt vaikuttavan terapiakoiraan negatiivisesti. Kingin, Wattersin ja Mungren (2011) tutkimuksessa alle 6-vuotiaat koirat ilmensivät yli kuusi vuotta vanhempia ja terapiakokeneempia koiria enemmän stressioireita. Tämä voi johtua vanhempien koirien toimintaan tottuneisuudesta. Tutkimuksessa koiralle suunnattu leikkihetki työajan puolivälissä kuitenkin ilmoitti koiran kokemasta rauhallisuudesta ja kokemuksesta nauttimisesta. (King, Watters & Mungre 2011, 233, 237.)

Kuitenkaan kaikki koirat eivät ilmaise stressiin liittyvää käyttäytymistä samalla tavoin koska temperamentti, persoonalliset ominaisuudet, ikä, rotu ja aiemmat kokemukset ovat tässä keskeisiä vaikuttavia muuttujia. Lisäksi eri koirilla on Palestrinin et al. (2016) mukaan erilaisia strategioita, joita he ovat luoneet selviytyäkseen samaa ärsykettä kohtaan. Sopivat koirat valitaan esimerkiksi Palestrinin et al. (2016) tutkimuksessa mainitsemaan terapia-toimintaan niiden soveltuvan luonteen vuoksi, ja koulutetaan pysymään rauhallisina ja rentoina stressaavissakin tilanteissa. (Palestrini et al. 2016, 45–48.)

3 VIITEKEHYKSEN KOONTI JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Tässä tutkielmassa tarkastellaan mahdollisia eläimiin yhdistyviä ihmistä kasvattavia ja opettavia ominaisuuksia. Eläinten koettua kasvattavuutta ja opettavuutta koskevia tutkimuksia ei suoraan löytynyt teoriaosuudessa käsiteltäväksi, sillä valtaosa eläimiin liittyvästä tällä hetkellä saatavissa olevista tutkimuksista käsittelee erityisesti eläinavusteisuuden eri muodoista saatuja tuloksia. Tämän johdosta tutkielmani viitekehyksessä painottuvat ihmisenä kasvamisen ja oppimisen yksilölliset kokemukset pääasiassa AAI:n (*Animal Assisted Interventions*) tutkimustiedon osoittamina, joka käsittelee erityisesti eläinten koettuja psykofyysisiä ja sosiaalisia merkityksiä.

Ihmisenä kasvamisella voidaan tarkoittaa kokonaisvaltaista kasvamista ja oppimista, johon voidaan ajatella kuuluvaksi fyysistä, psyykkistä, sosiaalista ja emotionaalista kehitystä. Oppimiseen voi myös liittyä useita erilaisia prosesseja (Lehtinen, Vauras & Lerkkanen 2016, 87). Koveron (2004) mukaan oppiminen tapahtuu muuttuneiden perspektiivien ja näkökulmien tuloksena. Tähän vaikuttaa esimerkiksi omien ajatusten ja uskomusten kriittinen reflektointi. Näkökulmat voivat muuttua tilanteiden ohjaamina, kun omia käsityksiä joudutaan arvioimaan uudelleen. Tästä voi seurata myös Koveron (2004, 138) mukaan elämänmuutokseen johtavia päätöksiä.

Yksilöiden kokemukset eivät koskaan täysin vastaa toisiaan ja kokemuksen tutkimisessa yksilöiden elämät ja kokemusmaailmat nähdään ainutlaatuisina ja jatkuvasti muuttuvina, minkä vuoksi kokemuksia koskeva tieto on Tökkärin (2018, 66) mukaan aina yksilöllistä ja muuttuvaa. Ihmisenä kasvamisen määritelmä voi olla hyvin moninainen ja jokaisen kohdalla yksilöllinen ajatus, kokemus tai tunne, joka määrittää koettua ihmisenä kasvamista. Tämän

johdosta keskityn omassa tutkimuksessani tarkastelemaan ihmisten omia ja yksilökohtaisia kokemuksia siitä, millä tavoin eläimet ovat heitä mahdollisesti voineet kasvattaa ja opettaa. Katsoin teoriaosuudessa esitettyjen asiayhteyksien ja näkökulmien soveltuvan rakentamaan perustaa omalle tutkimukselleni, koska teoria esittää kuvailun saatavilla olevista kokemuskäsitteistä eläimiin yhdistyen. Keskeisintä näissä jo esitetyissä havainnoissa on ihminen-eläinsuhde, jonka on koettu vaikuttaneen eri tavoin eri yhteyksissä. Oli kyse sitten pitkällä aikavälillä tai hetkellisesti koetusta kasvamisesta tai hyvinvoinnin lisääntymisestä, keskeistä on kuitenkin siinä hetkessä kuvatut kokemukset jotka ovat osoittaneet eläimiin yhdistyviä monipuolisia ominaisuuksia, joita on koettu yksilölähtöisesti ja joiden voidaan ajatella olevan jollakin tavalla yhteydessä ihmisenä kasvamisen määrittelyyn.

Keskityn tutkielmassani ihmisenä kasvamisen yksilölliseen näkökulmaan ja tarkoitukseni on ihmisten kokemusten tarkasteleminen. Vallin ja Perkkilän (2018, 123) mukaan tutkimuskysymykset on asetettava pelkistetysti niin, ettei niillä ole vaikutusta siihen kuinka seuraavaan kysymykseen vastataan. Jokainen vastaaja voi oman kokemuksensa mukaan kuvata omaa mahdollista ihmisenä kasvamistaan ja oppimistaan eläimen kanssa ja nämä kokemukset voivat olla hyvin moninaisia, mikä tekee tutkimuksesta mielenkiintoisen.

Tutkielmalle asetettu tutkimustehtävä:

- ❖ Millaisia ihmistä kasvattavia ja opettavia ominaisuuksia eläimiin mahdollisesti yhdistyy?

4 TOTEUTUS

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on tarkastella eläimiin yhdistyviä mahdollisia ihmistä kasvattavia ja opettavia ominaisuuksia. Tässä laadullisesti toteutetussa tutkimuksessa keskeistä on ihmisten raportoimat kokemukset eläinten koetusta kasvattavuudesta ja opettavuudesta. Laadullista tutkimusta voidaan kuvata myös termeillä kvalitatiivinen, pehmeä, ymmärtävä ja ihmistutkimus. Tuomen ja Sajavaaran (2018, 23, 29) mukaan ihmistieteen tutkimuskohteena on ihmisen kautta välittyvät kokemukset ja tulkinnat tutkittavasta ilmiöstä. Ihmisten kokemuksia ja ääntä tavoitteleva tutkimus on tieteentradition mukaisesti luonteeltaan tulkinnallista tutkimusta, jossa on Mäkisen (2005, 15) mukaan tärkeää kokemusten autenttinen ymmärtäminen ja tulkitseminen. Tutkielman toteutusta käsittelevissä alaluvuissa tarkastelen myös vertailun vuoksi Honkasen (2013) pro gradu -tutkielmaa, jossa tarkasteltiin ihmisen ja eläimen välistä suhdetta sekä koettuja vaikutuksia hyvinvointiin ja elämäntyytyväisyyteen.

4.1 Kirjoitelman tehtäväksiänto

Aineistonkeruuta varten laadin sähköisen kyselylomakkeen (Liite1), jossa tutkimukseen osallistuvien tehtävänä oli kertoa kirjoittaen siitä, onko eläimillä mahdollisesti joitain ihmistä kasvattavia ja opettavia ominaisuuksia. Tiedustelin kyselylomakkeella vastaajan taustatietoja, joita olivat syntymävuosi ja sukupuoli vaihtoehdoilla: nainen, mies tai muu. Seuraavaksi eläimen ominaisuuksia käsittävässä kohdassa kysyin eläimen tai lemmikin ikää, persoonallisia taipumuksia ja kykyä kommunikoida ihmisen kanssa. Sitten pyysin vastaajia kertomaan omista kokemuksistaan yhdistyen eläinten mahdolliseen kasvattavuuteen ja

opettavuuteen. Kyselyyn vastaamisvaiheessa tiedustelin E-lomakkeella vastausten jatkokäyttöä kyllä/ei vastausvaihtoehdoilla. Mahdollisiin jatkotutkimuksiin luvan antaneille kirjoitelmille teen vastausten arkistoinnin (Kuula 2006, 127, 177).

Vastaajien kuvauksissa eläinten koetusta vaikutuksesta ja merkityksestä heidän elämänsä aikana yhdistyvät elämäkerrallisuus ja kokemukset (Ronkainen, Pehkonen, Lindblom-Yläne & Paavilainen 2013, 114). Omista kokemuksista kirjoittaminen voi syventää myös yksilön omaa ymmärrystä ja itsereflektiivisyyden taitoa. Sen avulla ajatukset jäsentyvät ja niihin voi tulla McKeoughin (2013, 104) mukaan uusia merkityksenantoja. Honkasen (2013) eläinaiheisessa gradussa ihmisen ja eläimen välistä suhdetta tarkasteltiin survey-tutkimuksen avulla. Aineistonkeruussa käytetty kyselylomake rakentui osin avoimista ja osin valmiista vastausvaihtoehdoista.

Sähköiseen kyselylomakkeeseeni tulleet kysymykset ja taustatiedot olivat arvioitavana seminaari-istunnossa 27.3.2018 jossa osallistujilla oli mahdollisuus kommentoida, arvioida ja tehdä parannusehdotuksia lomakkeeseen. Tästä oli hyötyä lomakkeen toteuttamisvaiheessa. Lomakkeen toimivuutta, ulkoasua ja tallennusasetuksia testattiin 7.6.2018 UEF:n tietotekniikkapalvelussa jossa lomake todettiin julkaisukuntoiseksi. Lomakkeen testaaminen on hyvin tärkeää aineistonkeruun onnistumiseksi (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 204). Tutkielmani ohjaajan myöntämän luvan jälkeen sain aloittaa aineiston keräämisen 18.6.2018.

4.2 Kohdejoukko

Tutkimuksen kohdejoukon muodostivat sosiaalisen median alustojen eläinaiheisten ryhmien jäsenet Facebook-sivuston välityksellä. Vallin ja Perkkilän (2018) mukaan sosiaalisen median käyttö tutkimuksissa on noussut yhä suosituimmaksi. Pöysä (2015, 15) kuvaa internetin välityksellä tapahtuvan aineistonkeruun edustavan tutkimusaineistona välillisen kommunikaation uusimpia muotoja, joissa vastaajan ja aineiston vastaanottajan ei tarvitse tuntea toisiaan.

Lähetin tutkimuspyynnön Facebook-sivuston eläinaiheisten ryhmien jäsenille ylläpitäjien suostumuksella (Liite 2, Saatekirje). Muutamassa ryhmässä ylläpitäjät eivät hyväksyneet

tutkielmapyynnön jakamista. Osa eläinryhmien ylläpitäjistä oli kiinnostuneita tutkielmani aiheesta ja he tarjoutuivat jakamaan tutkimuspyyntöä myös itse sivustollaan. Sain joitain kyselyitä myös mahdollisuudestani jakaa valmis tutkielma eläinsivustoilla. Tutkimuspyynnön jakamiseen osallistuivat lisäksi Animalia, Suomen Karvakaverit, Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ja Hali-Koira. Internetin välityksellä muodostunut kohderyhmäni koostui lemmikkien omistajista, eläinten kanssa työtä tekevästä ja eläimistä kiinnostuneista harrastelijoista. Sähköisesti toteutettu aineistonkeruu mahdollisti vastaajien tavoittamisen helposti ja nopeasti. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa katsotaan myös tärkeäksi, että kohderyhmä tietää tutkittavasta ilmiöstä mahdollisimman paljon tai heillä on siihen sopivaa kokemusta. (Tuomi & Sajavaara 2018, 73.)

Lisäksi osallistujamäärä erilaisissa eläinryhmissä oli hyvin suurta, joten toivoin eläinryhmien osallistujamäärän perusteella saavani riittävän määrän vastauksia kirjoitelmapyyntöni. Ajattelin ryhmässä olevan myös hyvää heterogeenista vaihtelua, sillä ryhmät koostuivat useista erilaisten eläinten kanssa toimivista henkilöistä, joilla oli myös mahdollisesti erilaisiin eläimiin yhdistyvää kokemusta. Kohteena olleiden eläinryhmien nimet on kirjoitettu tutkielmaan aineistonkeruun aikana olleiden ryhmän nimityksien mukaan. Eläinryhmien nimet ovat mahdollisesti saattaneet muuttua/päivittyä ajan kuluessa ryhmien ylläpitäjien toimesta. Pyrin tavoittamaan eläinlajeittain ja yksilöittäin vaihtelevaa kohderyhmää seuraavien sosiaalisen median eläinfoorumien avulla:

Eläimet sydämessä ♡ ♡, Vuohet ja lampaat, Kissanomistajat, Rakkaat Sekarotuiset, Varsat 2018, Berninpaimenkoirat, Pihattohevosten elämää – Kuvia ja kokemuksia pihatto-oloista, Positiiviseen vahvistamiseen perustuva koirankoulutus, Kissat ryhmä ei tosikoille, Villakoirat, Talliniksit, Kaiken maailman eläimet, Saksanpaimenkoirat – Aktiivitosikkojen eliittiversio, Sfinxit ry keskusteluryhmä, Hevoset mielenterveystyössä, Kissojen ryhmä rämä, Labradorinnoutaja, Spice Mill's kennel, Kuolaimetta, kengättä ja kannuksetta?, Kultainennoutaja, Suomenhevonen; paras hevonen, ♡Venäjäntoy♡, Aikuisratsastajat, Munanetti, Suomen Bernifanit, Kysy mitä vaan hevosista, Tiibetinspanieli kodinvaihtajat, Ratsastajat, Suomalaiset kodinvaihtajakoirat, Englanninbulldoggi, Lämminveriset ratsut/ravurit, Ranskanbulldoggi rekisteröidyt, Mäyräkoirapalsta, Animalia ry, Suomen Karvakaverit ry, Hali-Koira, Koirat kasvatus ja kuntoutustyössä ry ja Lemmikkieläimet ♡.

Vastausprosentti ja vastaajien ikä on määritelty aineiston tuottamishetken perusteella vuoden 2018 aikana. Aineisto on kerätty kahdessa osassa. Kesän 2018 aikainen aineiston keräys tuotti vastauksia hieman yli parikymmentä. Syksyn 2018 aikana laitoin uudestaan ryhmiin tiedon kyselyyn vastaamisesta, jolloin aktiivisia vastauksia eläinkyselyyn tuli noin neljä kertaa enemmän. Vastaanotettuja kirjoitelmia tuli yhteensä 103 kpl, joista kaksi kirjoitelmaa oli tallentunut kaksi kertaa, joten käsiteltäväksi aineistoksi jäi näin ollen 101 eläinaiheista kirjoitelmaa, (N = 101).

Vastaajista naisia oli 93,1 %, miesvastaajia oli 3,9 % ja muunsukupuolisia eläinkirjoitelman vastaajia oli 2,9 %. Vastaajien ikä, sukupuoli ja vastausprosentti on esitetty tarkemmin taulukossa 1. Honkasen (2013) tutkielman kohdejoukko (N = 708) valikoitui neljän eläinalan lehden kautta ja aineisto kerättiin postitse kulkevalla kyselylomakkeella vuoden 2001 keväällä. Myös Honkasen (2013) aineistossa suurin osa vastaajista oli naisia ja vastaajien keski-ikä tutkimuksessa oli 28,2 vuotta, kun taas omassa tutkimuksessani vastaajien keski-ikäksi muodostui 42,9 vuotta.

TAULUKKO 1. Vastaajien vastausprosentti ja iän keskiarvo sukupuolen mukaan

Sukupuoli	Vastausprosentti	Keskimääräinen ikä
Nainen	93,1 %	36,5
Mies	3,9 %	46,3
Muu	2,9 %	46
Yhteensä	100 %	42,9

4.3 Tiedonhankintatavan perusteet

Tutkielman empiirisen osuuden toteutin kvalitatiivisena kyselytutkimuksena sähköisen E-lomakkeen avulla. Kvalitatiivisessa aineistonkeruussa on tavallista kerätä aineistoa, joka voi mahdollistaa erilaisia tarkasteluja. Tötön (2004, 106) mukaan ihmistä tutkittaessa on ymmärrettävä, että jokaisen tarina ja kokemukset ovat erilaisia ja lähestymistavan tulee sopia käsillä olevaan tapaukseen. Kvalitatiivisen aineiston ominaisuus sijoittuu Alasuutarin (2012, 64) mukaan ilmaisulliseen rikkauteen, monitasoisuuteen ja kompleksisuuteen. Aineiston

keräämisessä metodin eli menetelmän valintaa ohjaa myös käsitys siitä: millaista tietoa ja keneltä sitä halutaan etsiä? Ihmisten kokemusten, ajatusten ja uskomusten tarkastelussa kyselylomake on hyvä valinta joka voi Hirsjärven ym. (2009, 184–185) mukaan tuottaa nopeasti paljon aineistoa ja myös melko esteettömästi. Kaikkien tieteenalojen juuret pohjautuvat filosofiaan ja jokainen tutkimus perustuu myös johonkin tieteenfilosofiseen taustasitoumukseen (Aaltola 2018, 14; Hirsjärvi ym. 2009, 129). Tieteenfilosofia kuvailee tieteeseen liittyviä kysymyksiä, ja sitä mitä tieteellä voidaan saavuttaa. Salonen (2007, 110–116) kuvaa tieteenfilosofian merkityksen sijaitsevan tiedettä koskevassa ymmärryksen vaalimisessa. Ontologisesti nähtynä totuuskäsitysten katsotaan perustuvan objektiivisiin tai subjektiivisiin totuuskäsityksiin (Sirén & Pekkarinen 2017, 3) ja kokemus ihmisenä kasvamisesta ja oppimisesta on ontologisesti subjektiivinen (Suorsa 2018, 58).

Tässä tutkielmassa lähestyn ihmisten kokemuksia tulkinnallisesti ja siten, millä tavoin kohdejoukko on kokenut eläinten mahdollisen kasvattavuuden ja opettavuuden. Aineiston koostamisessa ja tulkitsemisessa näkyy yksilöllisten kokemusten vaihtelua ja tutkielman tieteenfilosofinen tausta rakentuu fenomenologis-hermeneuttiseen tieteenperinteeseen, jolle on ominaista pyrkimys ihmisten ainutlaatuisten kokemusten inhimilliseen ja syvään ymmärtämiseen. Fenomenologiassa ollaan kiinnostuneita ilmiöistä ja ilmiöiden tulkitsemisesta (Metsämuuronen 2008, 18), ja hermeneutiikalla tarkoitetaan teoriaa tulkinnasta ja ymmärtämisestä (Laine 2018, 33).

Eläinten mahdollisia koettuja kasvattavia ja opettavia ominaisuuksia tarkasteltaessa on kiinnitettävä huomio yksilöiden kokemuksiin, jolloin on perusteltua käyttää fenomenologis-hermeneuttista tutkimusmenetelmää. Laineen (2018) mukaan fenomenologis-hermeneuttinen tutkimus nähdään tulkinnallisena tutkimuksena koska siihen yhdistyvä ymmärtämiseen pyrkivä olemus muodostuu tulkinnan tarpeesta. Fenomenologis-hermeneuttisen tutkimuksen perustana olevat filosofiset kysymykset koskevat ihmiskäsitystä ja kokemusta koskevan tiedon luonnetta. (Laine 2018, 29.)

Ihmistä tutkivissa tieteissä hermeneutiikassa korostetaan arkikokemukseen liittyvää esiymmärrystä. Tutkijana omat ennakko-oletukseni (Laine 2018, 29) liittyivät näkemukseen kasvatustieteen ja psykologian osaston opiskelijana, jolla on teoreettista esiymmärrystä yksilön kasvusta ja kehityksen vaiheista myös sosiaalipedagogisesta näkökulmasta. Tutkielmaa kirjoitettaessa sain mahdollisuuden syventää oppimistani eläinavusteisuuteen

liittyen. Tähän aihepiiriin en ollut aikaisemmin tarkemmin perehtynyt, joten siihen yhdistyviä ennakkokäsityksiä minulla oli hyvin vähän tai ei ollenkaan. Tutkielman empiirisen osuuden työvaiheessa pyrin sulkemaan mielestäni teoriaosuudessa esiintyneitä näkökulmia eläinten koetuista merkityksistä, koska ajattelin eläinkirjoitelmiin vastaajien kokemuksiin yhdistyvän mahdollisesti jotain uutta, mielenkiintoista ja persoonallista näkemystä. Yritin lukea vastaanotettuja kirjoitelmia mahdollisimman puhtaalta pöydältä, jossa oli eläinaiheisia kirjoitelmia, joiden sisältöön saattoi liittyä odottamattomiakin piirteitä.

Kirjoitelmien sisältö oli rakentunut vastaajien E-lomakkeesta tekemien tulkintojen ja heidän yksilöllisten elämänhistorioidensa kautta. Vastaajien kirjoitelmat käsittivät henkilökohtaisesti koettuja kokemuksia eläimiin liittyen. Kirjoitelmissa useasti esiin tuotu näkemys eläimiin yhdistyvistä ihmisenä kasvamisen ja oppimisen merkityksistä on voinut olla yhteydessä kenties tutkimuksen kohdistamiseen eläinforumelle sosiaalisessa mediassa. Ryhmät ovat voineet koostua henkilöistä jotka ovat kokeneet ihminen-eläinsuhteen voimaannuttavasti, mutta toisaalta aineiston koko (N = 101) sisältää lukuisia kirjoituksia ainutlaatuisista ja yksilöllisistä kokemuksista eläinten kanssa. Lisäksi eläinryhmissä olevat henkilöt ovat kokemusasiantuntijoita eläinten kanssa ja useammalla vastaajalla oli useiden vuosien/vuosikymmenten kokemus ihminen-eläinsuhteen yksilöllisestä rakentumisesta.

Kvalitatiiviselle tutkimukselle on ominaista havaintoaineiston tarkastelu ja argumentointi. Tutkimuksella ei pyritä tilastollisiin yleistyksiin vaan tarkoituksena on antaa kokemuksellista kuvausta eläimiin yhdistyvistä ihmisenä kasvamisen kokemuksista. (Tuomi & Sajavaara 2018, 21, 73.) Perustelen aineiston keruun otetta myös sillä, että elämän ja elämäntarinan välinen suhde on hyvin monimutkainen jolloin luova ja vapaa kirjoittaminen eläinten mahdollisista kasvattavista ja opettavista ominaisuuksista voi tuoda aineistoon sellaisia näkökohtia, joita ei välttämättä tiukasti strukturoidulla otteella saattaisi tulla. Vapaa ja luova kirjoitelma omista kokemuksista voi tuottaa värikkään ja monipuolisen aineiston, sillä jokaisen kokema totuus myös ihmisenä kasvamisesta ja oppimisesta on paikallinen ja tilannekohtainen. (Gylling 2002, 79; Hyvärinen 2002, 66.)

Vallin ja Perkkilän (2018, 117–118) mukaan sähköiset kyselyt ovat tulleet tutkimuskäytössä suosituiksi metodeiksi ja niiden eduiksi voidaan katsoa visuaalisuus, nopeus ja taloudellisuus. Vastaamista voi kuitenkin rajoittaa esimerkiksi tietokoneen rajallinen

käyttömahdollisuus. Menetelmän valinnassa on tärkeää huomata, että tutkija ei ole etukäteen valinnut sosiaalisen median alustalle laitettun kyselyn vastaajia. Aineiston analysoinnissa tuloksia kuvataan tästä johtuen näytteenä. (Valli & Perkkilä 2018, 119–120.)

4.4 Aineiston analyysi

Aineiston analysoinnissa pyrin ymmärtämään ja tekemään tulkintoja ihmisten kirjoittamista kokemuksista. Kuhn puhui tutkimuksen teosta palapelin paloina, joilla on jo merkityksensä. (Alanen 2014, 39, 90–91.) Tutkimuksen tekeminen oli siis tulkintojen tulkitsemiseen pyrkimistä, sillä ihmisten ymmärtäminen tapahtuu heidän kokemusmaailmojen ymmärtämisen kautta. Moilanen ja Räihä (2018, 51) sanovat inhimillisen todellisuuden olevan merkitysten kyllästä. Tämä muodostaa fenomenologisen ja hermeneuttisen tutkimuksen kaksitasoisen rakenteen, jossa ensimmäisellä tasolla on tutkimuksen kohteen koetut kokemukset ja toisella tasolla tapahtuu tutkiminen, joka perustuu ensimmäisellä tasolla koettuihin kokemuksiin. (Laine 2018, 31, 34.) Pyrin välittämään tutkielmassani vastaajien autenttisia kokemuksia. Pyrin myös kriittiseen arviointiin omien mahdollisten ennakkoletusten ja näkemysten kohdalla, jolloin aineisto ohjasi minua (Laine 2018, 37–38).

Sähköisessä muodossa palautunut aineisto jätti analyysivaiheessa pois litteroinnin tarpeellisuuden (Kuula 2006, 174; Ronkainen, Mertala & Karjalainen. 2008, 22), joten aineiston vastaanottamisen jälkeen pääsin aloittamaan vastausten käsittelyn. Laadullisen tutkimuksen tarkastelussa voi Alasuutarin (2012, 41) mukaan tarvittaessa käyttää kvantitatiivisia osatarkasteluja korostamaan aineistoon liittyviä havaintoja. Aineiston käsittelyssä tulee noudattaa hyviä tieteellisiä käytäntöjä ja kunnioittavaa tutkimusotetta, sillä kirjoitelmissa käsiteltiin hyvin erilaisia asioita yksilöiden elämänsä josta kertominen osoittaa luottamusta tutkijan tekemää tutkimusta kohtaan. Aineiston käsittelyssä tutkijan ja kirjoitelmien välille muodostuu ikään kuin dialogi, koska kirjoitelmat puhuttelevat suoraan lukijaa. (ks. Pöysä 2015, 19.)

Aineistoa käsitellessä ja kirjoitelmia lukiessa on hyvä muistaa tehdä eroa kertovalle minälle ja kerrotulle minälle (Pöysä 2015, 82). Tuomi ja Sajavaara (2018, 94) tuovat esille myös, että analyysin jokaisessa vaiheessa tutkija pyrkii ymmärtämään kohdejoukkoa heidän omista näkökulmistaan. Yksilöiden kokemuksia tutkielmaan tallentaessani mietin tarkasti, että

ajattelmani kasvattavien ja opettavien kokemusten ryhmittely vastaa kirjoitelman tekijän aitoja ja yksilöllisiä kokemuksia. Pöysä (2015, 24) sanoo aineiston analyysissä tärkeäksi pohtia myös sitä miksi vastaaja on kuvannut asioita juuri tietyllä tavalla ja miksi hän asettaa subjektiivisen toimijuutensa tapahtuneisiin asioihin juuri tällä kertomallaan tavalla.

Empiirisen osuuden tarkastelussa käytin aineistolähtöistä sisällönanalyysiä (Tuomi & Sajavaara 2018, 92). Tarkastelussa oli yhteensä 101 eläinaiheista kirjoitelmaa, (**N = 101**). Kirjoitelmien analysoinnissa ja tulosten raportoinnissa vastaajien tunnusmerkit suojataan eettisiin periaatteisiin nojaten (TENK 2019, 12; Kuula 2006, 64, 200; Tuomi & Sajavaara 2018, 21). Jätin aineistosta pois mainittuja paikan nimiä ja muutin mainittuja eläinten nimiä käsittämään kyseistä eläinlajia tai rotua. Näin pystyin vahvistamaan kirjoittajien yksityisyyttä. Tutkimusaineistositaateissa olen käyttänyt tunnusta **k= kirjoitelma**, jonka yhteyteen tulee vastaajan satunnainen järjestysnumero eli monesko vastaaja on kyseessä, esimerkiksi **(k1)**, **(k77)** tai **(k100)**. Tämä auttaa lukijaa ymmärtämään tulosluvussa paremmin niitä kohtia joissa vastaajien kokemuksia käsitellään mahdollisesti eri alalukujen tai asiayhteyksien sisällä.

Aineiston koko oli 14891 sanaa. Asiakirjamuodossa 30 sivua, tekstimuodoilla Times New Roman, kirjainkoko: 12, riviväli: 1.0 ja tekstintaus. Laadullisen aineiston analyysissä tärkeää on aineiston pelkistäminen ja ratkaisun löytäminen, eli tutkittavasta ilmiöstä tehdään merkitystulkinta (Alasuutari 2012, 31). Aineiston tarkastelun apuna voi puolestaan Hakalan (2017, 158) mukaan käyttää kolmea apukysymystä: 1) millaisia vastauksia aineisto näyttää tarjoavan, 2) mikä on luokiteltavissa olevaa tietoa ja 3) mitkä asiat aineistossa ovat syvemmin analysoitavissa.

Kävin aineistoa läpi ja tarkastelin tutkimustehtävänä olleen kirjoitelman tehtäväksiannon ja vastausten keskinäistä toisiinsa vastaavuutta. Tarkastelin, että oliko eläinaiheisissa kirjoitelmissa vastattu kysytyyn asiaan ja millaisia ihmisenä kasvamiseen ja oppimiseen yhdistyviä ominaisuuksia eläimiin liitettiin? Mielenkiinto painottui erityisesti kokemusten erilaisuuteen ja ihmisenä kasvamiseen, johon suhtauduttiin kirjoitelmissa myös paikoittain hieman eroavin tavoin. Olen tarkentanut taulukkoon 2 vastaajien näkemyksiä ihmisenä kasvamisen arvioinnista.

TAULUKKO 2. Kokemukset eläinten ihmistä kasvattavista ja opettavista ominaisuuksista

Tarkasteltava vaikutus	Kokemus ihmisenä kasvamisesta ja oppimisesta	Kirjoitelmat
Eläimen koettu merkitys ihmisenä kasvamiseen ja oppimiseen	<i>Eläimet opettavat ihmisille valtavasti sellaisia asioita, joita ihminen ei toiselle ihmiselle pysty opettamaan. (k18)</i>	94 kirjoitelmaa
Eläimellä ei välttämättä koeta olleen vaikutusta ihmisenä kasvamiseen tai sitä on vaikea arvioida	<i>En osaa sanoa kasvattiko koirani minua ihmisenä. Se oli kuitenkin ainoa, joka minut piti tavallaan elämässä kiinni. (k101)</i>	7 kirjoitelmaa
Yhteensä		101 kirjoitelmaa

Koettu ihmisenä kasvamisen arviointi osoittautui vastaajien mukaan osin myös vaikeaksi (k4, k14, k58, k63, k73, k95 ja k101). Arvioinnin haasteeksi muodostui esimerkiksi ihmisen ja lemmikin yhteen kasvaminen vuosien aikana, jolloin voitiin kokea vaikeaksi erottaa normaalia kasvua ja kehitystä eläinten koetusta kasvattavuudesta. Eläimen koettiin kuitenkin opettaneen asioita (k14, k58, k95), olleen tukena ja osoittaneen rakkautta (k63, k73, k101), vaikka siihen ei välttämättä liitetty ihmisenä kasvamisen kokemuksia. Suurin osa vastaajista (yht. 94 vastaajaa) koki, että eläimiin yhdistyy ihmisenä kasvamisen ja oppimisen merkityksiä. Kokemuksia ihmisenä kasvamisesta kuvailtiin esimerkiksi näin:

Kun hevosen päättää hankkia omaksi 25-vuotiaana ja sen kanssa elää pitkälle toistakymmentä vuotta, on ehkä hankalaa erottaa, mikä ihmiseksi kasvussa on tapahtunut hevosen kanssa ja mikä olisi tapahtunut jokatapauksessa. (k58)

Ihmisenä kasvamiseen eläimellä on ehdoton vaikutus. Eläessäni koiran kanssa, näen aitouden, vilpittömyyden ja uskollisuuden, valitettavasti huomaan myös ihmisen raadollisuuden ja usein epäaitouden. (k43)

En välttämättä koe, että eläimellä olisi vaikutusta ihmisenä kasvamiseen, mutta eläimet ovat opettaneet ja kasvattaneet paljon. (k95)

Aineistolähtöistä sisällönanalyysiä käyttäen jatkoin seuraavaksi aineiston klusterointiin, ryhmittelemällä eläinten kasvattavuutta ja opettavuutta koskevia kirjoitelmia niiden sisältöä vastaaviksi luokiksi. Sen jälkeen abstrahoin eli käsitteellistin kirjoitelmien kokemuksia. (Tuomi & Sajavaara 2018, 92–94). Aineiston luokittelu ja kokemusten tyypittely tiivistivät käsittelyyn otettavia ihmisenä kasvamisen ja oppimisen ulottuvuuksia. Esimerkki aineiston

yhden kategorian käsittelystä on kirjoitettu taulukkoon 3, jossa esitetään vastaajien kokemuksia koetuista kognitiivisten taitojen kehittymisestä eläinten kanssa.

TAULUKKO 3. Esimerkki yhdestä aineiston osoittamasta kategoriasta

Sitaatti	Pelkistetty ilmaus	Kasvun ja oppimisen ulottuvuus
<i>Tunnen omat heikkouteni paremmin mutta tiedän myös omat vahvuuteni, ja ymmärrän myös muita ihmisiä ja heidän käytöstään paremmin. (k15)</i>	Toiminnan tarkoituksen ymmärtäminen	Kognitiiviset taidot
<i>[...] pyrin ymmärtämään muiden motiiveja sekä ratkaisemaan tilanteet sopuisasti. (k92)</i>	Ongelmanratkaisutaidot	Kognitiiviset taidot
<i>[...] lemmikki on opettanut vastuuta, ajan- ja rahan hallintaa sekä omatoimisuutta[...].(k15)</i>	Toiminnanohjaus	Kognitiiviset taidot
<i>Antanut olemassaolollaan uusia ideoita, kykyä haaveilla ja uskallusta tehdä oman näköisiä valintoja. (k6)</i>	Luova ajattelu	Kognitiiviset taidot
<i>[...] on oppinut yleisemminkin arvioimaan tilanteita ja ympäristöä laajemmin ja kriittisemmin. (k4)</i>	Kriittinen ajattelu	Kognitiiviset taidot

Aineiston käsittelyssä erottui ihmisenä kasvamiseen ja oppimiseen liittyviä kokemuksia, jotka olivat mielenkiintoisia piirteitä syvemmin analysoitavaksi. Näitä syvemmin tarkasteltavia kokemuksia eläinten kanssa koetuista ihmisenä kasvamisen ja oppimisen merkityksistä muodostui koskien kognitiivisten eli ajattelu- ja tiedonkäsittelytaitojen kehittymistä, mielenterveyden vahvistumista ja emotionaalisuuden ja tunnetaitojen kehitystä sekä sosiaalisuuden kokemuksen kehittymistä ja liikunnallisuuden lisääntymistä. Aineistosta löydetty ihmisenä kasvamisen ja oppimisen ulottuvuudet ovat esitettyinä taulukossa 4.

TAULUKKO 4. Ihmisenä kasvamisen ja oppimisen kategoriset ulottuvuudet

Sitaatti	Kasvun ja oppimisen ulottuvuus
<i>Tamma opetti olemaan läsnä tässä hetkessä ja katsomaan asioita eri kanteilta. Se opetti miettimään eikä reagoimaan, analysoimaan eikä vetämään välittömiä, tunneperäisiä päätelmiä. (k48)</i>	Kognitiivisten taitojen kehittyminen

<i>ilman whippet koiriani niitä oli kolme - minusta ei olisi tullut minua [...] olisin tehnyt itsemurhan - itse inhoni oli niin kova, ellei minulla olisi ollut noita koiria, joista pitää huolta. (k60)</i>	Mielenterveyden vahvistuminen
<i>Koirani ansiosta siedän nykyään paremmin epätäydellisyyttä. [...] Ymmärrän pelkotiloja. Ymmärrän oman käytökseni merkityksen muiden hyvinvointiin. (k80)</i>	Emotionaalisuuden ja tunnetaitojen kehitys
<i>Minun on aiemmin ollut hyvin vaikeaa tutustua uusiin ihmisiin ja jutella vieraiden kanssa, mutta koirani on pennusta asti vetänyt ihmisiä puoleensa ja auttanut avaamaan keskusteluja. Nykyään osaan olla paljon sosiaalisempi. (k38)</i>	Sosiaalisuuden kokemuksen kehittyminen
<i>[...] hevoset ovat tarjonneet toiminnallisen ja liikunnallisen elämänasenteen. Päivä kuluu tallilla poissa älylaitteiden ja sohvalla makoilun sijaan liikkuen. (k32)</i>	Liikunnallisuuden lisääntyminen

Vastaajien kokemien yksilöllisten ihmisenä kasvamisen ja oppimisen merkitysten erottuminen ja havaitseminen aineistossa oli tutkimuskysymykseen vastaamisessa keskeistä. Esittelen näitä vastaajien kokemia eläimiin yhdistyviä ihmistä kasvattavia ja opettavia ominaisuuksia tarkemmin tulosluvussa. Tutkimussuunnitelmaa laatiessani olin myös kiinnostunut tiedustelemaan E-lomakkeella ihmistä mahdollisesti kasvattavien ja opettavien eläinten ominaispiirteistä tai luonteenpiirteistä. Kysyin lomakkeella myös eläinten havaitusta kyvystä ottaa kontaktia ihmiseen, koska sillä voi olla vaikutusta ihmisen kokemukseen kohdatuksi tulemisesta ja sosiaalisen kohtaamisen laadusta. Sensitiivisyys on tärkeää eli herkkyys reagoida, aistia, ymmärtää viestejä, tarpeita ja tarkoituksia, sillä se rakentaa Hilpelän (1998, 24) mukaan ihmiselle kokemusta kohdatuksi tulemisesta.

Useassa kirjoitelmassa vastaajat antoivat kuvailuja eläinten erilaisista yksilöllisistä ominaispiirteistä ja taipumuksista. Kirjoitin liitteeseen 3 kuvauksia ihmisten kokemista kasvattavista ja opettavista eläimistä. Vaikka tutkielmassani en keskity käsittelemään eläinten luonteenpiirteitä, niin halusin kuvata lyhyesti tässä tutkielmassa mukana olevien ihmistä kasvattavien ja opettavien eläinten yksilöllisiä ominaispiirteitä, joista vastaajat puhuivat. Tämän tarkoituksena oli täydentää vastaajien esille tuomaa kokonaiskuvaa koetusta ihminen-eläinsuhteesta. Kirjoitelmissa eläinten yksilöllisyyttä kuvailtiin persoonasanaa käyttäen, ja vaikka nykypsykologisen tutkimustiedon valossa ei voida puhua suoraan eläinten persoonallisuudesta niin tämä oli erittäin mielenkiintoinen näkemys kenties myöhempää tutkimusta ajatellen. Vaikka vielä tällä hetkellä persoonasana koskee ihmistä, niin tieteellisessä kuin arkikeskustelussakin ollaan tietoisia eläimiin liittyvästä uudemmassa tutkimusnäkökulmasta, jossa ei korosteta ihmisen ylivoimaisuutta eläimiin.

4.5 Luotettavuuden ja eettisyyden arviointia

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arviointiin ei ole varsinaisesti yksiselitteisiä ohjeita, mutta kokonaisuuden muodostavan tutkimuksen eri vaiheet tulee olla johdonmukaisesti toteutettu ja tutkittava ilmiö tulee kuvata selkeästi (Tuomi & Sajavaara 2018, 122–123). Olen pyrkinyt tarkasti selostamaan tutkimukseen kuuluneita vaihteita minkä voidaan nähdä kohentavan laadullisen tutkimuksen luotettavuutta (Hirsjärvi ym. 2009, 232). Työskentelyprosessiin voi Kariston ja Seppälän (2004, 152) mukaan sisältyä myös haasteita. En päässyt osallistumaan jokaiseen seminaari-istuntoon mutta pyrin raportoimaan työskentelystäni yhteiselle sähköiselle seminaari-alustalle, eli ilmoittamaan onko työ edistynyt vai ei, ja millä tavalla tai mitä olen tekemässä seuraavaksi. Pystyin myös sähköisesti seuraamaan toisten työskentelyn kehitystä ja etenemistä. Koen myös saaneeni hyvin ohjausta ja kommentointia työskentelyprosessin aikana, joka on edistänyt työskentelyäni silloin, kun en ole päässyt paikan päälle keskustelemaan tutkielmaani liittyvistä aiheista.

Ronkainen ym. (2008, 20) kuvaavat tärkeäksi arvioida sitä onko tutkimustehtävään vastattu. Vastaajat olivat kuvanneet kirjoitelmissaan oman ihmisenä kasvamisensa ja oppimisensa eri puolia oman lemmikin tai hoitoeläimen kanssa. Vaikka osa vastaajista koki vaikeuksia ihmisenä kasvamisen arvioinnissa, oli kirjoitelmissa pyritty vastaamaan tutkijan asettamaan tutkimustehtävään mikä parantaa tutkimuksen luotettavuutta. Tutkielman teoriaperustaa tehdessäni, oman tutkimukseni luotettavuutta olisi voinut vielä vahvistaa aikaisemmat tutkimukset eläimistä ihmisten kasvattajina ja opettajina. Kuitenkin ihminen-eläinsuhteen tietyllä tavalla hitaasta mutta potentiaalisesta kehittymisestä johtuen tällaista tietoa en tämän tutkielman työstämisen yhteydessä vielä tavoittanut.

Eläinavusteisuuden kenttää apuna käyttäen pyrin pääsemään lähelle niitä merkityksiä, joiden voidaan ajatella olevan yhteydessä yksilölliseen näkemykseen omasta kasvamisesta ja oppimisesta eläimen kanssa. Tutkimalla eläinaiheisten opinnäytetöiden, tutkielmien, väitöskirjojen ja tutkimusten lähdeluetteloita löysin tutkimusaiheeseeni sopivia kiinnostavia ja laadullisesti hyviä lähteitä (Mäntylä, Toomar & Reukauf 2013, 24–27), joiden voidaan ajatella vahvistavan tutkimuksen luotettavuutta. Olen myös käyttänyt apuna jonkin verran eettieteellisiä lähteitä, esimerkiksi Myers (1998), Aaltonen (2017) ja Ilanmaa (2019), jotka perustuvat yksittäisten ihmisten näkemyksiin eläinten kasvattavuudesta ja opettavuudesta ja joiden voidaan myös ajatella olevan ”tosikokemuksia”. En koe näiden vähemmän tieteellisten

lähteiden vähentävän tutkielman tieteellistä painotusta vaan omaan tutkimusaiheeseeni perehtyneenä asiantuntijana ajattelen niiden tuovan esiin myös sitä arjessa olevaa näkemystä eläinten koetusta kasvattavuudesta ja opettavuudesta, joka vielä tieteen kentältä osin puuttuu.

Keräämäni aineiston perusteella minun oli mahdollista löytää joitakin yhteyksiä tutkielmalle asetettuun teoreettiseen viitekehykseen, vaikka eläinten kasvattavuutta ja opettavuutta ei olla varsinaisesti suoraan tutkittu. Pysin kuvaamaan, että kaikkia aineistosta löytämiäni asioita ei voitu yhdistää aiempaan tutkimukseen mutta joidenkin yhteyksien löytäminen teorian ja aineiston välillä voi osaltaan vahvistaa tutkimuksen luotettavuutta (Kniivilä, Lindblom-Yläne & Mäntynen 2017, 128–129, 141; Tuomi & Sajavaara 2018, 118). Luotettavuutta voidaan tukea myös SKS ym. (2017) ja Honkasen (2013) tuloksista löytyneistä yhteyksistä oman tutkimukseni tuloksiin.

Yliopisto-opintojen kautta minulla oli ennakkoymmärrystä ihmisen kasvusta ja kehityksestä, mutta eläinavusteisuuden tutkimuksiin perehtyminen toi uusia näkökulmia ihminen-eläinsuhteeseen. Aineiston käsittelyssä pyrin mahdollisimman hyvin ymmärtämään vastaajien kokemuksia ilman niiden suodattumista ennalta asetettujen kehysten läpi, mikä tukee puolueettomuuden näkökulmaa (Tuomi & Sajavaara 2018, 118). Tötön (2004) mukaan kaikki tutkimus voi kuitenkin jäädä pintapuoliseksi, sillä totuus on aina monimutkainen ja syvälinen kokonaisuus. Tutkimuksen avulla on kuitenkin mahdollista saada ymmärrystä tutkittavasta ilmiöstä. (Töttö 2004, 35.) Alasuutari (2012, 37) sanoo myös, että tieteellisellä tutkimuksella ei voida saavuttaa täydellistä varmuutta. Toistettavuus tutkimuksessa ja sen tulosten yhdistäminen muihin aiheesta tehtyihin tutkimuksiin kuitenkin lisää oikean ratkaisun todennäköisyyttä lisäten Jokisen (2008, 246) mukaan myös tehdyn työn vakuuttavuutta.

Kuvasin tutkielmaan yhdistyviä kriittisiä näkemyksiä muun muassa tiedonhankintavan perusteissa siitä, oliko eläinkyselyyn vastaajat muodostuneet mahdollisesti voimaannuttavalla tavalla ihminen-eläinsuhteen kokeneista henkilöistä. Näkisin kuitenkin näiden foorumeiden sisältävän vaihtelua ihminen-eläinsuhteen yksilöllisessä ymmärtämisessä, koska ryhmien osallistujamäärät olivat melko suuria ja aineiston vastaukset ainutlaatuisia kuvauksia yksilöllisesti koetusta eläinten kasvattavuudesta ja opettavuudesta. Suurin osa vastaajista kertoi eläimen kasvattaneen ja opettaneen heitä yksilöinä. Tunnettua kriittisyyttä oman kasvun arvioinnissa eläimen kanssa kuvaavia vastauksia oli myös (yht. 7 vastaajaa), mutta selvästi vähemmän. Olisiko tähän jakautumiseen mahdollisesti syynä usean vastaajan

pidempiaikainen asiantuntijuus yksilöllisesti koetusta ihminen-eläinsuhteesta, koska ryhmissä oli paljon henkilöitä joilla oli hyvin pitkä kokemus eläimen kanssa toimimisesta ja vuorovaikutuksesta.

Toisena syynä vastaajien aktiivisuuteen kertoa omista kokemistaan eläinten kasvattavista ja opettavista ominaisuuksista voisi mahdollisesti olla kiinnostus näiden eläinten mahdollisten kasvattavien ja opettavien ominaisuuksien tutkimusta kohtaan, jonka osa vastaajista myös toi esille kysyessään mahdollisuuttani jakaa valmis tutkielma eläinaiheisissa ryhmissä. Kriittisiä näkemyksiä olisi voinut tulla kenties enemmän, jos tutkimustehtäväni olisi ollut aiheeltaan toisenlainen mutta lähtökohtaisesti tässä tutkielmassa oli tarkoituksena tarkastella eläinten mahdollisia kasvattavia ja opettavia ominaisuuksia jossa jo kysymyksen asetteluun ei sisältynyt merkittäviä kriittisiä merkityksiä.

Pyrin käsittelemään mahdollisia kriittisiä näkemyksiä myös tuomalla esiin, että tutkielman teoreettisessa osuudessa esitettyjä tuloksia on ymmärrettävä subjektiivisesti koettujen merkitysten kannalta eikä kovin laajoja yleistyksiä voida tehdä. Myös omassa aineistossani, SKS ym. (2017) ja Honkasen (2013) tuloksissa näkyvät vastaajien subjektiiviset kokemukset. Vastaajien kirjoituksissa näkyi myös eläimen kanssa opittuja kriittisiä ajatuksia ja näkemyksiä, jotka vastaavat tällä hetkellä yhteiskunnassa käytävää keskustelua koskien esimerkiksi eläinten hyvinvointia joka on eettisesti hyvin tärkeä asia. Tutkielmassani on myös huomioitu eläinten hyvinvointia koskevia näkemyksiä, joka on eettisesti tärkeä osa ihminen-eläinsuhdetta. Eläinten hyvinvointi, tauot, turvallisuus ja eläimille lajityypillinen olemisen tapa on huomioitava erilaisissa eläinavusteisissa interventioissa. (Jegatheesan 2015b; Parish-Plass (2008, 14); Palestrini et al. 2016.) Lisäksi oman tutkimukseni tuloksissa mukana olleiden eläinlajien edustavuus on määrittynyt aineistossa mukana olleiden eläinten esiintyvyyssprosentin ja kasvattavien kuvausten perusteella, ja pyrin aineiston perusteella kuvailemaan eri eläinten merkitystä eri yhteyksissä yksilöiden kasvulle ja oppimiselle.

Kniivilän ym. (2017, 126) mukaan kielenkäytössä tulee pyrkiä täsmälliseen, tarkkaan ja luotettavaan ilmaisuun, koska tieteellistä kirjoittamista säätelevien normien avulla varmistetaan tutkimuksen laadukasta ilmaisua ja vertailukelpoisuutta. Analyysivaiheessa sähköistä aineistoa ei myöskään tarvinnut litteroida, joten sen luotettavuus voi Vallin ja Perkkilän (2018, 118) mukaan tämän vuoksi parantua. Aineiston tarkastelussa ja tekemässäni tutkimusprosessin raportoinnissa olen pyrkinyt noudattamaan hyvää tieteellistä käytäntöä,

joka tukee laadullisen tutkimuksen eettisyyttä. Työvaiheista olen pyrkinyt tekemään tarkkaa raportointia, joka voi tehdä myös tulosten ymmärrettävyydestä lukijoille selkeää. (Tuomi & Sajavaara 2018, 111, 123.) Olin myös asettanut tavoitteekseni määrittellä selkeästi tutkielmassa käyttämäni käsitteet.

Ihmisiä tutkittaessa on tärkeää huomioida tutkimuksen eettisiä periaatteita (TENK 2019). Kuulan (2006, 54–58) mukaan ihmistieteellisen tutkimuksen haasteena on mahdollisiin haittoihin ja riskeihin liittyvän eettisen ennakoarvioinnin vaikeus. TENK:n (2019, 7) mukaan tutkimuksesta ei tule aiheutua tutkimuksessa oleville ihmisille, yhteisöille tai tutkimuskohteille merkittäviä riskejä, vahinkoja tai haittoja. Tutkimustilanteet tai -aiheet voivat ja saavat kuitenkin sisältää samankaltaista tunteiden kokemista ja henkistä rasitusta kuin arkipäivän tilanteetkin (TENK 2019, 8).

Pyrin noudattamaan eettisiä käytäntöjä aineistonkeruussa ja tiedustelin ryhmien ylläpitäjien lupaa tutkimuspyynnön jakamiseen. Sähköinen kysely kohdistettiin niihin eläinaiheisiin ryhmiin, joihin julkaiseminen oli sallittua. Kerroin E-lomakkeella tutkimuksen tarkoituksesta, tutkimukseen vastaamisesta ja vastausten käsittelystä. Pyysin vastaajilta myös lupaa tai kieltoa vastausten mahdolliseen jatkokäyttöön heidän oman mieltymyksensä mukaan. (TENK 2019, 8–9, 12.) Tieteen edistymisen edellytyksenä on tieteen avoimuus ja mietin keräämäni aineiston tallentamista mahdollisesti Tietoarkistoon niiden vastaajien kohdalla, jotka antoivat luvan jatkokäyttöön (TENK 2019, 13). Tämä voisi osaltaan myös vahvistaa eläinten kasvattavuuden ja opettavuuden jatkotutkimusta, joka olisi sekä tärkeää että mielenkiintoista.

E-lomakkeen kysymykset antoivat vastaajalle melko strukturoimattoman vapauden kirjoittaa omista kokemuksistaan, jolloin tutkija ei tiedä mitä vastauksilta voi kirjoitelman tuottamishetkellä ja lopulta odottaa. Nikunen (2008, 156) kuvaa tutkimiseen liittyvän runsaasti erilaisia tunteita. Tutkielman tekijänä mietin, millaisia tunteita eläinkyselyyn vastaaminen on mahdollisesti saanut aikaan. Erityisesti niiden vastaajien kohdalla joiden tekstit käsittelivät myös haasteellisia, traumaattisia tai lemmikistä luopumiseen liittyviä kokemuksia. Aineiston tuomalla näytöllä eläinten välittämästä tuesta, kumppanuudesta ja erityisellä tavalla eläinten kanssa koetusta rakkaudesta josta vastaajat puhuivat, ajattelisin kirjoitushetkeen liittyvän mahdollisesti myös jotain luovaa ja terapeutista näkyväksi

tulemisen kokemusta. Pöysän (2015, 20) mukaan kirjoittamiseen voi yhdistyä terapeuttisia kokemuksia, sillä kirjoittamisen kautta yksilölle avautuu mahdollisuus itsereflektioon.

Tutkimuksen eettisyyskokemusta ajatellen joidenkin vastaajien kohdalla sähköinen kyselylomake voi myös tuntua helpommalta vaihtoehdolta, kun mahdollisesti koetut valta-asetelmat jäävät pois ja puhumisesta tulee suoraa haastattelutilannetta suojaavampi lähestymistapa vaikeuksikin koettuihin asioihin, ja niihin asioihin jotka halutaan säilyttää ”henkilökohtaisina” (Kuula 2006, 174–175). Toisaalta ajatusten asettaminen kirjalliseen muotoon voi sulkea herkemmin pois painotuksia ja tunteiden osoittamista, joita kohtaava vuorovaikutus pystyisi paremmin hyödyntämään, mikä voi osaltaan heikentää kokemuksista tehtävän tulkinnan luotettavuutta. Kirjoitelmien teossa myös kielen diskurssit saattavat luoda rajoitteisempaa ilmaisutapaa, sillä kieli osaltaan vaikuttaa puhuttuun ja ymmärrettyyn todellisuuteen (Raatikainen 2004, 49; Jokinen 2008, 247). Saturaatiolla tarkoitetaan aineiston kylläntymistä, kun tarkastelussa mitään uutta tietoa ei ole enää löydettävissä. Tästä johtuen koin aineiston antaman näytteen olleen tutkielmassani riittävän hyvä, koska se mahdollisti aineistosta löytämäni kuvion ihmisenä kasvun ja oppimisen ulottuvuuksista mikä tukee osaltaan luotettavuuden arviointia. (Tuomi & Sajavaara 2018, 75.)

Luotettavuutta olisi voinut parantaa myös E-lomakkeella ihmisenä kasvamisen tarkoituksen avaaminen, sillä osa vastaajista koki vaikeuksia ymmärtää kysymystäni. Ihmisenä kasvamisen käsitteen selkeämpi avaaminen olisi saattanut lisätä kysymykseen vastaamisen selvyyttä osittain tutkimuksessa, mutta toisaalta se olisi voinut myös haitata vastaajien omia näkemyksiä (ks. Valli & Perkkilä 2018.) Mietin lisäksi sitä, kuinka hyvin pystyin raportoimaan vastaajien kokemuksia eläinten koetuista kasvattavista ja opettavista ominaisuuksista. Kirjoittamisella on nimittäin merkitystä työn vakuuttavuuteen. Sen avulla voidaan rakentaa kosketuspintaa lukijoiden ja tutkittavien kulttuuriin. (ks. Jokinen 2008.)

Vastaajien kokemuksista hyvin kirjoitettu tulkinta auttaa Jokisen (2008, 248) mukaan tutkijaa pääsemään lähemmäksi tutkittavien kokemusmaailmaa. Laadullisen tutkimuksen vakuuttavuuden arvioinnissa on syytä huomioida, muodostuuko lukijan ja tekstin välille luottamussuhdetta. Yhtä tärkeää on lukijan kokemus siitä, tuntee ko hän tutkimuksen lisäävän hänen tietoaan tutkitusta aiheesta. (Jokinen 2008, 243.)

5 TULOKSET

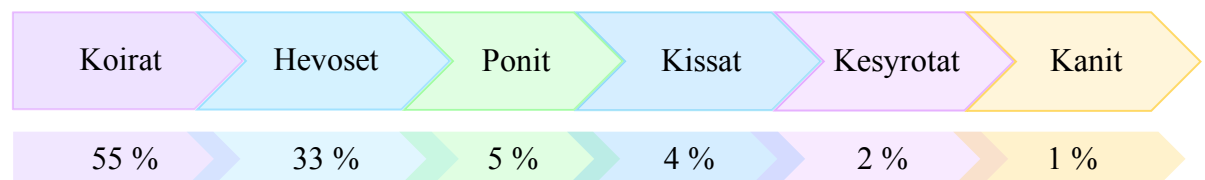
Tässä luvussa esittelen vastaajien kokemuksia eläimiin yhdistyvistä ihmistä kasvattavista ja opettavista ominaisuuksista. Tarkastelussa ovat yksilöllisesti koetut kasvun ja oppimisen merkitykset viidessä ihmisenä kasvamisen ja oppimisen ulottuvuudessa. Ensimmäisenä tarkastelen aineiston näkökulmasta eläinten koettua vaikutusta yksilön kognitiivisten taitojen kehittämisessä, jonka jälkeen kuvaan emotionaalisuuteen ja tunnetaitojen kehitykseen liittyvää kasvun ja oppimisen ulottuvuutta. Kolmantena kasvun ja oppimisen ulottuvuutena tarkastelen mielenterveyden vahvistumista ja eläimen roolia haasteellisten ja traumaattisten asioiden käsittelyn tukena, jonka jälkeen kuvaan eläimen koettua merkitystä yksilön sosiaalisuuden kokemuksen kehittämiseen, josta neljäs tulosten ilmoittama kasvun ja oppimisen ulottuvuus rakentuu. Viidennessä kasvun ja oppimisen ulottuvuudessa käsittelen eläimiä ihmisen liikunnallisuuden edistäjinä. Lopuksi luvussa 5.6 kokoan yhteen empiirisen osan havaintoni koetusta yksilöllisestä ihmisenä kasvamisesta ja oppimisesta.

Aineiston tulkinnassa etsin yhteyksiä teoreettisessa viitekehyksessä esitettyyn aiempaan teoriatietoon ja teen viittauksia Tietoarkiston tutkimusaineistoon: Eläin perheenjäsenenä 2014–2015 (SKS ym. 2017). Olin kerännyt jo oman aineistoni, kun sain tiedon SKS ym. aineistosta. Tämän johdosta en varsinaisesti tee vertailevaa tutkimusta, vaan mielenkiinnosta tarkastelen aineistosta tekemiäni löytöjä. Tarkastelin SKS ym. (2017) aineistoon mahdollisesti sisältyviä ihmisenä kasvamisen ja oppimisen kokemuksia eläinten kanssa, joita aineistosta myös löysin. Tietoarkiston Eläin perheenjäsenenä -aineistossa vastaajat olivat kirjoittaneet kokemuksistaan lemmikkien kanssa lapsuudessa ja nykyhetkessä. Viittaan Tietoarkiston aineistoon merkinnällä SKS, jonka perään kirjoitan satunnaisen muistelman numeron, jossa vastaajien kokemia eläimiin yhdistyviä ihmisenä kasvamisen

merkityksiä on mahdollisesti käsitelty (SKS1, SKS15, SKS70...). Omassa aineistossani kuvaan k = kirjoitelma lyhenteellä koettuja ihmisenä kasvamisen ja oppimisen merkityksiä, jonka perään kirjoitan kyseessä olevan eläinaiheisen kirjoitelman satunnaisen numeron (*k1*, *k28*, *k74*...), jossa eläimen on koettu kasvattaneen ja/tai opettaneen yksilöä hänen omassa yksilöllisesti koetussa ihmisenä kasvamisessaan (minäkasvu).

Tutkimusaineistossani useasti mainittuina eläiminä ovat hevoset ja koirat, jonka lisäksi aineistossa on mukana poneja, kissoja, kesyrottia ja kaneja. Kuvioon 2 on kirjoitettu aineistoni eläinaiheisissa kirjoitelmissa esiintyneitä erilaisia eläinlajeja ja niiden esiintyvyyttä prosentteina. Tietoarkiston aineistossa (SKS ym. 2017) on 72 muistoihin liittyvää kirjoitusta, joista suurin osa koskee koiria ja kissoja, mutta lemmikkeinä on ollut myös kaneja, hamstereita, kaloja, lintuja ja kilpikonnia.

KUVIO 2. Aineistoni kirjoitelmissa mainitut eläinlajit ja niiden esiintyvyys prosentteina



Aineistoni vastaajien ja SKS ym. (2017) muistelmien kirjoittajien anonymiteetin vahvistamiseksi olen poistanut aineistoista eläinten tai paikkojen nimiä, jotka voisivat johtaa kirjoittajien tunnistamiseen (TENK 2019, 12). Aineistositaateista poistetut kohdat olen merkinnyt hakasulkein [...]. Kirjoitelmista poistettujen eläinten nimien kohdalle olen kirjoittanut kyseessä olevan eläimen lajin/rodun kirjoitelman selkeyden välittämiseksi.

5.1 Kognitiivisten taitojen kehittyminen

Eläinaiheisten kirjoitelmien ihmisenä kasvamisen ja oppimisen ulottuvuuksista yksi liittyi kognitiivisten taitojen kehittymiseen. Kaikista vastaajien kokemuksista ei löytynyt aiemmin tehtyä tutkimusta, joten osa näistä merkityksistä oli uusia. Kognitiivisilla taidoilla ja niiden kehityksellä tarkoitetaan Chaterin, Heitin ja Oaksfordin (2005) mukaan tiedonkäsittely- ja ajattelutaitojen kehittymistä uuden tiedon ja toimintamallien omaksumisessa ja

ongelmanratkaisussa. Kognitiivisilla taidoilla voidaan tarkoittaa myös asioiden lähestymistä uudesta suunnasta ja oman suhtautumisen säätelyä koettuun tilanteeseen tai asiaan kohdistuen. (Chater et al. 2005, 298.) Kognitiivisten taitojen kehitys näkyi kirjoitelmissa vastaajien oman toiminnanohjauksen kehittymisenä ja toiminnan tarkoituksen ymmärtämisenä sekä ongelmanratkaisutaitojen kehittymisenä ja kriittisen ja luovan ajattelun kehityksenä.

Toiminnanohjausta koskien eläimen koettiin opettaneen läsnäolotaidoillaan, että asiat voidaan saada järjestymään rauhallisella toiminnalla. Eläimen hoitoon, kouluttamiseen ja vuorovaikutukseen liittyvät tilanteet olivat kehittäneet vastaajia toimimaan pitkäjänteisesti (k3, k24, k64, k86, k89, k91 ja k98): *”Poni on opettanut myös pitkäjänteisyyttä (k86)”*, ja kärsivällisesti (yht. 24⁵ vastaajaa): *”Olen oppinut aran kanin kanssa kärsivällisyyttä ja hyväksyntää (k9)”*. *”Kärsivällisyyttä hevoseni on opettanut, koska ei anna mitään ilmaiseksi. Ei ole oikotietä onneen ja sen olen oppinut (k2)”*. Pitkäjänteisyyden ja kärsivällisyyden oppimisesta oli hyötyä toiminnanohjauksessa, jonka avulla pystyttiin toimimaan paremmin haasteellisissa tilanteissa. Vastaajat olivat oppineet eläimen hoidon ja vastuun kautta myös toiminnanohjaukseen yhdistyvää ajan-, rahan-, ja talouden hallintaa (k15, k22, k44, k98 ja k99). Esimerkiksi hevosen hoitaminen oli ylipäättään opettanut: *”[...] ajankäyttöä ja ajanhallintaa, [...] tarkkaavuutta ja täsmällisyyttä (k44)”* ja *”[...] suunnitelmallisuutta, rahankäyttöä [...] (k22)”*.

Toiminnanohjauksen kehittymisen lisäksi vastaajilla oli kokemuksia eläimen kanssa kehittyneestä toiminnan tarkoituksen syvemmästä ymmärtämisestä: *”Syy-seuraussuhteen ymmärtäminen [...] hevosten kanssa opittu myös (k32)”*. Tätä voidaan kuvata myös motiivien eli toiminnan psyykkisten syiden ymmärtämiseen pyrkimisellä ja syy-seuraussuhteiden tiedostamisella. Eläimen käyttäytymistä tarkastelemalla opittiin ymmärtämään miksi eläin reagoi asioihin tietyllä tavalla (vrt. Rossi & Lundvall 2018), kuten pelolla, jännityksellä, sulkeutumisella tai avoimuudella:

Tammani osaa sulkeutua uskomattoman hyvin. Osaa mennä kuin toiseen maailmaan. Kontaktia ei saa millään. Ei millään. Erityisesti vanhan omistajan läsnäollessa sulkeutui välittömästi täysin. Oli kuin täysin eri hevonen. Pirteästä hevosesta tuli sulkeutunut ja apaattinen välittömästi. (k2)

⁵ k2, k3, k9, k15, k17, k26, k32, k36, k43, k46, k47, k52, k54, k62, k64, k70, k74, k76, k82, k84, k89, k97, k99 ja k100.

Kun opittiin ymmärtämään eläimen toimintaa ja sen tarkoitusta, niin sitä kautta voitiin oppia ymmärtämään ihmistenkin toimintaa paremmin. Toiminnan tarkoituksen ymmärtämistä opittiin muun muassa näin:

ratsuhevos tamma [...] Luonteeltaan rauhallinen ja helposti innostuva sekä herkästi ihmisen toiminnan laatua peilaava, mutta tietyt tilanteet voivat laukaista opittua jännittymistä (vanhat pelot). [...] pyrin ymmärtämään muiden motiiveja. [...] Olen oppinut ymmärtämään käyttäytymisen syitä [...]. (k92)

[...] tämän hevosen ansiosta tajusin omat virheeni ex-mieheni suhteen [...] Nyt osaan katsoa sitä parisuhdetta kuin ulkopuolinen ja näen meissä molemmissa yhtäpaljon vikaa [...] Se, että pystyin katsomaan omia virheitäni ja että tajusin eron koko kuvan oli itselleni aika kivulias kokemus, mutta tämä hevonen sai senkin tuntumaan vain yhdeltä helmeltä elämän ketjussa. Ja jotenkin tuntuu, että tämä kaikki on vain "laskeutunut" mieleeni hevosen ansiosta [...]. (k8)

Olen oppinut eläinten koulutuksesta paljon, mutta samalla olen ymmärtänyt itsestäni enemmän. [...] ja ymmärrän myös muita ihmisiä ja heidän käytöstään paremmin. (k15)

Toiminnan tarkoituksen ja syy-seuraussuhteen ymmärtämisellä on myös yhteyttä ongelmanratkaisu- ja konfliktitilanteiden selvittämiseen. AAT:n (*Animal Assisted Therapy*) yhtenä tavoitteena (Freund et al. 2016; Kahilaniemi 2016) on yksilön ongelmanratkaisutaitojen ja toiminnan ohjauksen vahvistaminen eläimen kanssa. Vastaajat olivat kokeneet saaneensa eläinten toiminnan kautta havaintoja ongelmanratkaisumalleista ja neuvottelutaidoista, joita he pystyivät käyttämään myös itse välttääkseen konfliktitilanteita. Muun muassa hevoset olivat opettaneet ongelmanratkaisutaitoja ja auttaneet rauhallisella olemuksellaan: ” [...] etsimään ratkaisuja laatikon ulkopuolelta (k66)”. Hevosen reagointi ihmisen äkkipikaisuuteen oli opettanut vastaajaa myös: ” [...] katsomaan asioita eri kanteilta. Se opetti miettimään eikä reagoimaan, analysoimaan eikä vetämään välittömiä, tunneperäisiä päätelmiä (k48)”. Ongelmanratkaisutaitoja opittiin myös haasteellisessa vuorovaikutuksessa eläimen kanssa jolloin oma kärsivällisyys, pitkäjänteisyys ja toimivien toimintamallien pohtiminen toimivat yksilöä kasvattavina tekijöinä. Eläimen kanssa opituista ongelmanratkaisutaidoista puhuttiin esimerkiksi näin:

Koska suurin osa elämästäni on vietetty tallilla hevosten kanssa, ovat niiden kanssa opitut toimintamallit siirtyneet väistämättä myös toimintaan ihmisten kanssa [...] En esimerkiksi hermostu helposti, pyrin [...] ratkaisemaan tilanteet sopuisasti. Olen oppinut [...] ongelmanratkaisua sekä hyväksymistä yksilön rajoitteista. (k92)

[...] tämän koiran kohdalla piti oikeasti tehdä vain lista sen ongelmista (ja se oli pitkä!) ja sen jälkeen asettaa ne tärkeysjärjestykseen, ja alkaa purkamaan niitä siinä järjestyksessä. [...] koska tämänkin koiran ongelmien ratkaisuun on mennyt kuukausia [...] voisi sanoa myös että opin pitkäjänteisyyttä ongelmienratkaisussa, ja myös kykyä kestää takapakkeja on parantunut. (k89)

Hevonen, ollut huonosti kohtelevalla ihmisellä joten ostaessa ongelmahevosen maineen saanut tapaus, ahdistustaan aggressiivinen ei luottanut ihmiseen. Uudelleen koulutus projektit on opettanut kärsivällisyyttä, pitkäjänteisyyttä, ongelmanratkaisu taitoja [...]. (k64)

Eläimen kanssa toimiminen ja eläimen näkeminen omana ”persoonanaan” oli kehittänyt yksilön kriittisen ajattelun taitoa, johon ei löytynyt teoriaosuudesta vastaavuutta. Kriittisen ajattelun taitoa voidaan pitää hyvin tärkeänä yleisenä taitona elämässä. Eräs vastaaja oli oppinut omalta eläinsuojelutaustan omaavalta koiraltaan kriittisiä ajatuksia, joka oli kiertänyt tiedettävästi 7 eri kodissa, kunnes kirjoitelman vastaaja lunasti hänet omaksi koirakseen. Koira oli kohdeltu huonosti, joten se ei luottanut ihmisiin: ” [...] koira on oman elämänsä ykkönen, minä en ole sille sen elämän tärkein asia. Tämä koira ei kunnioita ihmisiä tänä päivänäkään niinkuin ns. ”tavalliset” koirat, mutta me ollaan samaa laumaa ja se kunnioittaa omaa laumaansa ja sen sääntöjä hyvin tarkasti (k89)”. Vastaajat kirjoittivat eläimen kanssa opituista kriittisistä oivalluksistaan:

Yhteinen historia on opettanut ettei hevosen arvo ole kiinni siitä ihmiselle saatavasta hyödystä vaan ihminen on aina itse ensisijaisesti hevosta varten. Tällöin hevosen hyvinvoinnin vuoksi on ollut luovuttava omista henkilökohtaisista tavoitteista ja tehtävä hevosen hyvinvointia tukevista asioista omia tavoitteita. [...] muutoksen myötä on täytynyt luopua kilparatsastajan imartelevasta statuksesta, aloittaa pohjalta ja jäädä osittain myös sosiaaisten piirien ulkopuolelle. (k92)

[...] tämän hevosen kohdalla jotenkin tajusin ihmisen ja hevosen perimmäisestä suhteesta jotakin enemmän. Hevosen ei siis tarvitse olla ratsu tai ravuri tai mitään muutakaan ja se on silti erittäin tärkeä osa elämää. Se on myös johtanut ajatukseen, että kenenkään ihmisen ei tarvitse ansaita myöskään olemassaoloaan millään tavalla, ei suhteessa itseensä eikä varsinkaan suhteessa keneenkään toiseen ihmiseen. (k8)

Tämä koira elää ensisijaisesti itseään varten ja tekee itseään miellyttäviä asioita. Sillä on ihan yhtäläinen oikeus olla olemassa kuin mulla, eikä mulla ole oikeutta odottaa, että se tekee asioita mun mieliksi vain siksi että jossain paperissa on mun allekirjoitus. [...] Sitä ei voi alistaa tai pakottaa. (k89)

Kaikki ihmiset eivät ole kavereita, heitä ei tarvitse miellyttää. Koirani on myös ”opettanut” minulle, että koti on elämistä varten, ei näyttelykoti. (k20)

Vuorovaikutus eläimen kanssa oli kehittänyt vastaajilla kriittisiä ajatuksia sekä omassa, että SKS ym. (2017) aineistossa. Eräs vastaaja kuvasi kriittisen ajattelun taidon kehittymistä, jolla oli vaikutuksia hänen omaksumiensa tapojen muuttamiseen: ”Pyrin käyttämään tai ainakin ostamaan ainoastaan eläinkokeetonta kosmetiikkaa enkä ole enää moneen vuoteen syönyt lihaa (SKS49). Nämä vastaajissa ilmentyneet kriittiset ajatukset kohdistuivat myös yhteiskunnassa ja kulttuurissa yhteisesti koettuihin eläimiä koskeviin näkemyksiin, joihin yhdistyi ristiriitaisiakin ajatuksia:

Tämä hevonen opetti mut myös kuuntelemaan itseäni ja omaa sisäistä viisauttani. Aina muut, ns. asiantuntijat, eivät ole oikeassa. Ja siksi, että jotain asiaa on tehty tietyllä tavalla satoja vuosia ei tarkoita sitä, että se on oikein tai hyvä asia. Opin hevosen kautta kyseenalaistamaan asioita ja käyttämään omaa järkeäni ja sydäntäni. (k48)

[...] lemmikin pito ja syvä yhteys eläimeen on myös synnyttänyt entistä vahvemman huolen [...] kaikenlaisten eläinten oloista. Pohdin vakavasti lihansyönnin eettisyyttä, tuotantoeläinten oloja, eläinten viihdekäyttöä sirkuksissa ja eläintarhoissa jne. Asenteeni turkistarhaukseen on muuttunut ehdottomaksi eiksi, ja pyrin ostamaan eläintuotteita vain harvoin ja silloinkin luomuna. Pidän kaksijakoisena sitä, miten lemmikeille saatetaan ostaa kaikkea takeista taloihin, mutta samanaikaisesti kohtelemme ruoaksi jalostettuja eläimiä huonosti. (SKS44)

Tamma opetti, että joskus voidaan tehdä kompromisseja, ihmisen ei tarvitse aina olla se joka päättää joka asiasta. Joskus eläin voi sanoa ei, ja sitä eitä voi kunnioittaa ilman että maailma menee sekaisin. Päinvastoin, siitä sen ein kuuntelemisesta voi seurata paljon hyvää. (k48)

Yhdessä SKS ym. (2017) muistelmassa tuotiin esille myös ihmisten tuotantoeläimiin kohdistamaa ristiriitaisesti koettua rakkautta: ”Toisaalta seurattessani Facebookista maaseudun tuottajien kuvapäiväkirjoja, en näe pelkkää hyväksikäyttöä ja piittaamattomuutta, vaan ihmisiä, jotka rakastavat eläimiään [...] (SKS44)”. Tällainen ristiriitainen ajatus eläimen pidettävyydestä ja hyödyke-näkemyksestä voi auttaa pohtimaan ristiriitaisen asioiden näkemyksiä muuallakin elämässä. Kriittisen ajattelun kehittymisen lisäksi eläimen kanssa oltiin opittu luovaa ajattelua (k6 ja k15). Luovan ajattelun kehitystä kuvattiin muun muassa, että eläin on: ”Antanut olemassaolollaan uusia ideoita, kykyä haaveilla ja uskallusta tehdä oman näköisiä valintoja (K6)”.

Ihmisenä kasvamisen ja oppimisen kokemus oli yhteydessä kognitiivisten taitojen kehittymiseen eläimen kanssa, joka voidaan nähdä myös Ahon (1996) esittämän yksilön

minäkäsityksen kehittymisenä koskien kognitiivista suoritusminäkuva. Kognitiiviseen suoritusminäkuvaan voi kuulua yksilöllä olevat käsitykset omasta oppimisestaan, harkitsevuudestaan ja älykkyydestään. Vuorovaikutustilanteissa eläimen kanssa, kuten eläimen koulutuksessa ja hoidossa opittu kärsivällisyys ja pitkäjänteisyys kehittivät yksilön toiminnanohjausta ja eläimen käyttäytymistä havainnoimalla opittiin ymmärtämään toiminnan taustalla olevia syitä, joita voitiin ymmärtää myös ihmisten välisissä kohtaamisissa. Toiminnanohjauksen kehittyminen ja toiminnan tarkoituksen syvempi ymmärtäminen vahvistivat eläimen kanssa haasteellisessakin vuorovaikutuksessa opittua ongelmanratkaisutaitoa. Eläimen yksilöllisyyden ymmärtäminen taas kehitti yksilön kriittisen ajattelun taitoa ja luovaa ajattelua. Seuraavaksi tarkastelen ihmisenä kasvamisen ja oppimisen kokemuksiin yhdistyviä eläimen kanssa kehittyviä emotionaalisia merkityksiä.

5.2 Emotionaalisuuden ja tunnetaitojen kehitys

Eläinaiheisten kirjoitelmien toinen ihmisenä kasvamisen ja oppimisen ulottuvuus rakentui yksilön emotionaalisuuden ja tunnetaitojen kehityksen yhteyteen. Parish-Plassin (2008) sekä Melsonin ja Finen (2015) mukaan eläin voi auttaa yksilöä tunteiden säätelyssä. Vastaajat kertoivat oppineensa käsittelemään omia tunteitaan ja ymmärtämään omia tunnekokemuksiaan paremmin eläimen kanssa. Tällä kuvailtiin olevan myös yhteyttä yksilön ajatukseen omasta ihmisenä kasvamisestaan. Eräs vastaaja kertoi kokemuksensa joidenkin eläinten rauhalliseen olemukseen yhdistyvistä voimaannuttavasta tunteiden käsittelyn mahdollisuudesta: *”Eläimet ainakin auttavat tunteiden käsittelyssä monesti, enkä tiedä miksi. Mahdollisesti niiden sisäinen rauha saa tunteen asioiden järjestymisestä (k95)”*.

Joidenkin eläinten ”hienovarainen” tai rauhallinen toiminta ihmistä kohtaan voi osaltaan tukea yksilöllisesti koettua emotionaalista minäkasvua (Morrow 1998; Aho 1996). Beetz et al. (2012) kuvaavat eläimen voivan kehittää yksilön empatiakykyä. Vastaajat kertoivatkin kasvaneensa eläimen kanssa empaattisemmaksi⁶ ja huolehtivammaksi⁷. Myös SKS ym. (2017) aineistossa mainittiin empatian kehittyminen. Eläimestä huolehtiminen ja eläimen

⁶ k4, k17, k18, k26, k32, k40, k43, k44, k60, k65, k88 ja k92

⁷ k1, k3, k4, k10, k12, k14, k17, k19, k25, k30, k38, k40, k60, k62, k74, k88, k95 ja k100

yksilöllisten ominaispiirteiden havaitseminen oli kehittänyt vastaajien empatiataitoja. Empaattisten taitojen kehittymistä eläimen kanssa kuvattiin kirjoitelmissa esimerkiksi näin:

Ajan viettäminen eläinten kanssa on varmasti vahvistanut empatiakykyä ja kykyä huolehtia elävästä olennot. (SKS49)

[...] kun on päässyt näkemään ja kokemaan läheltä miten persoonallinen tapaus eläin voi olla, ei sen jälkeen osaa enää suhtautua oikeastaan mihinkään eläimeen muuten kuin välittämällä ja empatialla. Uskon sen myös kasvattaneen omaa empatia kykyäni myöskin kanssaihmissä kohtaan. (k4)

Hevonen ja hevosten hoito ylipäättään on opettanut [...] kykyä asettaa itsensä toisen asemaan, empatiakykyä, mukautumisenkykyä [...]. (k44)

Vastaajat olivat oppineet eläimen kanssa myös herkkyyden ymmärtämistä (k1, k30, k36, k45 ja k56): ”Hevoseni on opettanut minulle [...] herkkyyttä ja olen oppinut luottamaan intuitiooni niin ihmisten kuin eläinten kanssa (k36)” ja empatiaan liittyvää toisten huomioon ottamista oli opittu myös (yht. 12⁸ vastaajaa). Eläimet ovat herkkiä aistimaan ja heijastamaan ihmisen tunnetiloja. Rokka (2011, 82–83) kertoi havainnoistaan ratsastusterapiassa, jossa hevonen lähestyi kolmea tuntematonta terapian asiakasta aivan eri tavoin. Hevonen mukaili kunkin henkilön tunnetiloihin ja ominaisuuksiin sopivaa lähestymistapaa.

Jokelan (2013), Latvala-Sillmanin (2013) ja Collin-Kaajalan (2013) mukaan eläimet voivat tukea ihmisen tunteiden ilmaisua ja tehdä tunteiden tuntemisesta turvallisen kokemuksen. Nämä kokemukset ovat kuitenkin yksilöllisiä, eivätkä kaikki eläinlajit tai -rodut sovellu välttämättä ihmisen rinnalle auttamaan tunteiden käsittelyssä. Aineistossani yksi vastaaja kertoi tilanteestaan, jossa hevosen kanssa tehtävä tunnetyöskentely auttoi häntä pärjäämään hänen haasteellisessa tilanteessaan (k39). Nikanne (2011, 191–207) kertoo myös psykiatrisen ratsastusterapian mahdollisuudesta tunnetaitojen vahvistamisessa. Hevosen kanssa koetusta tunnetyöskentelystä (k39) ja tunnetaitojen vahvistumisesta (Nikanne 2011) kerrottiin näin:

Potilas kertoi hevosta tallissa hoidellessamme ääneen haikeasta tunteesta liittyen siihen, miten tärkeää hänelle olisi, että joku hyväksyisi hänet sellaisenaan. Juuri silloin kookas terapiahevonen ojensi kauniilla eleellä päänsä naisen yli ja piti häntä pitkän aikaa varovaisesti kaulansa alla. Sattumaa tai ei, mutta ajoitus oli jälleen kerran täydellinen ja tilanteen korjaavan kokemuksen luonne oli käsin kosketeltava. (Nikanne 2011, 198)

⁸ k3, k17, k20, k38, k48, k62, k69, k74, k82, k90, k95 ja k100

Olen aina ollut pelokas ja epävarma. Olen sitä edelleenkin, mutta ensimmäistä kertaa tunnen, että minä pärjään. Pärjään 500 kg:n kaltoinkohdellun hevosen kanssa.. Pärjään paremmin kuin moni muu. Unohdin ns.hevosihmisten johtajuusajatukset ja tein määrätietoista tunnetyöskentelyä hevosen kanssa. Elän elämäni onnellisinta aikaa ja se on tämän ihanan hevosen ansiota. (k39)

Kohtaamisissaan eläinten kanssa vastaajat kertoivat oppineensa tiedostamaan millaisia tunteita he kokevat ja miksi. Tämä tapahtui tilanteissa, joissa eläimen koettiin reagoivan ja ikään kuin heijastavan yksilön tunteita tai osoittamia tunteita (ks. Tusa 2007, 147–162). Eräs vastaaja kertoi ponista joka reagoi selkeästi ihmisen osoittamiin tunteisiin: ”[...] aistii ihmisen tunnetiloja ja reagoi niihin voimakkaasti, jos olet iloinen niin poni on myös, erittäin hyvässä mielentilassa (k46)”. Eläimeltä voitiin näin oppia tunnetartunnasta, joka mainittiin myös SKS ym. (2017) muistelmassa. Ihminen-eläinsuhteessa opittu tunteiden peilaaminen johti omien tunteiden käsittelyyn ja niistä oppimiseen:

Ratsastaessani omalla hevosellani kohtelin sitä rajusti. Opettaja pysäytti meidät ja pyysi arvioimaan uudelleen tilanteen. [...] Kaikki se negatiivinen mitä hevonen oli minulla ollessaan kertonut, olikin peilautunut minusta siihen. Minun piti opetella tuntemaan itseäni. Nyt hevoseni on avoimempi. Halukkaampi yhteistyöhön. [...] Kohtelen sitä kuin olisin itse lapsena halunnut tulla kohdelluksi. (k93)

Hevonen on toiminut omien tuntemusteni peilinä - kun olen levoton ja hermostunut, hevonen on levoton ja hermostunut. Kun olen taas mukana hetkessä ilman kiirettä ja odotuksia, hevonen on rento ja tekee pyydetyt asiat - ja enemmän! (k36)

Minusta eläin on ihmiselle paras peili, se käyttäytyy ihmiselle kuten ihminen eläimelle. (SKS23)

Omien tunteiden tunnistaminen ja niiden syiden tiedostaminen auttoivat kirjoitelmissa tukemaan yksilön kokemaa emotionaalista minäkasvua. Malinen (2011) kertoi eläinten merkityksestä vaikeissa oloissa eläneiden lasten elämässä. Malisen mukaan turvallisen aikuissuhteen puuttuessa eläimet auttoivat lapsia tunteiden säätelyssä. Lapset rauhoittuivat ja rentoutuivat eläinten lähellä. Aineistossani vastaajat kertoivat oppineensa omien tunteiden ymmärtämisen kautta säätelämään ja hallitsemaan paremmin omia tunteitaan. Tunteiden hallitseminen on mahdollista silloin, kun ihminen voi tiedostaa ja ymmärtää kokemiaan tunteitaan ja pystyy näkemään tunteiden takana olevia syitä, jotka johtavat tunteiden ilmaisemiseen. Tunteiden tiedostamisen kautta tapahtuvaa tunteiden hallintaa ja säätelyä opittiin vastaajien mukaan eläimen kanssa muun muassa näin:

Olen oppinut tulkitsemaan tunteitani ja toimintaani tarkemmin. Tunteiden tunnistaminen on opettanut minua myös hillitsemään ja käsittelemään niitä. [...] Tämä hevonen on opettanut minulle yhtä paljon elämästä kuin äitini. (k36)

Olen nuorempana ollut melko äkkiväärä ja temperamenttinen, mutta hevosen takia opin hillitsemään mm. turhautumisen ja siitä joskus seuranneen suuttumuksen tunteita: näin, miten omat reaktioni voimistivat hevosen pelkoa, enkä todella halunnut, että minulle rakas eläin alkaisi pelätä minua. (k58)

Hevoseni kasvatti minua huomaamaan tunteideni ryöpsähdyksiä ja rauhoittumaan ohjaamalla omaa puhettani itselleni. [...] hevonen otti selkeästi erilaisen asenteen minua kohtaan. Se osoitti selkeästi, että nyt riittää! [...] ja melkein aina kävi niin, että minua alkoi naurattamaan kun tajusin oman typeryyteni ja yliampumiseni, ja hevonen antoi ymmärryksestäni minulle taas hyvää palautetta...Hevonen selkeästi ohjasi minua, aikuista ihmistä, säätelämään tunteitani omaksi edukseni. (k41)

Kiinnostavana havaintona erotin aineistosta tärkeää ihmisenä kasvamista suhteessa eläimen kanssa opittuun omien rajojen löytämiseen ja kunnioittamiseen, joka oli myös kokemuksena uusi, johon ei löytynyt yhteyttä aiemmasta tutkimuksesta. Eläimen kanssa opittua rajojen tärkeyden ymmärtämistä opittiin eläimen hyvinvointiin, kouluttamiseen ja turvallisuuteen liittyvissä toiminnoissa ja arjen sujumisessa: ”Hevosilta olen oppinut mm oman tilan kunnioittamisesta - olenko muiden jyrättävissä henkisesti tai fyysisesti (k30)”. Rajojen oppimisesta kerrottiin esimerkiksi näin:

Toisaalta hevonen on myös opettanut rajoja. Tamma antoi ehdottomasti takaisin, jos kaikki ei mennyt putkeen. Ei ilkeästi vaan äidillisen jämerästi. Useampi huomautus ennen selkeää eitä. [...] Oman äitini ollessa arvaamaton ja nollasta sataan -tyyppi, hevoselta sai elämään sen selkeän ja järjestelmällisen puolen. (k2)

[...] olen myös oppinut paljon rajojen pitämisestä. En voi lelliiä koiraa pilalle, vaikka se katsoisi minua nappisilmillään. On rakkautta asettaa rajoja. (k100)

Nykyään ajattelen aina ensin itseäni, omaa jaksamistani, osaan sanoa ei ja pystyn asettamaan rajat muille, ja kiitän siitä ihan vain tätä koiraa; se olisi kävellyt mun yli täysin jos oisin antanut. Mun oli pakko muuttaa omaa arkea, jotta sain koiralle tarkat säännöt ja rajat. On mahdollista, että menetin myös erään lapsuudenystävän siksi, että opin asettamaan hänelle viimeinkin rajat. En enää suostunut hänen henkiseen väkivaltaansa. (k89)

Omien rajojen tunnistamisen lisäksi ihmisenä kasvamisen ja oppimisen emotionaaliseen ulottuvuuteen sisältyi erilaisten tunteiden oppiminen, kuten elämän rajallisuuden kohtaamiseen yhdistyvät tunteet (k10, k18, k50, k52, k62 ja k92). Lemmikin menetys pysäytti vastaajia kohtaamaan ja käsittelemään menetykseen liittyviä tunteita myös SKS ym.

(2017) aineistossa: ”Lemmikit opettivat käsittelemään kuolemaa ja menetystä (SKS12)” ja ”Rajallinen yhteinen taival hevosen kanssa opettaa sen, että kaikki pienetkin hyvinvointia edistävät teot merkitsevät (k92)”. Rajallisuuden ymmärtämisen kautta opittiin arvostamaan ja huomaamaan enemmän pieniä tavallisia ja tärkeitä tunnekokemuksia (k9, k17, k37, k74, k97 ja k100) kuten läsnäoloa⁹ (vrt. Rossi & Lundvall 2018) ja yksinkertaisia asioita:

Lemmikki on myös opettanut [...] yksinkertaisten ilojen arvostamista. Lemmikki on näyttänyt mikä elämässä on oikeasti tärkeää, läheiset ihmiset, hyvä ruoka, mukava tekeminen ja oma koti. (K74)

Maailmassa on paljon pieniä "isoja asioita", joita me ihmiset emme huomaa. Nämä tassuttelijat tuuppivat meitä niitä arvostamaan. (k17)

Ihmisten pitäisi elää kuin koirat: nauttien tuoksuista ulkona, kuolaten herkkuja ja välillä piehtaroiden nurmikolla. Välittämättä siitä mitä muut ajattelee. :) (k5)

En tiedä, onko enkeleitä olemassa, mutta olisi aika helppo ajatella, että eläimet ovat vähän niinkuin enkelien roolissa, auttamassa ja tuomassa iloa ihmisille, jotka ovat useinkin unohtaneet, miten toisista ihmisistä tarvisi pitää huolta ja elää yhteisönä. Nykyaikaan liittyy aivan liikaa oman edun tavoittelua, ja elämistä teknologian määräämissä rytmeissä. Jos ihmiset tajuisivat ottaa eläimistä mallia; elää vähän rauhallisemmin ja arvostaen elämänlaadulle oikeasti tärkeitä asioita, meillä olisi paljon viisaampi ja parempi yhteiskunta. (k28)

Pitkänen (2012, 31) on myös puhunut läsnäoloon yhdistyvistä tietoisuuden pohtimisesta hevosen kanssa kouluratsastuksen sijaan. Eläimet ovat tuoneet vastaajien elämään useita erilaisia tunteita, joilla voidaan nähdä vastaajien mukaan olleen myönteistä vaikutusta koettuun emotionaalisuuteen, joko hetkellisesti tai pidemmällä aikavälillä. Eläinten kanssa vastaajat olivat kokeneet esimerkiksi iloa¹⁰ ja hauskuutta (k14 ja k35), uteliaisuutta (k20) ja onnellisuutta (k3, k6, k28, k39, k74, k89 ja k100). Tärkeinä asioina nostettiin esille opittu rehellisyyden (k40 ja k91), aitouden (k43 ja k97) ja vilpittömyyden (k40 ja k43) arvostaminen, jossa ihmisten ja eläinten koettiin eroavan: ”Eläimen kanssa uhdessäolo on rehellistä ja avointa sekä rentouttavaa. Eläimeltä oppii vilpittömyyttä [...] (k40)”.

Eläimen kanssa opittiin myös rakkauden tunteesta¹¹. Honkasen (2013, 86) tuloksissa vastaajista yli 40 % toi esille eläinten ja ihmisten eron tavassa osoittaa rakkautta. Eläinten

⁹ k5, k6, k8, k11, k20, k24, k35, k36, k37, k44, k48, k50, k51, k52, k66, k67, k84, k91, k98 ja k99

¹⁰ k5, k6, k14, k17, k18, k20, k28, k30, k37, k52, k53, k54, k68, k70, k73, k74, k82 ja k100

¹¹ k2, k3, k27, k28, k42, k47, k53, k54, k65, k68, k74, k94, k96, k100 ja k101

koettiin eroavan ihmisistä osoittamassaan ehdottomassa rakkaudessa, hyväksynnässä ja kiltteudessa. Tämä näkyi myös omassa aineistossani, jossa erään vastaajan mukaan: *”Yksi asia, joka erottaa koiran rakkauden ihmisten välisestä rakkaudesta on se, että se koiran rakkaus on täysin pyyteetöntä (k101)”* ja *”Koen, että koirani on opettanut minulle [...] uudenlaista rakastamista (k100)”*.

Eläimen kanssa koettu ihmisenä kasvaminen ja oppiminen oli yhteydessä emotionaalisuuden ja tunnetaitojen kehitykseen, joka vastaa myös Ahon (1996) esittämää yksilön emotionaalisen minäkuvan kehitystä. Emotionaaliseen minäkuvaan sisältyy yksilön käsitykset omasta luonteestaan, tunteistaan ja ajatukset omasta empaattisuudesta ja herkkyydestä. Vastaajat olivat oppineet eläimen kanssa empatiaa, herkkyyttä ja tunnetartunnan ymmärtämistä. Omien tunteiden tiedostamisen kautta opittiin tunteiden säätelyä. Eläimen kanssa opittiin rajojen asettamisen tärkeyttä, elämän rajallisuuden kohtaamiseen liittyviä tunteita ja tärkeiden asioiden arvostamista, sekä muun muassa rakkautta. Seuraavaksi tarkastelen eläinten koettua vaikutusta psyykkiseen hyvinvointiin.

5.3 Mielenterveyden vahvistuminen

Kolmas ihmisenä kasvamisen ja oppimisen ulottuvuus muodostui yksilön kokeman psyykkisen hyvinvoinnin yhteyteen. Jokaisesta tässä luvussa esitetystä koetusta merkityksestä ei löytynyt yhteyttä aiemmin käsiteltyihin tutkimuksiin. Kirjoitelmissa puhuttiin muun muassa yksilön elämäntulkun sisältyneistä erilaisista haasteista, joiden käsittelyssä oman lemmikin rooli koettiin hyvin tärkeäksi. Mielen kohtaamalla haasteilla tarkoitetaan yksilön kokemia vaikeita tunteita, kokemuksia tai ajatuksia, joista selviytymiseen tarvitaan yleensä toisten tukea. Malisen (2011) mukaan turvattomissa oloissa eläneille lapsille eläimet toivat poikkeuksellisen merkityksellistä turvaa ja lohtua. Kirjoitelmissa eläinten kanssa tunnettu lohtu¹² sekä tuen ja turvallisuuden tunne¹³ olivat myös vastaajien tärkeiksi kokemia asioita oman psyykkisen hyvinvoinnin kannalta.

Kirjoitelmissa kuvattiin eläimen merkitystä traumaattisten asioiden käsittelyn tukena. Höijjer (2015) kuvaa traumojen tarkoittavan intensiivisesti koettuja, ennakoimattomia ja

¹² k5, k11, k18, k25, k27, k41, k42, k43, k50, k52, k54, k62, k65, k69, k83 ja k95

¹³ k2, k10, k31, k45, k49, k50, k53, k58, k62, k65, k72, k73, k75 ja k101

negatiivisia kokemuksia, joiden taustalla voi olla fyysisen, psyykkisen tai henkisen väkivallan kohteeksi joutumisen kokemuksia, kaltoinkohtelua, menetyksiä ja hylkäämiskokemuksia. Traumatisoivia kokemuksia voi aiheutua myös onnettomuuksien ja luonnonkatastrofien seurauksena. (Höijer 2015, 142–143.) Leinonen (2013) kertoi kuinka Suomessa sodasta palanneiden miesten ja hevosten käyttäytymistä ymmärrettiin kärsivällisesti ja heille annettiin tilaa toipua yhdessä kohtaamistaan traumaista. Mielenterveyden vahvistumista koskien tein mielenkiintoisen havainnon traumaattisia kokemuksia kohdanneen sekä ihmisen että eläimen välisestä erityisestä yhteydestä ja kasvun mahdollisuudesta (k39 ja k89). Erityisen yhteyden muodostumisesta ihminen-eläinsuhteessa kerrottiin näin:

Tallilla, missä se oli, oli hyvin vanhakantaiset mielipiteet hevosten käsittelystä, joten tein isoja virheitä. [...] Koska hevonen oli traumatisoitunut, jouduin [...] avaamaan omat silmäni ja näkemään hevonen muuna kuin pelkkänä ihmisen palvelijana. Samaan aikaan omat lapsuuden traumat aktivoituivat, avioliitossani ilmenneiden ongelmien takia. Tällaisessa kriisitilanteessa, luottamuksen rakentuminen kaltoinkohdellun hevosen kanssa, antoi itselleni syyllä olla olemassa. Se antoi hengähdystauon. (k39)

Koiralla on eläinsuojelutausta, eli se on otettu huostaan [...] koirahan oli todella traumatisoitunut kun se tuli [...]. Musta oli aivan uskomatonta nähdä, kuinka tuo koira muuttui ihan eri eläimeksi ihan vain sillä, että se sai turvallisen ympäristön ja sen perustarpeet tyydytettiin. Se sai mutkin miettimään omaa tilannettani, ja vaikka ihmiset ja koirat on hyvin erilaisia, mietin että olisiko itselläkin aika koittaa päästää irti menneistä, koska niille ei voi enää mitään. (k89)

[...] vahinkovarsa, aikainen vieroitus, kiertäminen paikasta toiseen, kaksivuotiaana vietiin elämään yksin lehmien keskelle ilman lajitovereita [...] Minusta tuli hevoselle se turvallinen "aikuinen" tai turva, joka siltä puuttui, ja ihmiset myös kommentoivat, että minulla ja hevosellani on erikoislaatuinen side. Vuorovaikutussuhde tämän hevosen kanssa [...] kasvoi elämäni tärkeimmäksi asiaksi, ja myös ankkuriksi, mikä piti minut kiinni elämässä, kun kohtasin vaikeuksia [...]. (k58)

Yksittäinenkin traumaattinen tapahtuma tai tilanne voi Höijerin (2015) mukaan aktivoida yksilön elämäkulussa aikaisemmin koettuja traumoja, jotka ovat voineet olla mielestä sivuun työnnettyinä joko tietoisesti tai tiedostamatta. Erilaisten kriisien aiheuttamat tilanteet voivat johtua sisäisistä tai ulkoisista tekijöistä, joissa henkilö reagoi yksilöllisesti uuteen tilanteeseen ja kokee voimattomuutta ongelmien ratkaisussa. Kriisit voivat kuulua myös normaalin elämän luonnollisiin kehitysvaiheisiin. (Iija 2009, 108.) Alschuler (2018, 11–13) kuvaa AAT:n (*Animal-Assisted Therapy*) tehokkaaksi keinoksi parantamaan esimerkiksi traumaperäisen stressihäiriön eli PTSD:n (*Post-Traumatic Stress Disorder*) oireita. PTSD:n

hoitoon soveltuu Altschulerin (2018) mukaan koirien lisäksi myös useita muita eläimiä. Salmelan (2013a) mukaan eläin voi auttaa yksilöä jaksamaan itsetuhoisten ajatusten keskellä. Eläinten merkityksestä mielenterveyden kannalta puhuttiin esimerkiksi näin:

Päivittäiben tallilla käynti ja ratsastus on auttanut myös omien mielenterveysongelmien kanssa (paniikkihäiriö ja kausittainen masennus) sekä lievän välilevypullistuman kanssa. [...] Olen saanut tämän hevosen kanssa luotua syvän suhteen ja voimme luottaa toisiimme tilanteessa kuin tilanteessa. (k98)

Tuo kyseinen rotta koostaan huolimatta piti minut järjissäni. Minulla on dyspraksia, hypomania ja keskivaikea masennus. En omaa ystäviä, joten rottien liike ja elämisen äänet pitivät asuntoni elävän tuntuisena. [...] Tiesin, etten voinut hylätä tai laiminlyödä eläimiäni, joista olen vastuussa. Rotan ruumiinlämpö rintaani vasten. Sukiminen. Kosketus. Minusta tuntui ihmiseltä. (k79)

ilman whippet koiriani niitä oli kolme - minusta ei olisi tullut minua - en olisi pystynyt selviytymän selväjärkiseksi ilman niitä, tai en olisi selvinnyt huume viidakosta ilman niitä, ne johdattivat minut pois sieltä missä oli synkkyyttä, alkoholisti vanhemmuutta, yksinäisyyttä, välinpitämättömyyttä, niiden kanssa olin aina jotain - jotain tärkeää - ja merkityksellistä - olisin tehnyt itsemurhan - itse inhoni oli niin kovaa, ellei minulla olisi ollut noita koiria, joista pitää huolta. (k60)

Mulla on myös ollut traumaattinen menneisyys, ja se on aiheuttanut PTSD:n, uniongelmia, ahdistusta, masennusta ja vaikka mitä muuta [...] Nykyään koen, että pystyn hyväksymään oman menneisyyteni [...] ja pystyn suhtautumaan tulevaisuuteen avoimesti [...]. Ahdistus ja masennus on poistuneet mun elämästä kokonaan viime kuukausien aikana [...]. Olen muuttunut ihmisenä viimeisen vuoden aikana todella paljon, omasta mielestäni hyvään suuntaan, ja kiitän siitä koiraani. (k89)

Paris-Plass (2008) mainitsee eläinten mukaan ottamisen hyväksi keinoksi muun muassa traumatisoituneiden yksilöiden sisäisen maailman tavoittamisessa. Mimsin ja Waddellin (2019, 14–18) tutkimuskatsauksessa oli todettu AAT:n vähentäneen ahdistusta trauman kokeneilla henkilöillä lisäten luottamusta joka tulee yksilön kokemuksesta, että eläimen kanssa voi tuntea tulevansa hyväksytyksi. Wilsonin ja Barkerin (2003) mukaan ihmisen koskettaessa lemmikkiä sensorinen stimulaatio eli aistitiedon aktivaatio lisääntyy ja sydämen lyöntitiheys sekä verenpaine laskevat kaikenikäisillä ihmisillä. Eläimen hoidon tuoma jatkuvuus, yhdessä tekeminen ja eläimen seurassa oleminen on toiminut yksilöille tukea ja lohtua tuovina tekijöinä, kuten eräs hevonen vastaajan kirjoituksessa: ” [...] suruun yksilö vastaa fyysisellä kontaktilla, tulee ihmisen lähelle ja painautuu vasten, joskus huokailee syvään, ikään kuin kokisi myötätuntoa (k26)”. Vastaajien mukaan joihinkin

eläimiin yhdistyvä rauhallisuus ja levollisuus toimivat tukea antavana asiana. Eläimen kanssa koetusta tuen merkityksestä puhuttiin muun muassa näin:

Kissani auttaa, jos voin huonosti. Tulee peiton alle iholle nukkumaan... oon voinut paremmin kissan tultua ilahduttamaan elämäni. (k73)

Kissani (ja koirani) olivat lähes ainoana tukenani kun vanhempani erosivat ollessani 10 v. [...] Olen varma ettei minusta olisi tullut kovinkaan järkevää aikuista jolleivät kissa ja koira olisi olleet siinä tukena, kavereina. Olivat vain olemassa, seurana ja juttukavereina aikana kun ei ollut kovin paljon muita ystäviä. (k72)

Lapsuudenkodissani oli alkoholismia, narsismia sekä henkistä ja fyysistä väkivaltaa. Menetin äitini alkoholismille ollessani nuori. [...] Koira osoitti, että olen tärkeä ja että minuun voi luottaa ja että olemassaolollani on merkitys. Koira kasvatti minua ihmisenä todella paljon ja oli tukenani monessa. (k10)

[...] lemmikki on arvokas kuuntelija ja osaa lohduttaa oikeissa tilanteissa. Lemmikeistä on apua yksinäisille (vanhukset, menetyksen kokeneet, masentuneet jne.) (SKS30)

Kirjoitelmissa ja SKS ym. (2017) muistelmassa eläimiin yhdistettiin terapeuttisia kuvailuja. Eläimiin liitettiin myös vahvaa luottamuksen tunnetta: ”Lemmikin kanssa on oppinut [...] ennenkaikkea luottamusta (k74)”. Eläimet ovat kasvattaneet vastaajia luottamuksen¹⁴ ja uskollisuuden¹⁵ ilmapiiriin ja lemmikeistä tuli vastaajien mukaan ”terapeuttisia kohtaajia”. Eläimen koettu terapeuttisuus muodostui eläimen rauhoittavasta olemuksesta, läheisyydestä ja eläimestä välittyvistä tunteista (Ilanmaa 2019). Melson ja Fine (2015, 184) esittävät terapeuttisten eläinten kykenevän rauhoittamaan ihmisiä tavalla, johon esimerkiksi terapeutti ei ole aina kykeneväinen. Tästä näkemyksestä ei kuitenkaan voida tehdä yleistyksiä. Vastaajien kuvaama eläinten terapeuttisuus kuvastaa Leinosen (2013) esittämää kulttuurista terapeuttimallia, joka käsitteli ihmisen ja hevosen suhteen muuttumista. Tässä aineistossa eläinten yksilöllisesti koettua terapeuttisuutta kuvattiin esimerkiksi näin:

Hevoseni on [...] erittäin älykäs, reaktiivinen sekä taitava lukemaan ihmisen virettä ja tunnetiloja. [...] Kiteyttäen sanoisin, että hevoseni on ollut ja on edelleen eräänlainen mindfulness-terapeutini. (k84)

Koira on paras kuuntelija, sille voi kertoa kaikki ja siltä vois moni ihminenkin oppia kuuntelutaitoa. Huonoimpina hetkinä en olisi pärjännyt ilman koiraani. Koen, että oma koira on toiminut itsellä jonkin näköisenä terapeuttina, kun sen turkkiin on voinut itkeä pahan olon. (k83)

¹⁴ k1, k10, k11, k14, k27, k28, k32, k36, k39, k48, k55, k58, k68, k74, k94, k97 ja k98

¹⁵ k17, k20, k43, k55, k68 ja k85

Tästä hevosesta huokuu rauha ja tasapaino ja hän saakin kaikki ihmiset lähellään rauhoittumaan. Selvästi terapeuttiinasta ja kuitenkin hevosen omista lähtökohdista käsin eli ei niin, että minä päättäisin sen. (k8)

Eläin opettaa ihmisen hyväksymään toiset – ja itsensä - sellaisina, kuin he ovat ja opettavat elämään hetkessä ja nauttimaan siitä. Ovat suurta, hyvää tekevää terapiaa ihmisille. (SKS59)

Joidenkin eläinten rauhoittavan olemuksen ja läheisyyden on todettu vaikuttavan käyttäytymisen laatuun muun muassa lapsilla, joilla on diagnosoitu ASD. Beckerin, Rogersin ja Burrowsin (2017) tutkimuksessa autismikirjioon kuuluvat lapset hymyilivät ja kommunikoivat verbaalisesti terapiakoiran kanssa. Samaan aikaan negatiivinen käyttäytyminen, vihantunne, ahdistus sekä pakeneminen vähenivät selvästi koiran kanssa tapahtuvassa kohtaamisessa. (Becker et al. 2017, 308–310.) Eläin perheenjäsenenä (SKS ym. 2017) aineistossa kuvattiin kissan rauhoittavaa vaikutusta poikaan, jolla oli diagnosoitu ADHD: ”Aiemmin kissalla oli suuri merkitys ADHD-poikani rauhoittamisessa. Kissa makasi näppäimistön edessä ja poika teki tehtäviään [...] kädet kevyesti kissan päällä [...] mikään muu ei olisi häntä auttanut keskittymään ja rauhoittumaan! (SKS8)”. Aradin (2004, 249) mukaan eläinavusteisessa terapiassa eläin voi rauhoittaa lapsia terapeuttisella olemuksellaan ja erityisesti lapsia, joilla on ADHD. Rauhoittumista eläimen kanssa¹⁶ kuvattiin kirjoitelmissa ja SKS ym. (2017) muistelmissa seuraavasti:

[...] hevonen ei ole tehnyt mitään sen kummallisempaa kuin vain ollut. Hän katsoo kauniilla silmillään syvälle sisimpääni ja jotenkin saa minut kukoistamaan myös henkisellä tasolla. Hän saa mieleni rauhoittumaan siitä ainaisesta vatvomisesta ja ajatusten pyörittämisestä. (k8)

Mielestäni lapset rauhoittuvat eläimen äärelle myös niissä ryhmissä, joissa on paljon erityislapsia sekä muutoin keskittymisen kanssa ongelmia. (SKS5)

Jos joku ihminen olisi käskenyt alentuvalle äänelläni minua rauhoittumaan tai antanut jollain tapaa ymmärtää, että on naurettavaa ottaa kierroksia [...] jostain asioista, olisin varmasti hermostunut entistä enemmän! Hevonen osasi tehdä sen tavalla joka sai minut nauramaan, ei menettämään kasvojani. (k41)

Vielä edelleen lataan akkuni parhaiten kun saan olla yksin eläinten kanssa. Työni on asiakaspalvelutyötä ja harrastukset (lähinnä treenaaminen koirien kanssa) myös sosiaalisia, mutta ihan oma itseni voin olla vain kotona lemmikkien kanssa. (k72)

¹⁶ k6, k8, k11, k16, k17, k35, k41, k48, k55, k59, k71, k72, k77, k87, k92 ja k98

Eläinkirjoitelmissa voidaan nähdä yksilön psyykkiseen hyvinvointiin yhdistyvää ihmisenä kasvamisen ja oppimisen kokemuksellisuutta. Beetz et al. (2012) mukaan HAI:n (*Human Animal Interaction*) on todettu vaikuttavan myönteisellä tavalla yksilön mielialaan. Mielenkiintoinen havainto oli traumaattisia asioita kohdanneen ihmisen ja eläimen välinen erityinen ja yhteinen kasvun ja oppimisen mahdollisuus. Haasteita ja traumaattisia kokemuksia sisältävä tausta antoi mahdollisuuden erityisen suhteen muodostumiseksi, jossa oli mahdollisuus omien mahdollisten haasteiden kohtaamiseen tai käsittelyyn, ja mahdollisuus oppia luottamusta, turvallisuutta ja asioista irti päästämistä. Eläimiin yhdistettiin myös rauhoittavia ja terapeuttisia ominaisuuksia, jotka olivat eläinten kanssa merkityksellisiksi tunnistettuja yksilön psyykkistä minäkasvua ja hyvinvointia tukevia asioita. Eläimen kanssa yksilö saattoi tuntea merkityksellisyyden kokemuksia. Kirjoitelmissa kuvattiin myös sosiaalisuuden kehitystä, joista seuraava luokittelu rakentuu.

5.4 Sosiaalisuuden kokemuksen kehittyminen

Kirjoitelmien sisällöstä muodostin neljäntenä ihmisenä kasvamisen ja oppimisen ulottuvuutena yksilön kokeman sosiaalisuuden ja sosiaalisten taitojen kehittymisen. Eläimen hoitaminen tai oman lemmikin omistaminen lisäävät Lundenin ja Haapasaaren (2013) mukaan sosiaalisia kontakteja ja kohtaamisia ihmisten välillä. ”[...] on tullut uusia ystäviä ja sosiaalinen verkko on laajentunut (k74)”. Eläimet voivat yhdistää ihmisiä ja toimia näin tutustumisen sillanrakentajina tuntemattomien kanssa, mitä kuvattiin myös aineistossani ja SKS ym. (2017) aineistossa: ”Lemmikki myös mielestäni sosiaalistaa merkittävästi (k95)” ja ”Lemmikin läsnäolo opettaa [...] ihmissuhteita (SKS30)”.

Honkasen (2013, 92) tutkielmassa neljäsosa vastaajista koki eläimen toimineen apuna ihmisten välisissä suhteissa. Tämä näkyi myös omassa aineistossani: ”Lemmikki on ollut myös jäänmurtajana sosiaalisesti hankalissa tilanteissa, eli sen kautta ja avulla on itse pystynyt kommunikoimaan ja vuorovaikuttamaan paremmin (k74)”. Yksi vastaaja oli myös oppinut lemmikkinsä kautta parempaa ihmistuntemusta: ”Koirani on opettanut minulle ihmistuntemusta. Hän vaistosi aina ihmiset, jotka eivät olleet hyväksi minulle ja otti avosylin vastaan ihmiset, jotka ovat edelleen elämässäni rakkaimpia ystäviäni (k18)”. Aineistoni

mukaan eläimet vahvistavat yksilön kokemaa sosiaalisuutta¹⁷ ja eläinten kanssa voi oppia sosiaalisia taitoja: ”*Eläimeltä oppii kommunikaatiota. Eläin opettaa myös toisten ihmisten kohtaamista (k40)*”. Eläimen kanssa koetusta sosiaalisuuden kehittymisestä puhuttiin muun muassa näin:

Eläimillä on ollut valtavasti vaikutusta. Ajattelen olevani kenties enemmän introvertti luonteeltani. Koirien kautta on ollut helppoa tutustua ympärillä asuviin ihmisiin, ja kenties oppia myös hieman enemmän avoimuutta ja luottamusta ihmisiin. (k28)

[...] ihminen kasvaa eläimen myötä tilanteen mukaan ja monesti hän luo ystävyyttä toisiin ihmisiin kun ihmiset saattaavat jäädä juttelemaan vaikka muuten eivät ees huomais ja pitää huolta ettei erakoidu kotiin ja lapset ovat oppineet sosiaalisia tapoja esim miten kohdellaa eläintä hyvin ja myös hyväksymään kaikki eläimet. (k90)

Lemmikit toimivat hyvänä tutustumisen muotona ja keskustelun avauksena. Hauskoja sattumuksia on myös tullut kerrottua [...]. (SKS65)

Koirani on kasvattanut minua paljon ihmisenä. [...] Hän on opettanut minulle sosiaalisia taitoja ja ollut linkkinä muihin ihmisiin koiraharrastusten ja muiden koiraan liittyvien asioiden kautta. (k76)

Miranda (2019, 171) on kirjoittanut lemmikkieläinten vaikutuksesta ihmisen sosiaalisuuden kokemuksiin. Hän sanoo lemmikkien auttavan meitä saamaan ystäviä ja sosiaalisten suhteiden on todettu edistävän yksilön terveyttä. Eläimellä koettiin olevan merkitystä esimerkiksi ikääntyneiden ja muistisairaiden henkilöiden kokemaan sosiaalisuuteen, joko hetkellisesti tai pidemmällä aikavälillä (Lunden & Haapasaari 2013; Tournier et al. 2017). Kohtaamisissa eläinten omistajien kanssa voi muodostua välillisiä kontakteja, joista voi tulla yksilön sosiaalisuutta vahvistava merkityksellinenkin vuorovaikutussuhde. Yhdessä kirjoittelussa ja SKS ym. (2017) muistelussa puhuttiin eläimen ja muistisairaana ikääntyneen henkilön välisestä sosiaalisesta kohtaamisesta ja sen merkityksestä:

Vanhainkodeissa käytyämme huomaa, että eläin yhdistää. Eläin on tuttu. Eläin herättää muistoja ja se on helppo kohdata. Parhaiten tämä tulee esiin kun olemme vieraileet muistisairaiden osastolla. Henkilöt, jotka eivät normaalisti puhu saattavat supista koiran korvaan ja siinä missä kontaktia otetaan ehkä harvoin henkilökuntaan tai muihin ihmisiin, on se helpompaa eläimen kanssa. (SKS5)

[...] lähinaapurissa oli yksinasuva mummo, joka oli suostuvainen ottamaan koirani päivähoitoon. Heistä tuli hyviä ystäviä keskenään. [...] Vaikka mummolla on muistisairauttakin, yhteiselo päiväsaikaan onnistui ihan hyvin [...] Eikä se

¹⁷ k16, k28, k35, k38, k40, k74, k76, k85, k90, k95 ja k97

välitä, vaikka juttuvarastokin muistisairaalla tahtoo supistua. Samalla kun olen häntä vienyt ja hakenut naapurista, on tullut luonteva syy piipahtaa naapurin puolella. (k28)

Yksilö voi kokea olevansa tervetullut muiden eläinten kanssa ulkoilevien ihmisten seuraan ja lemmikinomistajien välillä voi tapahtua paljon sosiaalista vaihtoa, joka heikentää yksinäisyyden tunnetta: ” [...] minusta on tullut seurallinen kun tapaa muita koiranomistajia kävelyillä (k16)”. Iija (2009, 105) on puhunut toista arvostavassa vuorovaikutuksessa yksilön sisäisen voimantunteen lisääntymisestä. Aineiston mukaan eläimen kanssa opittiinkin rohkeutta (k33, k44, k58, k61, k85 ja k86): ”Jouduin myös olemaan hevosen kanssa rohkeampi, kuin ehkä muuten olisin ollut, koska tilanteet sen kanssa olivat ajoittain jännittäviä [...] (k58)”. Rohkeuden vahvistumisen lisäksi eläimen kanssa koettu hyväksytyksi tuleminen lisäsi aineiston mukaan itsevarmuuden ja itseluottamuksen tunnetta¹⁸. Myös Bizub et al. (2003) kuvaavat, että eläimen kanssa yksilön itsetunto voi kehittyä. Rohkeuden ja itsevarmuuden kehittymistä kuvattiin esimerkiksi näin:

[...] hevosten käsittely on myös varmasti kasvattanut itseluottamustani valtavasti, koska se on jatkuvaa ja loputonta oppimista jossa pääsee kokemaan paljon onnistumisia, mutta toisaalta oikeastaan kaikista virheistä saa aina syyttää itseään, mikä kasvattaa luonnetta. (k4)

Hevonen on myös tuonut paljon itsevarmuutta, juuri siitä kun luottaa minuun. (K98)

Hevosen käsittely on tuonut valtavasti rohkeutta ja itsevarmuutta. Olen huomannut olevani paljon rohkeampi ja osaavampi kuin uskoin. (k86)

Sosiaalisissa voimaantumiskokemuksissa kuvautui paljon eläinten välittämiä myönteisiä tunteita, jotka lisäsivät esimerkiksi vastaajien avoimuutta (k28, k66, k89 ja k93). Sosiaalinen voimaantuminen ei tarkoita ainoastaan vuorovaikutuksen ja ulkopuolisen sosiaalisuuden lisääntymistä, joka näkyi vahvasti aineistossa. Se merkitsee myös yksilöön kohdistuvan oman sisäisen sosiaalisuuden voimistumista, joka tarkoittaa itsensä kohtaamista, kuuntelua ja ymmärtämistä: ”Eläinten kanssa ihmiset oppivat itsestään enemmän [...] (k87)”. Iijan (2009, 109) mukaan voimaantuminen voidaan siis ymmärtää sekä sosiaalisena että yksilöllisenä prosessina. Yksilöllistä voimaantumista ja minäkasvua eläimen kanssa kuvattiin myös pidemmällä aikavälillä yksilön elämänsä aikana: ”Hevoseni on ollut minulla

¹⁸ k4, k6, k15, k33, k36, k39, k44, k48, k58, k61, k85, k86 ja k98

maitovarsasta saakka ja olemme kasvaneet yhteen (k67)”. Eläimen merkityksestä omalle minäkasvulle puhuttiin muun muassa näin:

[...] uskon vakaasti, että koirani ansiosta aikuistumiseni ja kasvuprojektini vauhdittui tietyillä osa-alueilla ja varmasti tätä tapahtuu jatkuvasti. (k45)

Koen että meidän lemmikillä on ollut suuri rooli omassa kasvussa nuoreksi aikuiseksi. [...] Oma luonteeni on kasvanut [...]. (k74)

Koirani kasvoi ja varttui kanssani aina lapsuudesta teini-ikään ja teini-ikästä nuoreksi aikuiseksi. Toisinsanoen hän oli siis rinnallani kriittisimpinä ja ihmistä ehkä muokkaavimpina vuosina. (k18)

Perheeni on kaksihenkkinen, äiti ja kasvava nuori. Koira on siis saanut olla myös täydentämässä perheenkoonpanoa ja olla kaverina lapsen kasvulle ja kehittymiselle. (k28)

Becker et al. (2017, 307) kuvaavat eläinavusteisen sosiaalisten taitojen kuntoutuksen kehittävän ihmisen kokemaa sosiaalisuutta. Eläinten kanssa työskentely voi kehittää myös autismikirjoon kuuluvien lasten sosiaalisia taitoja (Gabriel 2016) ja auttaa heitä ymmärtämään paremmin omaa ja toisten henkistä tilaa (mielenteoria). Yksilön sisäisen sosiaalisuuden voimaantumista ja minäkasvua kuvattiin myös itsensä johtamistaitojen kehityksellä. Itsensä johtaminen ja itseohjautuvuus ovat tarpeellisia taitoja työelämässä, sillä työntekijältä vaaditaan yhä enemmän työnteon ohessa myös oman itsensä johtamisen taitoja (Sydänmaanlakka 2010). Eläimen hyvinvoinnin ylläpitämisen ja kouluttamisen myötä opittu johtaminen ja vastuu¹⁹ kasvattivat vastaajien minäpystyvyyden kokemusta, jota on voitu hyödyntää muun muassa työelämässä. Vastuun oppimisella koettiin olevan merkitystä myös yksilön parisuhteeseen: *”lemmikki on myös lujittanut ja tuonut uusia ulottuvuuksia omaan parisuhteeseen vastuun ja yhdessä tekemisen kautta (k74)”. Kehittyntä johtamistaitoa ja vastuuta kuvattiin kirjoitelmissa esimerkiksi näin:*

Hevonen on kasvattanut minua ihmisenä siinä suhteessa, että olen oppinut ottamaan vastuuta. [...] Joudun jatkuvasti tekemään ratkasuja monessa suhteessa eläinten hyvinvoinnin turvaamiseksi. Koen, että eläimet ovat kasvattaneet minusta paremman johtajan, suunnittelijan, sekä oman elämän hallitsijan. (k22)

Koiran kasvatusta on myös ollut opettavaista. Olen saanut vahvistaa oma ”johtajan” rooliani [...] Välillä on pakko ottaa tiukkoja kantoja. (k28)

¹⁹ k1, k4, k7, k11, k12, k14, k15, k17, k21, k22, k25, k26, k30, k32, k33, k35, k38, k40, k44, k45, k46, k51, k60, k62, k64, k69, k71, k74, k76, k82, k69, k74, k83, k86, k88, k92, k94, k95, k96, k98 ja k99

Opin olemaan tarkka ja huolellinen, olihan minulla huolehdittavani usean kymmenen tuhannen euron hevonen. Opin kantamaan päätöksistäni vastuun. [...] Edelleen huolehdin, olen tarkka. Tästä saan paljon myös työelämässä kiitosta. Olen myös kasvanut hevoseni myötä ahkeraksi, työtä pelkäämättömäksi ihmiseksi. (k1)

Vastuu toisesta olennosta ja siitä huolehtimisesta on kasvattanut aikuisuuteen sekä vastuuseen. (SKS45)

Johtajuus, kilpailukyky ja suoriutuminen ovat nousseet nykyaikana keskeisiksi asioiksi. Ei ole kuitenkaan varmaa ovatko nämä asiat pitkällä aikavälillä pelkästään hyödyttäviä. Suorittaminen voi uuvuttaa ja eristää ihmisiä sosiaalisesti, sekä tuottaa haasteita muun muassa fyysiseen jaksamiseen, sosiaalisiin kokemuksiin ja mielenterveyteen. Tässä tullaan ristiriitaiseen ajatukseen ja aineiston antamaan tulokseen eläimen kanssa opituista tärkeistä johtamistaidoista, ja taas toisaalta aiemmin mainitusta eläimen kanssa opitusta rauhoittumisesta ja ikään kuin ”voittoa tavoittelemattomammasta” asennoitumisesta. Eläimen voidaan ajatella opettaneen yksilöä olemaan hyvä johtaja, joka osaa tarpeen tullen olla myös voittoa tavoittelematon. On kyse sitten itsen tai toisten johtamisesta, niin on tärkeää oppia voimaannuttavan johtamisen keinoja. Vastajaat toivatkin esille positiivisuuden ylläpitämisen tärkeyden sosiaalisessa kohtaamisessa (k20, k30, k34, k57, k65 ja k93). Myönteisyyden merkitystä sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja johtamisessa kuvattiin positiivisen vahvistamisen kautta sekä omassani että SKS ym. (2017) muistelmassa:

Erityisesti nykyisten lemmikkien ja hevosten myötä olen kiinnittänyt yhä enemmän huomiota herkkyyteen, ja positiiviseen vahvistamiseen. Samat opit pätevät osin myös ihmiseen: Se miten toisia (eläintä tai ihmistä) kohtelee, voi joko lannistaa tai voimauttaa. Negatiiviset reaktiot aiheuttavat helposti negatiivisen kierteen ja epäluottamuksen. (k30)

Vasta viime vuosina ihmisten käsitys hevosten kouluttamisesta on siirtynyt hieman samaan suuntaan koirien kouluttamisen kanssa, käytetään positiivista vahvistinta eikä rankaisua. Itse olen aina ollut vastentahtoinen käyttämään raippaa tai lyömään ”huonosti käyttäytyvää” hevosta. Eläinten kanssa viettämä aika on avannut silmiä yhä enemmän ja saanut aikaan halun ymmärtää niitä yhä enemmän ja paremmin sekä halun taistella niiden puolesta. (SKS15)

Eläimen kanssa opittua sosiaalisuutta voidaan verrata Ahon (1996) esittämään sosiaalisen minäkuvan kehitykseen, jossa yksilön kokemus omasta sosiaalisuudesta erilaisissa tilanteissa muodostuu osaksi minäkäsitystä. Vastajien mukaan eläimen koettiin kehittäneen yksilön sosiaalisuuden kokemuksia ja vahvistaneen yksilön sisäistä sosiaalista voimaantumista kehittämällä itsevarmuuden ja rohkeuden kokemuksia sekä johtajuustaitoja.

Eläimen kanssa voitiin oppia myös positiivisuuden merkitystä sosiaalisessa kohtaamisessa. Vastaajat olivat kokeneet eläimen myös lisänneen heidän omaa liikunnallisuuttaan, jota seuraava ihmisenä kasvamisen kategoria käsittelee.

5.5 Liikunnallisuuden lisääntyminen

Viidenneksi ihmisenä kasvamisen ja oppimisen ulottuvuudeksi muodostui eläimen kanssa koettu liikunnallisuuden lisääntyminen. Eläimen kanssa liikuntaan motivoitumisen katsotaan parantavan ihmisen fyysistä hyvinvointia, joka vaikuttaa myönteisesti lisäksi yksilön kokemaan psyykkiseen hyvinvointiin (Johnson & Meadows 2010, 387–397; Aaltonen 2017). Fyysisellä aktiivisuudella ja liikkumisella onkin Carlessin ja Douglasin (2010) mukaan vaikutusta myös yksilön minäkuvaan. Eläinkirjoitelmien mukaan lemmikin tai hoitoeläimen kanssa vietetty aika lisäsi yksilön fyysistä aktiivisuutta ja motivoi liikkumaan²⁰ (ks. Aaltonen 2017). Vastuu eläimen hyvinvoinnista pakottaa lähtemään liikkeelle silloinkin, kun ei muuten jaksaisi: *”Lemmikit lisää myös omistajien aktiivisuutta ja lievittävät stressiä (k82)”*.

Honkasen (2013) tutkielman mukaan eläinten koettiin vaikuttavan ihmisen fyysiseen hyvinvointiin yksilön kuntoa kohottavalla ja elämäntapoja parantavalla tavalla. Lisäksi viidesosa vastaajista koki eläimen lisänneen liikunnan määrää. (Honkanen 2013, 88, 92.) Ihmiset myös leikkivät lemmikkiensä kanssa, joka voi tuoda elämään iloa ja keveyttä aikuisenakin: *”Liikunta ja leikkiminen on tullut osaksi jokapäiväistä arkea, joka tuo leikkimielistä vaihtelua päivän muihin puuhiin (k74)”*. Kirjoitelmissa eläinten kanssa liikkuminen mainittiin useasti yksilön hyvinvointia tukevana asiana. Liikunnallisuuden lisääntymistä ja motivaatiota liikkumiseen kuvattiin aineistossa ja SKS ym. (2017) muistelmassa muun muassa näin:

Koirat saavat liikkeelle ja tulee liikuttua säännöllisesti, mikä voisi ilman koiraa jäädä tekemättä. (SKS14)

[...] hevoset ovat tarjonneet toiminnallisen ja liikunnallisen elämänasenteen. Päivä kuluu tallilla poissa älylaitteiden ja sohvalle makoilun sijaan liikkuen. (k32)

Ihan fyysisellä tasolla minulle tekee hyvää, että on joku syy lähteä ulkoilemaan ja saamaan fyysistä räsitusta. Työni on istumatyötä tietokoneen äärellä. Varsinkin

²⁰ k6, k16, k27, k28, k31, k32, k45, k51, k52, k70, k74, k75, k79, k82 ja k101

huonolla ilmalla tai pimeään aikaan, olisi helppo jäädä telkkarin äärelle. Viime viikollakin nähtiin upeita revontulia, kun koiran kanssa lähdettiin vielä pienelle ulkolenkille. (k28)

Melsonin ja Finen (2015) sekä Paris-Plassin (2008) mukaan eläin voi parantaa yksilön fyysistä aktiivisuutta. Kirjoitelmissa kuvattiin liikkumiseen motivoitumista yksilöllisissä elämäntilanteissa, joissa liikunta eläimen kanssa oli juuri se motivoiva tekijä, joka sai liikkeelle haastavissakin olosuhteissa. Eräs vastaaja kertoi kultaisestanoutajasta, joka oli: ”*Auttanut alkoholisti-isääni pääsemään aamuisin ylös ja ulos (k75)*”. Eläimen kanssa liikkuminen voi näin kannustaa yksilöä terveyttä hoitamaan ja aktiivisempaan elämäntapaan: ”*Olen monisairas ja tällä hetkellä pidän itsestäni parempaa fyysistä huolta, että pysyn hengissä [...] (k39)*”. Kirjoitelmissa eläimen kanssa koetusta liikunnan merkityksestä omaan hyvinvointiin puhuttiin muun muassa näin:

Sain aivoverenvuodon lokakuussa 2005 [...] Jouduin olemaan sairaalassa toista kuukautta leikkauksen jälkeen, mutta selvisin hengissä ja liikuntakykyisenä. [...] Päivittäiset rutiinit ja liikunta koirani kanssa pitivät minut selväjärkisenä, vaikka niin sanottuun normielämään en palannutkaan. (k101)

Liikumme koiran kanssa päivittäin metsässä, sehän lieventää stressiä myös. Stressiä lieventävä teho tuplaantuu kun saa katsoa rakkaan lemmikkinsä iloa kun hän purkaa energiaansa luonnossa. (k52)

Minulla oli syy nousta sängystä. Rotat. Piti ruokkia, hoitaa, siivota...käydä ostamassa niille ruokaa ja tarvikkeita. Ilman näitä velvoitteita olisin antanut itseni mennä osasto kuntoon. (k79)

Koirani on myös edistänyt toipumistani keskivaikeasta depressiosta ja ollut korvaamaton tuki. Hänen vuokseen nousin vaikeimpinakin aikoina sängystä enkä eristäytynyt kotiini. (k45)

Kirjoitelmissa tuli esiin luontoa ja yksilön luontosuhdetta koskevia näkemyksiä, joka mainittiin myös SKS ym. (2017) aineistossa. Ihmisen ja luonnon välinen vuorovaikutus on Frangen (2016, 141) mukaan solutasoista yhteyttä luonnon kanssa, ja ihmisellä on kaipuu sen läheisyyteen. Luonnossa voi keskittyä kaikkeen siihen mitä tällä hetkellä on ympärillä. Luonto on Frangen mukaan varaamatta saatavilla ja se antaa rauhaa ja säilyvyyden tunnetta nopeasti muuttuvassa ympäristössä. Eräs vastaaja kertoi lemmikkiä ulkoiluttaessa tulleesta ajatuksestaan: ”*Vaikka televisio kuinka syytäisi ikäviä uutisia maailmantilasta, on luonto ympärillä kaunista ja rauhaisaa (k28)*”. Frange (2016) kuvaa, että kokemalla yhteyden

luontoon, ihminen voi kokea myös yhteyden itseensä. Kokemuksia yksilöllisesti kehittyneestä luontosuhteesta kuvattiin muun muassa näin:

Työssäni lasten parissa kerron mielelläni lemmikeistämme. Olen vienyt töihin kuvan kilpikonnasta lammella. Lapset ovat kiinnostuneita lemmikeistä ja kyselevät niistä nimen, koon ja ruokatavat. [...] Ajattelen kertomiseni olevan yleisesti kasvatusta kohti hyvää luontosuhdetta. (SKS65)

[...] elämäni parhaat muistot eivät koostu vanhemmilta salatuista ryyppyreissuista, vaan kesälomien pitkistä mökkireissuista. Muistot siitä, että lenkkeilin koirani kanssa maalla pitkiä lenkkejä, otin sen mukaan veneily- ja kalareissuille, pompin sen kanssa trampoliinilla ja kävin marja- ja sienimetsässä sekä opetin hänet etsimään suppilovahveroita ovat korvaamattoman arvokkaita muistojani, joita aion vaalia koko elämäni ajan. (k18)

Oon tajunnut tämän koiran kanssa sen, että ihmiset eivät elä tasa-arvoisesti luonnon kanssa [...] me ei olla yhtään sen tärkeämpiä eikä myöskään vähäpätöisempiä kuin muutkaan elävät olennot. Tämä on poikunut sitten viime kuukausien aikana sen, että en syö enää oikeastaan lihaa tai eläinperäisiä tuotteita, vaikka itse lihansyönnissä en näe vikaa. Mutta se tapa, jolla tuotantoeläimiä pidetään vain ihmisten ruuanlähteenä, lähinnä oksettaa. (k89)

Eläimet ja luonto linkittyvät luonnollisesti yhteen ja ulkoillessaan luonnossa ihminen pääsee luonnonrauhaan ja luonnolliseen ympäristöön (ks. Salovuori 2014, 39). Eläimen hoitoon kuuluva velvoite ulkoiluttaa lemmikkejä ja hoitoeläimiä sai vastaajia lähtemään ulos, jonne ei välttämättä olisi tullut muuten lähdettyä niin usein, mikä auttoi kehittämään yksilön luontosuhdetta: ”Hevosten ansiosta olen kokenut monia hienoja luonnonilmiöitä, kun hevosten kanssa olen ollut ulkona kelistä riippumatta (k51)”. Luontosuhteen kehitystä kuvailtiin myös harrastukseksi muodostuneena tapana: ” [...] metsässä liikkumisesta on tullut harrastus ja luontoon liittyvät asiat kiinnostavat laajemminkin entistä enemmän (k70)”. Luontosuhteeseen liittyen oman lemmikin tai hoitoeläimen kautta opittiin ymmärtämään ja arvostamaan eläimiä (k3, k4, k17, k18, k27, k74, k81 ja k100): ”Koirani myötä minusta on kasvanut [...] luontoa ja varsinkin eläimiä valtavasti rakastava [...] (k18)” ja ” [...] on kasvattanut täysin erilaisen mielenmaailman luontoa ja sen eläimiä kohtaan (k17)”. Luontosuhteeseen yhdistyvää eläinten arvostamista kuvattiin näin:

On opettanut [...] myötätuntoa kaikkia luonnon pienempiäkin eläimiä kohtaan. (k17)

Vaikka olen aina pitänyt eläimistä, ajattelen nykyään jopa vielä enemmän niiden hyvinvointia. [...] Haluaisin auttaa kaikkia maailman eläimiä ja tarjota niille yhtä hyvän elämän kuin koirallani on. Ajattelen asioita nykyään enemmän eläinten kautta ja siitä on kiittäminen mäyräkoiraani. (k100)

Lemmikki on opettanut arvostamaan eläimiä. Eläimet ansaitsevat ihmisiltä tasa-arvoisen kohtelun. (k27)

Oman lemmikin kautta on tullut ihan erilainen katsomus ja tunne myös kaikkiin muihin erilaisiin eläimiin, niitä katsoo nyt aivan eri vinkkelistä kuin aikaisemmin. (k74)

Eläimen ihmistä kasvattava ja opettava merkitys yhdistyi yksilön kokeman liikunnallisuuden lisääntymiseen, motivoitumiseen ja liikunnan tärkeyden ymmärtämiseen suhteessa oman hyvinvoinnin tuntemuksiin. Liikunnalla voidaan nähdä olevan merkitystä myös yksilön minäkuvan kehittymiseen (Carless & Douglas 2010). Eläimen kanssa ulkoileminen kehitti lisäksi yksilön luontosuhdetta ja luontosuhteeseen yhdistyen vastaajat oppivat myös arvostamaan eläimiä. Eläimen kanssa kehittyneen liikunnallisuuden kokemuksen voidaan nähdä Ahon (1996) kuvaaman fyysisen ja motorisen minäkuvan kehityksenä. Fyysinen ja motorinen minäkuva pitää sisällään yksilön ajatukset ja kokemukset koskien omaa kehoa, ulkonäköä, terveyttä ja motorisia taitoja.

5.6 Tulosten koonti ja kokemusten tarkastelua

Tutkimuksessa tarkasteltiin eläinten mahdollisia ihmistä kasvattavia ja opettavia ominaisuuksia. Tulosten mukaan suurin osa vastaajista (94 kirjoitelmaa) kuvasi eläimiin yhdistyviä ihmistä kasvattavia ja/tai opettavia ominaisuuksia. Osa vastaajista (7 kirjoitelmaa) koki ihmisenä kasvamisen arviointiin liittyviä hankaluuksia, mutta eläinten koettiin opettaneen erilaisia asioita ja olleen yksilön tukena erilaisissa tilanteissa. Ihmisenä kasvamisen arvioinnin vaikeus tuli esille esimerkiksi silloin, kun oma kasvaminen oli tapahtunut eläimen kanssa pitkällä aikavälillä, jolloin voitiin kokea haastavaksi eläimen kasvattavuuden ja luonnolliseen kehitykseen kuuluvan kasvun ja oppimisen arviointi.

Honkasen (2013) tutkielmassa saatujen tulosten mukaan eläimet tuntuivat myös olleen opettavaisia, aikaansaaneen muutosta tai kehittäneen yksilön ajattelua. Honkanen tarkasteli tutkielmassaan myös eläinten koettua vaikutusta yksilön elämäntyytyväisyyteen ja vastaajat kokivat elämäntyytyväisyytensä asteikolla 0–100 keskimäärin 80,46, joka osoittaa tutkimukseen osallistuneiden tavanomaista suurempaa elämäntyytyväisyyttä. (Honkanen 2013, 95, 105.) Lisäksi löysin SKS ym. (2017) aineistosta mainintoja eläimen koetusta kasvattavuudesta. Tarkastelin Honkasen ja SKS ym. aineistoja mielenkiinnosta etsien mahdollisia yhteyksiä omaan aineistooni, joita myös löysin. Eläinten yksilöllisesti koettua

merkitystä ihmisten kasvattajina ja opettajina kuvattiin kokoavasti kirjoitelmissani ja SKS ym. (2017) muistelmassa muun muassa näin:

Koirani oli jotain niin kaunista, että voin olla melkein satavarma, että se koira vaikutti minuun ihmisenä erittäin suuresti. [...] mielestäni ne lapset, jotka ovat saaneet samanlaisen mahdollisuuden kasvaa esimerkiksi koiran kanssa, ovat onnekkaita ja heistä kasvaa useimmiten hyviä aikuisia. Eläimet opettavat ihmisille valtavasti sellaisia asioita, joita ihminen ei toiselle ihmiselle pysty opettamaan. (k18)

Eläimet kasvattavat ja opettavat ihmistä monilla tavoin. [...] Uskoisin, että jos lapset saavat olla pienestä pitäen eläinten parissa tai tutustua eläimiin, niin heidän fyysinen ja henkinen hyvinvointi kasvaa terveellä tavalla. (SKS59)

Hevonen opetti [...] että kun yhdessä mennään, niin onnistutaan. [...] Kyseessä oli estehevonen, jonka kanssa kilpailimme isoissa luokissa. Tiesin että vaikka mihinkään muuhun en voisi luottaa, niin estettä lähestyessä, hevoseeni. Se oli oiva oppi siihen että esteestä kuin esteestä, elämässä, pääsee yli kun luottaa omaan tekemiseensä. [...] Opin myös että epäonnistumiset kuuluu elämään, aina kaikki ei mene suunnitelmien mukaan. Mutta esteet on tehty voitettaviksi. (k1)

Tutkimusprosessia ohjanneena näkökulmana kohdallani toimi näkökulma kasvun ja oppimisen luonnollisesta ja turvallisesta tukemisesta ja tutkimusaiheen ajankohtaisuus, kun pohditaan keinoja kehittää kasvun ja oppimisen suuntia. Kasvun ja hyvinvoinnin luonnollisia ulottuvuuksia tutkimalla voidaan avata näkemyksiä uudenlaisille interventioille, jotka luontevasti sopivat yksilöiden tarpeisiin. Voidaanko eläimet nähdä ja ymmärtää muunakin kuin lemmikkeinä tai hyödykkeinä? Tämän tutkimuksen perusteella eläimet nähtiin itsearvoisina yksilöinä, jotka eri tavoin tukivat vastaajien ihmisenä kasvamista ja oppimista tässä yhteisesti jaetussa todellisuudessa. Ihmisenä kasvamisesta ja oppimisesta eläimen kanssa oli muodostettavissa yhteensä viisi erilaista kasvun ja oppimisen ulottuvuutta, joihin sisältyi myös alakategorioita. Tässä luvussa kokoan yhteen vastaajien kokemukset eläimiin yhdistyvistä ihmistä kasvattavista ja opettavista ominaisuuksista.

1) Kognitiivisten taitojen kehittyminen

Ihminen-eläinsuhteessa yksilön toiminnanohjaus kehittyi oppimalla vuorovaikutuksessa eläimen kanssa kärsivällisyyttä ja pitkäjänteisyyttä, mitä eläimen koulutus ja hoitaminen vaativat. Eläimen hoitaminen ja vastuu olivat myös kehittäneet toiminnanohjauksen tarkkuutta ja täsmällisyyttä ajan, rahan- ja taloudenhallinnassa (Freund et al. 2016). Eläimen käyttäytymistä seuraamalla opittiin ymmärtämään toiminnan taustalla olevia syitä (pelko, jännitys, sulkeutuminen, avoimuus), jonka ansiosta toiminnan tarkoituksia pystyttiin

näkemään paremmin myös ihmisten välisissä kohtaamisissa (Rossi & Lundvall 2018). Toiminnanohjauksen kehittymisen, toiminnan tarkoituksen ymmärtämisen ja eläimen toiminnan kautta myös haasteellisessa vuorovaikutuksessa opittiin parempia ongelmanratkaisutaitoja, eli opittiin pitkäjänteisyyteen ja kärsivällisyyteen ongelmanratkaisussa (ks. Freund et al. 2016; Kahilaniemi 2016). Eläimen kanssa myös oma kriittinen ja luova ajattelu oli kehittynyt. Eläimen yksilöllisyyden ymmärtäminen sai kriittisiä ajatuksia kehittymään muun muassa koskien eläimen ja ihmisen arvoa ja yhteiskunnallisia näkemyksiä. Eläimen tunnettiin myös antaneen olemassaolollaan uusia ideoita ja kykyä haaveilla, mikä kehitti luovaa ajattelua. Eläimen kanssa kasvaminen ja oppiminen voi tässä yhteydessä tukea Ahon (1996) esittämän yksilön kognitiivisuutta koskevan suoritusminäkuvan kehittymistä.

2) Emotionaalisuuden ja tunnetaitojen kehitys

Eläimen koettu rauhallisuus, läsnäolo ja käyttäytyminen ihmistä kohtaan opettivat ymmärtämään omien tunteiden syitä ja sitä kautta tunteita ymmärtämällä opittiin paremmin säätämään omia tunteita (Parish-Plass 2008). Näitä tunnetaitoja opittiin tunnetartunnan myötä, kun eläimen ymmärrettiin peilaavan toiminnallaan yksilön osoittamia tai kokemia tunteita. Negatiiviset tunteet voimistivat negatiivisuutta myös eläimessä ja omien tunteiden tiedostaminen ja rauhoittuminen rauhoittivat myös eläintä. (ks. Tusa 2007.) Eläimen kanssa opittiin empatiataitoja ja herkkyyttä eläimestä huolehtimisen ja eläimen yksilöllisyyden ymmärtämisen kautta (Beetz et al. 2012). Eläimen hyvinvointiin, kouluttamiseen ja turvallisuuteen liittyvät toiminnot opettivat rajojen tärkeyden merkitystä ja eläimen kanssa opittiin käsittelemään elämän rajallisuuden tunteita ja arvostamaan pieniä asioita. Eläimet opettivat ihmisille myös rakkaudesta ja siitä, miten eläinten pyyteettömästi osoittama rakkaus useasti eroaa ihmisten tavoista osoittaa rakkautta. Eläimen kanssa tapahtunut emotionaalinen kasvu ja oppiminen voi kuvastaa Ahon (1996) yksilön emotionaalisen minäkuvan kehitystä (vrt. Morrow 1998), joka on yhteydessä minäkäsityksen kehittymiseen.

3) Mielenterveyden vahvistuminen

Sekä ihmisen että eläimen kokemilla traumaattisilla tai haasteellisilla menneisyyden kokemuksilla koettiin olevan erityistä merkitystä ihminen-eläinsuhteen muodostumisessa ja opettavuudessa (vrt. Leinonen 2013). Eläimen rooli koettiin erittäin merkitykselliseksi haasteellisissa tilanteissa (Malinen 2011; Salmela 2013a). Oma lemmikki toimi apuna myös

omien mielenterveydellisten haasteiden käsittelyn tukena. Arkaluonteisissa tilanteissa tahdikkaalla tavalla käyttäytyminen herättää luottamusta (Cimino 1999, 102) ja vastaajat olivat oppineet eläinten kanssa luottamusta. Eläinavusteisessa terapiassa ihminen-eläinsuhteen on todettu vaikuttavan yksilön mielenterveyttä tukevasti muun muassa vähentämällä ahdistuksen ja pelon tunteita (Beetz et al. 2012) mikä näkyi myös aineiston tuloksissa, sillä eläimestä saatiin lohtua, tukea ja eläimeen yhdistyi terapeuttisia ja rauhoittavia ominaisuuksia (ks. Leinonen 2013; Malinen 2011).

4) Sosiaalisuuden kokemuksen kehittyminen

Eläimen koettiin lisänneen yksilön sosiaalisia kokemuksia ja kehittäneen yksilön kokemaa sosiaalisuutta (Miranda 2019), sillä vastaajat kokivat kasvaneensa eläimen kanssa rohkeammiksi ja itsevarmemmiksi (Bizub et al. 2003). Eläimeltä opittiin myös toisten ihmisten kohtaamista. Eläinavusteisessa toiminnassa on havaittu ihmisten sosiaalisen kehityksen edistymistä, kun yksilö on voinut kohdata ja vuorovaikuttaa eläimen kanssa (Palola 2013; Melson & Fine 2015; Gabriel 2016). Eläimen kuvattiin kehittäneen lisäksi yksilön johtajuustaitoja vastuun ja kouluttamisen myötä ja samalla auttaneen ymmärtämään positiivisuuden merkitystä sosiaalisissa kohtaamisissa. Yksilön kokema sosiaalinen kasvu eläimen kanssa voidaan nähdä Ahon (1996) sosiaalisen minäkuvan kehittymisenä, joka vaikuttaa myös yksilön minäkäsitykseen omasta sosiaalisuudesta.

5) Liikunnallisuuden lisääntyminen

Ihminen-eläinsuhteessa eläimen hoitamiseen ja hyvinvointiin liittyvät tekijät lisäsivät yksilön liikunnallisuutta (Aaltonen 2017; Melson & Fine 2015). Liikkumisen tuoma merkitys omaan hyvinvointiin koettiin tärkeäksi stressiä lievittäväksi ja arkea rytmittäväksi tekijäksi. Haasteellisissa tilanteissa liikkuminen eläimen kanssa tuntui olevan ainoa motivoiva syy lähteä liikkeelle ja huolehtia omasta hyvinvoinnista ja terveydestä. Eläimet voivat luontevasti lisätä yksilön liikunnan määrää ja eläin voi vahvistaa yksilön fyysistä hyvinvointia (Beetz et al. 2012; Miranda 2019), toimimalla myös fysioterapeutin mukana (Hali-Koira 2018; Hamunen 2018). Ulkoileminen eläimen kanssa oli kehittänyt myös luontosuhdetta. Luontosuhteen kehittyminen oli yhteydessä ihminen-eläinsuhteen kautta kehittyvään eläinten arvostamiseen. Eläimen kanssa kehittynyt liikunnallisuus voidaan yhdistää Ahon (1996) kuvaaman fyysisen ja motorisen minäkuvan kehitykseen.

6 POHDINTA

Tutkielman tarkoituksena oli tarkastella eläinten mahdollisia ihmistä kasvattavia ja opettavia ominaisuuksia. Mielenkiintona oli lähestyä tutkimusaihetta ihmisenä kasvamisen yksilöllisesti koetusta näkökulmasta. Eläimistä ihmisten kasvattajina ja opettajina tehtyä tutkimusta ei löytynyt suoraan teoriaosuudessa käsiteltäväksi, mutta ihmisenä kasvamisen kokemuksia on pyritty lähestymään eläinavusteisuudesta saatujen tulosten perusteella. Eläinavusteisuutta tarkastelemalla on voitu huomata eläinten kanssa merkitykselliseksi koettuja merkityksiä yksilön psyykkisessä, fyysisessä, sosiaalisessa ja emotionaaliossa hyvinvoinnissa. Etsin omassa empiriassani E-lomake-työkalun avulla vastauksia tutkimuskysymykseeni tutkimalla ihmisten kokemuksia eläimiin yhdistyvistä mahdollisista kasvattavista ja opettavista ominaisuuksista.

6.1 Kiinnittyminen yleiseen keskusteluun

Ihmisen ja eläimen välisen vuorovaikutuksen mahdollisuudesta kasvattaa ja opettaa olisi hyvä saada laajemminkin tietoutta, jota voitaisiin hyödyntää luonnollisella tavalla yksilön kasvun tukemisessa. Eläimet ja ihmiset ovat eläneet samassa yhteisessä todellisuudessa aikojen alusta asti ja ihminen-eläinsuhteen muoto on ajan kuluessa muuttunut. Eläimet ovat toimineet ihmisten apuna monissa tilanteissa ja useina aikoina, joista eläinavusteisuuskin on lähtenyt kehittymään. Tieteessä eläin voidaan nähdä ihmisen terveyttä, hyvinvointia ja elämänlaatua vahvistavana kumppanina, ja eläimen läsnäoloon nähdään Wellsin ja Evansin (2003) mukaan yhdistyvän ihmisen terveyttä edistäviä merkityksiä. Lemmikkieläin voi muodostaa Melsonin ja Finen (2015) mukaan ihmiseen myös korjaavan suhteen, joka voi

jäädä muutoin eri syiden takia puuttumaan. Tutkimusten mukaan eläimiin yhdistyy myös kaikenikäisiä ihmisiä rauhoittavia ominaisuuksia (Wilson & Barker 2003), mutta rauhoittumiseen eläimen lähellä vaikuttavat sekä eläimen että ihmisen omat ominaisuudet ja taipumukset. Nevalaisen (2016) mukaan eläinten kognitiivinen tutkimus osoittaa eläinten olevan lähempänä ihmistä kuin aiemmin on ajateltu ja eläimet nähdään ymmärtävinä, tuntevina, yksilöllisinä ja monimutkaiseen vuorovaikutukseen kykenevinä olentoina. Näitä kokemuksia tuli esille myös omassa aineistossani, ja tämä kiinnostava ajatus ihmisten suhtautumisesta eläinten yksilöllisyyteen ja sen tuomiin merkityksiin voisi olla yhteiskunnallisesti kiinnostavan keskustelun herättäjä. Onko sillä merkitystä millainen eläin tai ihminen yksilöä kasvattaa ja opettaa? Millaiset piirteet koetaan yleisesti merkityksellisiksi kasvun mahdollistajiksi?

Freiren, Freiren ja Oliveiran (2014) mukaan kasvatuksella on vastuu luoda kriittisen arvioinnin taidokkuutta ja taitoa tuoda esille mielipiteitä ja omaa kriittistä ymmärrystä (Freire et al. 2014, 22, 38). Havaitsin eläinten kehittävän yksilön kriittisen ajattelun taitoa. Tutkimuksessa tuli lisäksi esiin joitakin uusia mielenkiintoisia näkemyksiä eläinten kasvattavuudesta ja opettavuudesta, kuten eläimiltä opittua tärkeää rajojen merkitystä, johtajuustaitoja ja näkemyksiä traumaattisia asioita kohdanneen sekä eläimen että ihmisen välisestä erityisestä yhteydestä. Kasvatuksellisessa keskustelussa voisi vahvemmin näkyä eläimen rooli ihmisen elämään vaikuttavana preventiivisenä ja kasvatuksellisenä kumppanina. Tutkimusaineistossani vastaajat kertoivat monipuolisia ja kiinnostavia kasvamisen ja oppimisen kohtia, joihin eläimillä oli suuri merkitys.

6.2 Tutkimusprosessin arviointia

Kandidaatintutkielmassani tarkastelin yksilön minäkasvussa tuotetun minäkuvan ja elämänhallinnan eli koherenssin tunteen yhteyttä yksilön elämänsä kulkuun. Tutkimusaiheena koin mielenkiintoiseksi syventää minäkuvan käsittelyä pro gradu -tutkielmassani. Suunnittelin pro gradu -tutkielmani aiheeksi yksilön kasvun ja oppimisen tarkastelemisen ja koetun kasvun ja oppimisen kokemusten arvioinnin. Tutkimusaihetta miettiessäni halusin ottaa tarkasteluun mukaan eläimet ja niihin mahdollisesti yhdistyvät ihmisen kasvua tukevat ominaisuudet, koska eläinteomainen aihe vaikutti erittäin kiinnostavalta ja potentiaaliselta tutkimusaiheelta. Aluksi etsin teoriaa luonnosta ja eläimistä kasvattavien kokemusten

lähteenä, mutta tutkimusprosessin edetessä aihe todettiin seminaari-istunnossa kokonaisuudessaan hyvin laajaksi, jolloin mielenkiinnon kohteeksi teoriaa ja tutkimustietoa etsiessä rajautui pelkästään eläimet. Näin aiheesta tuli paremmin rajattu ja sitä oli selkeämpi lähestyä. Sen jälkeen aloin etsiä aikaisemmin tehtyjä tutkimuksia ihminen-eläinsuhteesta.

Ihminen-eläinsuhdetta koskevia tutkimuksia lähestyin tutkielman teoreettisessa osiossa eläinavusteisuudesta saatujen tulosten valossa. Eläinavusteisuudessa koettua ihminen-eläinsuhdetta tarkastelemalla pyrin pääsemään mahdollisimman lähelle siihen yhdistyvistä merkityksistä koskien eläimiä ihmisten kasvattajina ja opettajina. Ajattelin eläinavusteisten interventioiden tuoneen ihmisille yksilöllisiä kokemuksia ihminen-eläinsuhteen merkityksistä, joita pystyin tarkastelemaan melko monipuolisesti. Tarkoitukseni oli rakentaa pohjaa omalle tutkimukselleni, jossa keskityin tarkastelemaan eläimiin mahdollisesti yhdistyviä ihmistä kasvattavia ja opettavia ominaisuuksia.

Analyysivaiheessa koin aineiston olleen riittävä, koska vastaajien kirjoitelmista oli eroteltavissa kokemuksia viiteen eri kasvun ja oppimisen ulottuvuuteen. Kokemusten heterogeenisyyden tutkiminen analyysivaiheessa myös edellyttää suurempaa aineistoa kuin yhtenäisyyttä kuvaavan aineiston selvittäminen ja tässä tutkielmassa aineisto osoittautui riittäväksi (Tuomi & Sajavaara 2018, 76–77). Aineiston koko ei yksin ole kuitenkaan ratkaiseva asia, vaan vastausten sisältö tutkimusongelman ratkaisussa. Koen aineistovastausten kohdistuneen mielekkäällä tavalla yksilöllisesti eläinten kanssa koetusta ihmisenä kasvamisesta ja oppimisesta kertomiseen. (Ronkainen ym. 2008, 20.) Mahdollisesti suurempaa aineistoa analysoidessa olisi kenties voinut ilmentyä lisää ihmisenä kasvamisen koettuja ulottuvuuksia ja myös lisää niitä kriittisiä näkemyksiä, joita eläimen kanssa koettuun ihmisenä kasvamiseen mahdollisesti voi yhdistyä.

101 kirjoitelmaa käsittävän kasvun ja oppimisen aineiston analysoinnissa ja tuloksia raportoidessa oli myös hieman haasteellista pyrkiä osoittamaan sisällöstä juuri ne tutkimuksen kannalta oikeat kohdat, jotka sopivat aineistolainoihin sopivan lyhyinä ja ytimekkäinä ja silti kaiken kertovina. Useammassa pidemmässä kirjoitelmassa oli paljon tärkeitä taustamerkityksiä ja kohtia, joiden ymmärtämisellä on myös vaikutusta yksilön kokemuksen kokonaisvaltaiseen ymmärtämiseen. Kuitenkaan kaikkea kirjoitettua tekstiä ei voida ottaa mukaan. Pyrin kuitenkin mielestäni hyvin taustoittamaan vastaajien kokemuksia, mikä voi vahvistaa tutkimuksen luotettavuutta. Tulosten analysoinnin ja kirjoittamisen

vaiheissa minulle myös ilmeni selvemmin, että ihmisenä kasvaminen voi tarkoittaa monia asioita ja siksi jotkut vastaajat saattoivatkin kokea haastavaksi ihmisenä kasvamisen arvioinnin. Toisaalta liian tarkka kuvaus E-lomakkeella ihmisenä kasvamisesta olisi voinut olla kirjoitelmapyyntöön vastaamisessa liian johdattelevaa. Tutkimuksen tulee herättää vastaajissa heidän itsensä kokemia näkemyksiä, eikä niiden suuntaa tule kysymyksissä liiaksi ohjata (Valli & Perkkilä 2018).

Koen tutkielman kirjoittamisen kokonaisuudessaan opettavaiseksi ja myös hyvin mielenkiintoiseksi prosessiksi. Pysin kirjoittamaan auki myös tutkielmaan yhdistyviä luotettavuutta, kriittisyyttä ja eettisyyttä koskevia näkökantoja luvussa 4.5. Tutkielman teon eri vaiheet, saatu palaute ja palautteen avulla kehittyminen valmensivat ajatteluani kehittymään enemmän tutkijamaiseen asenteeseen. Tutkielman tekeminen kehitti huolellisuutta ja parempaa kykyä hahmottaa laajaa kokonaisuutta ja opetti myös oikealla tavalla perustelemaan ja rajaamaan käsittelyyn otettavia asioita. Tutkielman teon aikana ja varsinkin tulosten kirjoittamisen yhteydessä koin vahvasti mielenkiintoa ihminen-eläinsuhdetta koskevien aihealueiden kasvatuksellisia tutkimuksia kohtaan, joita toivon mukaan tullaan tarkastelemaan lisää.

6.3 Jatkotutkimusaiheita

Tutkielmaa tehdessä huomasin, kuinka ihminen-eläinsuhdetta käsittelevä tutkimustieto on valtaosin saatu tarkastelemalla siihen yhdistyviä terveyttä tai hyvinvointia edistäviä tekijöitä. Tästä johtuen jatkotutkimusta olisi erittäin mielekäs tehdä lisää koskien yksilöiden subjektiivisia, sisäisiä ja henkisiä merkityksiä ihminen-eläinsuhteessa. Tutkimusaihetta voitaisiin lähestyä muusta kuin terveydellisestä tai hyvinvointi näkökulmasta. Tänä päivänä eläimiin yhdistetään yhä enemmän juuri näitä ”sisäisiä merkityksiä” eli eläimiä saatetaan hankkia terapeuttisiksi seuralaisiksi ja perheenjäseniksi (Charles 2014; Leinonen 2013). Nykyään eläimen pitämiseen voi liittyä myös psykologisia ja kasvatuksellisia syitä ja siksi olisi myös tärkeää tutkia näitä kokemuksia joita ihmisillä on eläinten kanssa ja eläimiin kohdistuen.

Tämänhetkisen tutkimuksellisen käsityksen valossa ei vielä puhuta eläimen persoonallisuudesta. Kuitenkin hyvin useat vastaajat kuvailivat kirjoitelmissaan heidän

tuntemiensa eläinten yksilöllisiä piirteitä, joita he olivat tunnistaneeet. He kuvasivat lemmikkiinsä yhdistyvän inhimillisiä, herkkiä ja selkeän yksilöllisiä piirteitä joka sai tutkimuksellisesti mieleni kiinnostumaan. Tässä on toinen mielenkiintoinen tutkimusaihe siitä, miten ihmiset näkevät eläinten yksilöllisiä piirteitä ja miten eläinten persoonallisuus-ajatukseen suhtaudutaan ja miksi? Miten eläinten persoonallisuus ajatukseen on suhtauduttu aikaisemmin ja miten siihen tullaan mahdollisesti suhtautumaan tulevaisuudessa? Miten eläimen ”persoonallisuus” voi mahdollisesti vaikuttaa ihmisenä kasvamiseen ihminen-eläinsuhteessa? Ihmisen ja eläimen suhde on muuttunut paljon ajan kuluessa ja tällä hetkellä eläinavusteisuudesta on jo hyvin tietoa saatavilla erilaisissa konteksteissa. Voitaisiinko tieteessä alkaa kyseenalaistamaan ihmisen ainutlaatuisuutta koskien persoonallisuuden-käsitettä, joka loppujen lopuksi on vain käsite ja tällä hetkellä koskee vain ihmistä. Kannattaisiko tätä asiaa tarkastella?

Ihmisten kokemuksista ja kertomuksista eläinten kanssa voisi tehdä myös suuremman otoksen laajemmalla alueella myös kvantitatiivisia metodeja apuna käyttäen. Alasuutari (2012, 41) kuvaa laadullisen tutkimuksen mahdollisuutta käyttää kvantitatiivisia menetelmiä havaintojen merkitysten korostamiseksi. SPSS-ohjelman avulla saataisiin analysoitua paljon aineistovastauksia, jolloin voitaisiin tarkemmin selvittää tilastollisia merkitsevyyksiä. Tutkimuksessa olisi mukana myös paljon avoimia kysymyksiä, joiden analysointi tapahtuisi laadullisen tutkimuksen perinteen mukaan.

LÄHTEET

- Aaltola, E. & Oksanen, M. 2002. Eläinten käyttö tutkimuksessa. Teoksessa S. Karjalainen., V. Launis., R. Pelkonen. & J. Pietarinen. Tutkijan eettiset valinnat. Tampere: Gaudeamus. 148–164.
- Aaltola, J. 2018. Filosofia, tiede, ymmärtäminen. Teoksessa R. Valli. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 14–28.
- Aaltonen, R. 2017. Urho-koira kuntouttaa senioreita Hirosenkodissa – eläinavusteiset hoitokeinot yleistyvät. Kaleva 17.7.2017. <https://www.kaleva.fi/uutiset/oulu/urho-koira-kuntouttaa-senioreita-hirosenkodissa-elainavusteiset-hoitokeinot-yleistyvat/765693/>
- Aho, S. 1996. Lapsen minäkäsitys ja itsetunto. Helsinki: Edita.
- Alanen, P. 2014. Hermeneuttinen kehä ja kokeellinen tutkimus. Loimaa: Kustannus HD.
- Alasuutari, P. 2012. Laadullinen tutkimus 2.0. Tampere: Vastapaino.
- American Psychological Association. 2013. Dictionary of lifespan psychology. First edition. Washington DC: American Psychological Association.
- Altschuler, E. L. 2018. Animal-assisted therapy for post-traumatic stress disorder: lessons from "case reports" in media stories. *Military Medicine* 183 (1–2), 11–13.
- Antonioli, C. & Reveley, M. A. 2005. Randomised controlled trial of animal facilitated therapy with dolphins in the treatment of depression. *BMJ* 331 (7527), 1231–1234.
- Arad, D. 2004. If your mother were an animal, what animal would she be? Creating play-stories in family therapy: the animal attribution story-telling technique (AASTT). *Family Process* 43 (2), 249–263.
- Backman, J. 2018. Äärellisyyden kohtaaminen: kokemuksen filosofista käsitehistoriaa. Teoksessa J. Toikkanen. & A. Virtanen. (toim.) Kokemuksen tutkimus VI. Kokemuksen käsite ja käyttö. Rovaniemi: Lapland University Press, 25–40.
- Becker, J. L., Rogers, E. C. & Burrows, B. 2017. Animal-assisted social skills training for children with autism spectrum disorders. *Anthrozoos* 30 (2), 307–326.
- Beetz, A., Uvnäs-Moberg, K., Julius, H. & Kotrschal, K. 2012. Psychosocial and psychophysiological effects of human-animal interactions: the possible role of oxytocin. *Frontiers In Psychology* 3, 1–15.
- Berget, B. & Grepperud, S. 2011. Animal-assisted interventions for psychiatric patients: beliefs in treatment effects among practitioners. *European Journal of Integrative Medicine* 3 (2), 91–96.

- Bizub, A. L., Joy, A. & Davidson, L. 2003. "It's like being in another world": Demonstrating the benefits of therapeutic horseback riding for individuals with psychiatric disability. *Psychiatric Rehabilitation Journal* 26 (4), 377–384.
- Canis. 2016. *Koiraharrastajan tietolehti* 5. Siuntio: Gemm Oy, 46–50.
- Carless, D. & Douglas, K. 2010. *Sport and physical activity for mental health*. Chichester, West Sussex: Wiley-Blackwell.
- Castrén, E. 2008. Hermoston plastisuus kognitiivisessa toiminnassa. Teoksessa J. Juntunen Aivot ja ajattelu: kliininen kognitiivinen neurotiede. Klaukkala: Recallmed, 23–33.
- Chater, N., Heit, E. & Oaksford, M. 2005. Reasoning. Teoksessa K. Lamberts, & R. L. Goldstone. *Handbook of cognition*. London: SAGE, 298–321.
- Charles, N. 2014. Animals just love you as you are: experiencing kinship across the species barrier. *Sociology* 48 (4), 715–730.
- Cimino, J. J. 1999. Development of expertise in medical practice. Teoksessa R. J. Sternberg. & J. A. Horvath. (eds.) *Tacit knowledge in professional practice. Researcher and practitioner perspectives*. Psychology Press, 101–120.
- Collin-Kaajala, J. 2013. Alpakat ja laamat toimintaterapiassa. Teoksessa K. Ikäheimo. (toim.) *Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa*. Helsinki: Solution Models House, 116–124.
- Fine, A. H. & Beck, A. M. 2015. Understanding our kinship with animals: input for health care professionals interested in the human–animal bond. Teoksessa A. H. Fine. (eds.) *Handbook on animal-assisted therapy. Foundations and guidelines for animal-assisted interventions*. Amsterdam: Academic Press, 3–10.
- Fine, A. H. & Tedeschi, P. & Elvove, E. 2015. Forward thinking: the evolving field of human–animal interactions. Teoksessa A. H. Fine. (eds.) *Handbook on Animal-Assisted Therapy. Foundations and guidelines for Animal-Assisted Interventions*. Amsterdam: Academic Press, 21–35.
- Fogelholm, S. 2013. Laamat ja villasiat ovat mainioita terapeutteja. Yle Elävän arkiston artikkeli 02.04.2013. <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2013/04/02/laamat-ja-villasiat-ovat-mainioita-terapeutteja> (Viitattu 15.5.2019)
- Frange, K. 2016. *Intuutiolla. Kuuletko sisäisen viisautesi?* Helsinki: Viisas Elämä.
- Fraser, D. 2008. *Understanding animal welfare. The science in its cultural context*. Chichester: Wiley-Blackwell.
- Freire, P., Freire, A. M. A. & Oliveira, W. D. 2014. *Pedagogy of solidarity*. Walnut Creek: Left Coast Press.
- Freud, S. & Strachey, J. (eds.) 2010. *The interpretation of dreams*. New York: Basic Books.

- Freund, L. S., McCune, S., Esposito, L., Gee, N. R. & McCardle, P. D. 2016. The social neuroscience of human-animal interaction. First edition. Washington DC: American Psychological Association.
- Gabriel, K. R. 2016. Animal therapy for children with autism spectrum disorder. *The Exceptional Parent* 46 (4), 30–32.
- Gylling, H. A. 2002. Millaisilla arvoilla tutkimusta voidaan perustella? Teoksessa S. Karjalainen., V. Launis., R. Pelkonen. & J. Pietarinen. *Tutkijan eettiset valinnat*. Tampere: Gaudeamus, 70–81.
- Hakala, J. T. 2017. *Tulevan maisterin graduopas*. Helsinki: Gaudeamus.
- Hali-Koira. 2018. <https://www.hali-koira.fi> <https://www.hali-koira.fi/mika-on-hali-koira> (Viitattu 23.4.2018)
- Hamunen, H. 2018. Koira tehostaa fysioterapeutin työtä – ”Kukaan ei ole nyrpistänyt nenäänsä”. *Tehy-lehti* 11.9.2018. <https://www.tehylehti.fi/fi/tyoelama/koira-tehostaa-fysioterapeutin-tyota-kukaan-ei-ole-nyrpistanyt-nenaansa> (Viitattu 18.6.2019)
- Handlin, L., Hydbring-Sandberg, E., Nilsson, A., Ejdebäck, M., Jansson, A. & Uvnäs-Moberg, K. 2011. Short-term interaction between dogs and their owners: Effects on oxytocin, cortisol, insulin and heart rate-an exploratory study. *Anthrozoös* 24, 301–315.
- Herrala, H., Kahrola, T. & Sandström, M. 2008. *Psykofyysinen ihminen*. Helsinki: WSOY.
- Hilpelä, J. 1998. *Kasvatustieteellinen ajattelu*. Joensuu: Joensuun yliopisto.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. *Tutki ja kirjoita*. Helsinki: Tammi.
- Honkanen, T. 2013. *TURPATERAPIAA JA KARVAISTA KAVERUUTTA: Ihmisen ja eläimen välinen suhde sekä eläinten koetut vaikutukset hyvinvointiin ja elämäntyytyväisyyteen*. Tampereen yliopisto. Psykologian pro gradu -tutkielma.
- Hyvärinen, M. 2002. Kirjoittaminen toimintana. Teoksessa M. Kinnunen. & O, Löytty. *Tieteellinen kirjoittaminen*. Tampere: Vastapaino, 65–80.
- Höijer, I. 2015. Traumaperäisten häiriöiden neurobiologisesta tutkimuksesta. Teoksessa N. Ahlström. & A. Suokas-Cunliffe. *Häpeästä myötätuntoon. Näkökulmia vakavaan traumatisoitumiseen*. Helsinki: Traumaterapiakeskus, 141–162.
- Idman, I. 2004. Identiteettiä vahvistava peilaus somaattisissa hoitosuhteissa. *Duodecim: Lääketieteellinen Aikakauskirja* 19, 2023–2029.
- Iija, A. 2009. Voimaantuminen kehityshaasteena. Teoksessa K. Hentinen., A. Iija. & E. Mattila. (toim.) *Kuuntele minua-mielenterveystyön käytännön menetelmiä*. Helsinki: Tammi, 105–121.

- Ilanmaa, J. 2019. Hevoslauma kasvattaa–myös ihmistä. Karjalan Heili 17.8.2019. <https://www.heili.fi/uutiset/item/6764-hevoslauma-kasvattaa-myos-ihmista> (Viitattu 2.9. 2019)
- Jegatheesan, B. 2015a. Influence of cultural and religious factors on attitudes toward animals. Teoksessa A. H. Fine. (eds.) Handbook on animal-assisted therapy. Foundations and guidelines for animal-assisted interventions. Amsterdam: Academic Press, 37–41.
- Jegatheesan, B. 2015b. The IAHAIO definitions for animal-assisted interventions and guidelines for wellness of animals involved. Teoksessa A. H. Fine. (eds.) Handbook on animal-assisted therapy. Foundations and guidelines for animal-assisted interventions. Amsterdam: Academic Press, 415–418.
- Johnson, R. A. & Meadows, E. L. 2010. Dog-walking: motivation for adherence to a walking program. *Clinical Nursing Research* 19 (4), 387–402.
- Jokela, J. 2013. Eläinavusteinen opetus sairaalakoulussa. Teoksessa K. Ikäheimo. (toim.) Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Solution Models House, 195–201.
- Jokinen, K. 2008. Miten laadullinen tutkimus vakuuttaa? Teoksessa K. Lempiäinen., O. Löytty. & M. Kinnunen. (toim.) Tutkijan kirja. Tampere: Vastapaino, 243–250.
- Kaarlenkaski, T. 2012. Kertomuksia lehmästä. Tutkimus ihmisen ja kotieläimen kulttuurisen suhteen rakentumisesta. Joensuu: Suomen Kansantietouden Tutkijain Seura.
- Kahilaniemi, E. 2016. Eläinavusteinen interventio. Asiakkaan toiminnallisuuden tukeminen koira-avusteisin menetelmin. Tampere: Voimatassu.
- Karisto, A. & Seppälä, U. 2004. Maukas gradu. Valmistusvihjeitä tutkijalle. Tampere: Vastapaino.
- Keteliini terapiakoiraopetus. 2019. <http://www.keteliini.fi/index.php?page=tietoa-aat-stae> (Viitattu 3.5. 2019)
- Kihlström-Lehtonen, H. 2013. Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry. Teoksessa K. Ikäheimo. (toim.) Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Solution Models House, 88–90.
- King, C., Watters, J. & Mungre, S. 2011. Effect of a time-out session with working animal-assisted therapy dogs. *Journal of Veterinary Behavior* 6 (4), 232–238.
- Kinnunen, A. 2010. Suomenkarjan käyttö terapiaeläimenä. Opinnäytetyö. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Nettijulkaisu.
- Kinnunen, A. & Nikkari, P. 2017. Koira auttaa ja ilahduttaa. *Duodecim: Lääketieteellinen Aikakauskirja* 23, 2268–2273.

- Kniivilä, S. Lindblom-Ylänne, S. & Mäntynen, A. 2017. Tiede ja teksti. Tehoa ja taitoa tutkielman kirjoittamiseen. Helsinki: Gaudeamus.
- Kortesluoma, S. & Karlsson, H. 2011. Oksitosiini, kiintymyksen neuropeptidi. *Duodecim: Lääketieteellinen Aikakauskirja* 127 (9), 911–918.
- Kovero, C. 2004. Muuttuva minuus. *Aikuiskasvatus* 24 (2), 136–140.
- Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.
- Laine, T. 2018. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa R. Valli. (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*. Jyväskylä: PS-kustannus, 29–50.
- Latvala-Sillman, P. 2013. Kasvatus- ja kuntoutuskoira autismiluokassa. Teoksessa K. Ikäheimo. (toim.) *Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa*. Helsinki: Solution Models House, 202–211.
- Lehtinen, E., Vauras, M. & Lerkkanen, M–K. 2016. Kasvatuspsykologia. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Leinonen, R-M. 2013. Palvelijasta terapeutiksi. Ihmisen ja hevosen suhteen muuttuvat kulttuuriset mallit Suomessa. *Acta Universitatis Ouluensis B* 115.
- Lunden, J. & Haapasaari, M. 2013. Hännänheilahduksia, koira-avusteisen työskentelyn ja liikuntatuokioiden kokemuksia vanhusten parissa Turussa. Teoksessa K. Ikäheimo. (toim.) *Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa*. Helsinki: Solution Models House, 237–247.
- Macnaghten, P. 2004. Animals in their nature: a case study on public attitudes to animal, genetic modification and nature. *Sociology* 38 (3), 533–551.
- Malinen, A. 2011. Rauhaa rauhattomuuteen: luonnon ja eläinten merkitys vaikeissa oloissa eläneiden lasten elämässä, n. 1945–1960. *Kasvatus ja Aika* 11 (1), 24–60.
- McElroy, S. C. 1997. Eläimet opettajina ja parantajina. Tositarinoita ja pohdintoja. Hämeenlinna: Karisto.
- McKeough, A. 2013. Constructing personal historical agency, making sense of the past? Teoksessa C. Asplund Ingemark. *Therapeutic storytelling: an interdisciplinary approach to narration as therapy*. Lund: Nordic Academic Press, 101–114.
- Mead, G. H. 1962. *Mind, self & society*. London: The University of Chicago Press.
- Melson, G. F. & Fine, A. H. 2015. Animals in the lives of children. Teoksessa A. H. Fine. (eds.) *Handbook on animal-assisted therapy. Foundations and guidelines for animal-assisted interventions*. Amsterdam: Academic Press, 179–194.

- Metsämuuronen, J. 2008. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Helsinki: International Methelp.
- Mims, D. & Waddell, R. 2019. Animal assisted therapy and trauma survivors. Review article. *Acta Scientific Neurology* 2 (3), 14–18.
- Miranda, H. 2019. Ota kipu haltuun. Helsinki: Otava.
- Moilanen, P. & Räihä, P. 2018. Merkitysrakenteiden tulkinta. Teoksessa R. Valli. (toim.) *Ik-kunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*. Jyväskylä: PS-kustannus, 51–72.
- Morrow, V. 1998. My animals and other family: children's perspectives on their relationships with companion animals. *Anthrozoos* 11 (4), 218–226.
- Myers, A. 1998. *Eläimet puhuvat ihmisille. Ihmisten ja eläinten välisiä henkisiä yhteyksiä*. Hämeenlinna: Karisto.
- Mäntylä, K., Toomar, J. & Reukauf, M. 2013. *Graka kaulassa. Gradun ja kandin tekijän selviytymisopas*. Helsinki: Finn Lectura.
- Nevalainen, T. 2016. Ihmisen suhde eläimiin on murroksessa. Karjalainen, 9.11.2016. Kolumni. <https://www.karjalainen.fi/mielipiteet/mielipiteet/kolumnit/item/122026> (Viitattu 30.4.18)
- Nikanne, J. 2011. Psykiatrisen ratsastusterapian mahdollisuudet tunnevuorovaikutustaitojen vahvistamisessa. Teoksessa S. Mattila-Rautiainen. (toim.) *Ratsastusterapia*. Jyväskylä: PS-kustannus, 191–207.
- Nikunen, M. 2008. Tutkimusaineisto ja tunteet. Teoksessa K. Lempiäinen., O. Löytty. & M. Kinnunen. (toim.) *Tutkijan kirja*. Tampere: Vastapaino, 156–167.
- Nimer, J. & Lundahl, B. 2007. Animal-assisted therapy: a meta-analysis. *Anthrozoos* 20 (3), 225–238.
- Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2009. *Ihmisen psykologinen kehitys*. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Paavilainen, P. 2016. *Toimivat aivot. Kognitiivisen neurotieteen perusteita*. Helsinki: Edita.
- Palestrini, C., Calcaterra, V., Cannas, S., Talamonti, Z., Papotti, F., Buttram, D. & Pelizzo, G. 2016. Stress level evaluation in a dog during animal-assisted therapy in pediatric surgery. *Journal of Veterinary Behavior* 17, 44–49.
- Palola, L. 2013. Ratsastusterapian mahdollisuudet lasten ja nuorten psykososiaalisessa kuntoutuksessa. Teoksessa K. Ikäheimo. (toim.) *Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa*. Helsinki: Solution Models House, 157–170.
- Parish-Plass, N. 2008. Animal-assisted therapy with children suffering from insecure attachment due to abuse and neglect: a method to lower risk of intergenerational transmission of abuse? *Clinical Child Psychology and Psychiatry* 13 (1), 7–30.

- Partanen, K. 2010. Voimaa autismin kirjon kuntoutukseen. Helsinki: Autismisäätiö.
- Pitkänen, A-K. 2012. Omalaatuinen ystäväni. Kuinka hevoseni opetti minulle toisin katsomisen taidon. Helsinki: Kirjapaja.
- Pöysä, J. 2015. Lähiluvun tieto: näkökulmia kirjoitetun muistelukerronnan tutkimukseen. Joensuu: Suomen Kansantietouden Tutkijain Seura.
- Raatikainen, P. 2004. Ihmistieteet ja filosofia. Helsinki: Gaudeamus.
- Rauhala, L. 2015. Ihmiskäsitys ihmistyössä. Helsinki: Gaudeamus.
- Ribi, F. N., Yokoyama, A. & Turner, D. C. 2008. Comparison of children's behavior toward Sony's robotic dog AIBO and a real dog: a pilot study. *Anthrozoos* 21, 254–256.
- Rokka, A. 2011. Hevonen, talli ja niiden tuomat mahdollisuudet ratsastusterapiassa. Teoksessa S. Mattila-Rautiainen (toim.) Ratsastusterapia. Jyväskylä: PS-Kustannus, 80–87.
- Rollins, J. A. 2011. Swimming with the dolphins. *Pediatric nursing* 37 (3), 105–106.
- Ronkainen, S., Mertala, S. & Karjalainen, A. 2008. Kvalitatiivisuus, kvantitatiivisuus ja sähköinen kyselytutkimus. Teoksessa S. Ronkainen. & A. Karjalainen. (toim.) Sähköä kyselyyn. Web-kysely tutkimuksessa ja tiedonkeruussa. Rovaniemi: Lapin yliopisto, 18–30.
- Ronkainen, S., Pehkonen, L., Lindblom-Ylänne. & Paavilainen, E. 2013. Tutkimuksen voimasanat. Helsinki: Sanoma Pro.
- Rossi, P. & Lundvall, P. 2018. Kehollisesta kokemisesta kohti sanallistettuja kokemuksia: hevoset reflektoinnin mahdollistajina. Teoksessa J. Toikkanen. & A. Virtanen. (toim.) Kokemuksen tutkimus VI. Kokemuksen käsite ja käyttö. Rovaniemi: Lapland University Press, 191–208.
- Salmela, J. 2013a. Kissat eläinavusteisessa toiminnassa. Teoksessa K. Ikäheimo. (toim.) Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Solution Models House, 101–105.
- Salmela, J. 2013b. Terapeuttisia eläimiä. Teoksessa K. Ikäheimo. (toim.) Karvaterapiaa. Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Solution Models House, 125–134.
- Salonen, T. 2007. Tieteenfilosofia. Rovaniemi: Lapland University Press.
- Salovuori, T. 2014. Luonto kuntoutumisen tukena. Tampere: Mediapinta.
- Saresma, T. 2007. Omaelämäkerran rajapinnoilla. Kuolema ja kirjoitus. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

- Serpell, J. A. 2010. Animal-assisted interventions in historical perspective. Teoksessa A. H. Fine. (eds) Handbook on animal-assisted therapy. Foundations and guidelines for animal-assisted interventions. Amsterdam: Academis Press, 11–19.
- Siljamäki, M., Kalaja, M., Perttula, J. & Kokkonen, M. 2016. Lähtökohtana holistinen kehollisuus: koululiikunnan uudet tuulet. *Liikunta ja Tiede* 53 (1), 40–46.
- Sirén, T. & Pekkarinen, O. 2017. Tieteenfilosofis-metodologisia perusteita pro gradu -tutkimelman laadintaan. Helsinki: Maanpuolustuskorkeakoulun Johtamisen ja Sotilaspedagogiikan laitoksen julkaisusarja 3.
- SKS, Lauren, K., Niemelä, R., Schuurman, N. & Syrjämaa, T. 2017. Eläin perheenjäsenenä 2014–2015. [sähköinen tietoaaineisto]. Versio 1.0 (2017-05-22). Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto [jakaja]. <http://urn.fi/urn:nbn:fi:fsd:T-FSD3139>.
- Solomon, O. 2010. What a dog can do: children with autism and therapy dogs in social interaction. *Ethos*, 38 (1), 143–166.
- Strimple, E. O. 2003. A history of prison inmate-animal interaction programs. *The American Behavioral Scientist*, 47 (1), 70–78.
- Suni, A-L. 1998. Tassuterapeutti. Koirista ja vähän muistakin eläimistä. Keuruu: Otava.
- Suorsa, T. 2018. Kasvatuspsykologia monitieteisessä kokemuksen tutkimuksessa: kehityksen sosiaalinen tilanne ja perusteltu osallisuus elämisen näyttämöillä. Teoksessa J. Toikkanen. & A. Virtanen. (toim.) Kokemuksen tutkimus VI. Kokemuksen käsite ja käyttö. Rovaniemi: Lapland University Press. 85–108.
- Sutherland, A. 2008. Mitä Shamu-valas opetti minulle elämästä, rakkaudesta ja parisuhteesta. Helsinki: Kirjapaja.
- Sydänmaanlakka, P. 2010. Tulevaisuuden johtaminen: jatkuvan uudistumisen haaste. Tiedeseminaari. http://www.futurasociety.fi/2010/tiedesem2010_9/Sydanmaanlakka_Tiedesemma100917.pdf (Viitattu 21.1.2019)
- TENK. 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3, 4–23. https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2019.pdf
- Tipper, B. 2011. A dog who I know quite well: everyday relationships between children and animals. *Children's Geographies* 9 (2), 145–165.
- Tournier, I., Vives, M-F. & Postal, V. 2017. Animal-assisted intervention in dementia. Effects on neuropsychiatric symptoms and on caregivers distress perceptions. *Swiss Journal of Psychology* 76 (2), 51–58.
- Tukiainen, M. & Frey, M. 2018. Pohjolan voimaeläimet. Jyväskylä: Tuuma.
- Tuomi, J. & Saravaara, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

- Tusa, A. 2007. Hevonen tunteiden peilinä: Kognitiivisen psykoterapian viitekehys ratsastusterapiassa. *Kognitiivisen psykoterapian verkkolehti* 4 (2), 147–162.
- Tökkäri, V. 2018. Fenomenologisen, hermeneuttis-fenomenologisen ja narratiivisen kokemuksen tutkimuksen käytäntöjä. Teoksessa J. Toikkanen. & A. Virtanen. (toim.) *Kokemuksen tutkimus VI. Kokemuksen käsite ja käyttö*. Rovaniemi: Lapland University Press, 64–84.
- Töttö, P. 2004. Syvällistä ja pinnallista. Teoria, empiria ja kausaalisuus sosiaalitutkimuksessa. Tampere: Vastapaino.
- Vainio, A. 2015. Kaikkea kipua ei voi selittää. *Potilaan lääkärilehti* 18, 1228–1229.
- Valli, R. (toim.) 2018. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineiston keruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Valli, R. (toim.) 2018. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Valli, R. & Perkkilä, P. 2018. Sähköinen kyselylomake ja sosiaalinen media aineistonkeruussa. Teoksessa R. Valli. (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalla tutkijalle*. Jyväskylä: PS-kustannus, 117–128.
- Vuorinen, R. 1998. *Minän synty ja kehitys*. Porvoo: WSOY.
- Williamson, C. 2008. Dolphin assisted therapy: can swimming with dolphins be a suitable treatment? *Developmental Medicine and Child Neurology* 50 (6), 477–477.
- Wilson, C. C. & Barker, S. B. 2003. Challenges in designing human-animal interaction research. *American Behavioral Scientist* 47 (1), 16–28.
- Wells, D. L. 2009. The effect of animals on human health and well-being. *Journal of Social Issues* 65 (3), 523–543.
- Wells, N. M. & Evans, G. W. 2003. Nearby nature a buffer of life stress among rural children. *Environment and Behavior* 35 (3), 311–330.
- Zenithson Ng, z., Albright, J., Fine, A. H. & Peralta, J. 2015. Our ethical and moral responsibility: ensuring the welfare of therapy animals. Teoksessa A. H. Fine. (eds) *Handbook on animal-assisted therapy. Foundations and guidelines for animal-assisted interventions*. Amsterdam: Academic Press, 357–376.

LIITE 1. Eläinkirjoitelman E-lomake



UNIVERSITY OF
EASTERN FINLAND

ELÄIMET IHMISEN KASVUN JA KEHITYKSEN TUKENA

Tarkastelen kasvatustieteen pro gradu -tutkielmassani *eläimiä ihmisten kasvattajina*, perustuen ihmisten kokemuksiin eläinten kasvattavista ja opettavista ominaisuuksista. Pyydänkin Sinua kertomaan oman tarinasi siitä, miten eläin on mahdollisesti Sinua opettanut tai kasvattanut.

Tarinasi antaa tärkeää tietoa eläimen ja ihmisen välisestä kohtaamisesta ja sen mahdollisuuksista sekä eläimen vaikutuksesta ihmisen kasvuun, kehitykseen ja oppimiseen liittyen.

OMAT TAUSTATIETOSI

Syntymävuotesi

Sukupuolesi

- Nainen
- Mies
- Muu

ELÄIMESI TAI LEMMIKKISI OMINAISUUDET

Jos mielessäsi on useampia eläimiä, jotka ovat opettaneet tai kasvattaneet sinua, valitse niistä nyt vain yksi. (Halutessasi voit kirjoittaa toisesta eläimestä klikkaamalla uudelleen saamaasi vastauslinkkiä)

Mikä eläin (laji/rotu) on kyseessä?

Millaisia eläimesi tai lemmikkiisi liittyviä ominaisuuksia voit mainita (ikä, persoonalliset taipumukset, kyky ottaa kontaktia ihmiseen)?

ELÄIMESI TAI LEMMIKKISI KASVATAJANA

Millä tavalla eläin tai lemmikki on sinua kasvattanut? Mitä eläin tai lemmikki on sinulle opettanut? Koetko eläimellä tai lemmikillä olleen vaikutusta ihmisenä kasvamiseen? Millä tavalla?

Kirjoitustani saa käyttää mahdollisesti myöhemmissä tutkimuksissa (väitöskirja)

- Kyllä
- Ei

TIETOJEN LÄHETYS

Tallenna

Järjestelmänä Eduix E-lomake

LIITE 2. Saatekirje

Saatekirje kesän ja syksyn 2018 aikaisessa aineistonkeruussa

Hei!

Tarkastelen kasvatustieteen pro gradu -tutkielmassani ihmisten kokemuksia eläinten vaikutuksesta heidän omaan kasvuunsa ja oppimiseensa.

Siksi pyydän Sinua kertomaan omista kokemuksistasi eläinten kanssa. Voit kirjoittaa vapaasti ja omalla tyylilläsi. Voit kertoa yhdestä tai useammasta eläimestä.

Kirjoituksessasi on tärkeää kuvata, miten eläin on mahdollisesti kasvattanut tai opettanut Sinua, millaisia vaikutuksia sillä on ollut, ja mihin vaikutukset ovat kohdistuneet. Miten eläin on mahdollisesti vaikuttanut käsitykseesi itsestäsi, ihmisenä olemisesta tai elämästä? Toivon sinun perustelevan kokemuksiasi.

Jokainen tarina on tärkeä ja tuottaa arvokasta tietoa eläinten ihmistä kasvattavista ja opettavista ominaisuuksista.

Kertomalla oman tarinasi eläimistä annat myös mahdollisuuden sille äänelle, jota meidän ihmisten on mahdollista ymmärtää, mutta jota emme voi kuulla.

Käsittelen tarinoita ehdottoman luottamuksellisesti ja niin, ettei niistä voi tunnistaa kirjoittajaa. Jos kirjoitustasi saa käyttää mahdollisesti myöhemmissä tutkimuksissani (väitöskirja), voit antaa siihen luvan lomakkeessa. **Vastaaajien tietoja ei käytetä muissa tutkimuksissa ilman lupaa.**

Pääset kirjoittamaan tarinasi tästä linkistä:

<https://elomake.uef.fi/lomakkeet/19968/lomake.html>

Vastaa mielelläni kysymyksiisi, kommentteihisi tai tarkennuspyyntöihisi niin halutessasi.

Ystävällisin terveisin,

Suvi-Katriina Kärkkäinen
Suvikk@student.uef.fi

LIITE 3. Kuvauksia ihmisiä kasvattavista ja opettavista eläimistä

Irlannincop-hevonen Tämä hevonen on vasta nuori, 5 vuotias, mutta hän on sellainen vanhana syntynyt. Rakastaa ihmisiä ja haluaa aina tulla touhuun mukaan, on se sitten aidan korjaamista tai lannanluontia. Kova "juttelemaan" myös. Joka ikinen aamu, kun menen pihaton portin ohi, niin hän on siellä hörisemässä ja seuraamassa jokaista liikettäni. Kävelee perässäni vaikka puuhun, vaikken mitenkään pyydä niin tekemään.

Kani Luottamuksen saaminen yhteen kodinvaihtaja kaniin on kestänyt kauan. Hän on viisi vuotias ja hyvin arka ihmisiä kohtaan ja hyvin reviiritietoinen toisia kaneja kohtaan. Nyt hän jo tulee aamulla odottamaan pellettejä. Välillä hän saattaa nuolla ihmisen kättä.

Kesyrotta Tykkäsi ihmisistä erittäin paljon ja vaati huomiota. Kiikkui olkapäällä ja nukkui joskus kanssani paidan sisällä.

Kultainennoutaja tällä hetkellä 3v, hyvin ihmisläheinen ja kiltti

Hevonen 16-vuotias, utelias, kontaktinhakuinen, rehellinen ja yleensä leppoisa mutta toisinaan kuumuva. Hevoselle poikkeuksellisesti ei omaa voimakasta pakoreaktiota, eli ei pötki ensimmäisenä pakoon jos kuuluu tai näkyy jotain kummaa, vaan haluaa katsoa mikä siellä on.

Sekarotuinen koira (eläinsuojelutausta) Kun koira alkoi tulla kuorestaan, siitä paljastui hieman epävarma, mutta kovasti esillä oleva persoona. Tämä koira ei missään nimessä ole lemmikki samalla tavalla kuin muut tuntemani koirat, se ei ole sylikoira eikä välitä edelleenkaan täysin vieraista ihmisistä, mutta oma lauma eli tutut ihmiset ja koirat on sille kaikki kaikessa. Sillä on miellyttämisenhalua puhdas nolla, vaikka se tekee asiat niin kuin sille on johdonmukaisesti opetettu, koska se tarvitsee tarkat arkirutiinit.

Kissa nuorena kissa oli oikein hassu ja tyhmä, jahtasi peiton alla varpaita ja leikki aina mukana. Häntä sai kantaa mitenpäin vaan, kaikki kävi. Ja mitä enemmän porukkaa, menoa ja meininkiä niin sitä parempi! muut kissat katosivat aina paikalta, niin hän istui aina keskellä huonetta. Hänellä oli ihme suhde lapsiin, hän nukkui aina nuorimman sisarukseni kanssa. Ja jos lapsia huoneessa hän valkkasi nuorimman jota meni ensin puskemaa. Hän eli melkein 15 vuotiaaksi kuningattaren elämää, Hänen Korkeutensa oli toinen kutsuma nimi. Iän myötä hänestä tuli viisain ikinä tapaamani kissa, hän tiesi aina kun joku oli kipeä tai tarvitsi lohdutusta.

Hoitoponi Sosiaalinen poni joka tykkäsi mm. leikkiä ja nautti kaikin puolin ihmisen seurasta, todella selkeä persoonallisuus, aina varovainen ihmisen kanssa (esim. jos säikähti jotain niin ei koskaan vahingossakaan tullut ihmisen päälle), tuli aina tervehtimään tutun ihmisen saapuessa.

Ranskanbulldoggi hellyyttävä filosofi, joka tutkiskelee maailmaa ja ihmisiä. Mahdoton herkkusuu, joten helposti narrattavissa herkuilla. Lempipuuhiä meidän lemmikillä on leikkiminen ja ulkona istuskelu.

Rescue-koira hylätty tarhalle. Kun näime toisemme ensi kerran, koira oli kuin kipsiveistos. Odottelimme luovutusvuoroa, puhuin hiljaa koiralle koko ajan ja silitin sitä. Se oli jäykkä ja vapsi-Yhtäkki, se nuolaisi poskeani, kyyneleet tulivat silmiini. Siinä luotiin yhteys. Koira on erittäin älykäs, omapäinen, oivaltava.