



HEVOS- VOIMIA LUONNOSTA

Loppuraportti & toimintamalli

Sisällys

Taustaa.....	2
Kuvaus hankkeen ryhmätoiminnoista v. 2019-2020.....	3
Ryhmätoiminnan tuloksia	8
Hankkeen toimintatuokiot ja tiedottaminen.....	13
Hankkeen kokemukset ja tuotokset.....	14
Viitteet ja lähteet.....	20

Taustaa

Hankkeella haluttiin vaikuttaa maahanmuuttaja- ja haavoittuvassa taloudellisessa asemassa olevien nuorten hyvinvointiin ja osallisuuteen. Luonto- ja eläinavusteinen toiminta vaikuttaa hyvinvointiin moninaisesti niin fyysisen toimintakyvyn kuin sosioemotionaalisten taitojen kehittymisen kautta ja monipuolisen osallistamisen sekä elämyksellisyyden kautta. Kuopiossa on lapsille suunnattua ohjattua, ei kilpaurheilun tähtäävää, harrastustoimintaa kuten ratsastusta, mutta taloudellisesti haavoittuvassa asemassa sekä nivelvaiheessa oleville nuorille matalan kynnyksen ohjattua toimintaa on vähän tarjolla.

4H-yhdistysten toiminta on ollut perinteisesti tiiviissä yhteyksissä luontoon ja eläimiin viljelykerhojen ja kiertovasikoiden muodossa. 4H-toiminnan nimessä olevat H-kirjaimet merkitsevät HEAD, HANDS, HEART ja HEALTH. Espoon Kaitaan koulun rehtori Ritva Mickelsson kuvaava sosiaalipedagogisesta viitekehyksestä suunnitellun hevosavusteisen toiminnan koskettavan aivan samoin sanoin “Head, Heart and Hands”. Eli hevostoiminnassa on omaksuttava uutta tietoa hevosesta ja mm hoitoon liittyvistä tarvikkeista ja kyettävä yhteistyöhön seuraten ja tulkiten niin hevosen kuin muiden osallistujien eleitä sekä hallittava motorisia taitoja mm. satuloidessa tai muissa tehtävissä. Väitöskirjaansa varten hän tutki hevosavusteisen toiminnan vaikuttavuutta mittaamalla oppilaiden hyvinvointia “Health”. (Mickelsson R.)



Kuva 1 Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan elementit ja edellytykset sekä vaikutukset hyvinvointiin ja toimintakykyyn (Lipponen M. ja Vehmasto E)

Hevosavusteisessa toiminnassa korostuu hevosen, lauma- ja saaliseläimen, dialogisuus (Kuva 1.). Hevonen lukee hyvin ihmisen kehonkieltä ja pyrkii kunnioittavaan herkkään vuorovaikutukseen. Dialogisuuden lisäksi myös muut sosiaalipedagogisen viitekehyksen elementit rakentuvat luontevasti hevostoiminnan ympärille. Talliympäristö tarjoaa monipuolisia mahdollisuuksia osallisuudelle ja toiminta on luonnostaan elämyksellistä. Ohjaajan ammattitaitoa on luoda toiminnasta yhteisöllistä ja tavoitteellista. Kuopion 4H-yhdistyksessä sosiaalipedagoginen hevostoiminta sijoittuu SPHT-ohjaajan ohjaamaksi sosiaalista kasvua ja hyvinvointia tukevaksi harrastustoiminnaksi.

Toimintamallia lähdettiin kehittämään yhteistyötahojen kautta. Emme halunneet julkista ryhmähakua, koska silloin aidosti haavoittuvassa asemassa olevat nuoret eivät ehkä olisi hakeutuneet mukaan, joko oman jaksamisensa vuoksi tai peläten leimaantumista. Toisaalta julkisen ryhmähaun kautta olisi voinut olla haasteellista käsitellä odotettavasti runsasta hakijamäärää ja valita ryhmäläiset.

Kuvaus hankkeen ryhmätoiminnoista v. 2019-2020

Hankkeessa haluttiin kokemuksia pitkäkestoisesta ryhmätoiminnasta, jotta eläin- ja luontoavusteisella toiminnalla olisi vaikutusta osallistujiin. Luottamuksen syntyminen ja ryhmän toimiminen vaativat useita tapaamisia. (Huhta A.) Osallistuminen työskentelyyn vähintään 8 kertaa tukee oppimista ja uusien taitojen omaksumista. Tunnetason terapiatyöskentely vaatisi vieläkin pidemmän ajan, mutta siihen ei ollut pyrkimyskään. Toimintaryhmän tavoitteena oli tuoda osallistujilleen iloa, kiinnekohta arkeen, uusien taitojen opettelua, sosiaalista kanssakäymistä, virkistäytymistä luonnossa ja osallistavaa toimintaa. Hankkeessa haluttiin kuitenkin myös kokeilla ilonhetkiä tuottaen samalla kokemuksellisia ja toiminallisia tietoiskuja eläin- ja luontoavusteisesta toiminnasta yhden kerran toimintatuokioiden avulla.

Kokemuksien kartoittamiseksi toimintamallin kehittämistä varten, toimintaryhmien osallistajat haluttiin koota eri yhteistyötahojen kautta (Kuva 2). Ensimmäinen yhteydenotto oli Kuopion



Kuva 2 Sidosryhmäkartta

kaupungin etsivään nuorisotyöhön, Vinkkeliin, koska aiemmissa yhteyksissä työntekijöiltä oli tullut viestiä hevostoinnin tarpeellisuudesta, mutta toisaalta rahoituksen puutteesta, jotta nuoria voisi tukea hevosharrastukseen tai heille järjestää yksittäisiä hetkiä hevosten parissa.

Vinkkelin työntekijät lähtivät mukaan ja

ehdottivat myös Setlementti Puijolan Tyttöjen Taloa mahdolliseksi hankkeen kohteeksi. Kolmannen sektorin toimija oli mielenkiintoinen yhteistyökumppani, ajatellen seuraavienkin ryhmien käynnistämistä, sillä setlementti Puijolalla on Kuopiossa vahvaa osaamista monikulttuurisesta työstä kansainvälisessä kohtaamispaikka Kompassissa. Ensimmäiset ryhmät olivat hyvin erityyppisiä. Vinkkeli tekee tärkeää työtä nuorien etsimiseksi ja kiinnittämiseksi toimintaan. Yli 20-vuotialle nuorille on elämässä voinut jo kasaantua paljon negatiivisia kokemuksia. Tärkein asia on luottamuksen saavuttaminen nuorten kanssa ja pienin askelin eteneminen. Nuoret olivat ryhmässä työntekijän kanssa ja ilahduttavasti ilmoittivat, mikäli eivät paikalle päässeet. Pari nuorta selkeästi kiinnittyi toimintaan ja he osallistuivat aktiivisesti. Heidän kanssa olisi ollut hedelmällistä jatkaa ryhmätoimintaa pidempään. Tyttöjen Talon nuorilla sen sijaan oli jo kiinnekohtansa ainakin Tyttöjen Talon monipuolisessa toiminnassa. He olivat selkeästi valmiimpia ja aktiivisempia toimimaan. He suunnittelivat ja toteuttivat toimintaa aktiivisina osallistujina. Monella heistä on kuitenkin elämässä ollut haasteellisuutta ja hevostoiminta selkeästi voimaannutti ja toi iloa ja uusia kokemuksia.

Vinkkelin ja Tyttöjen Talon toiminta haluttiin sitoa pääasiallisesti yhteen, tutuksi tulevaan toimintapaikkaan, raviradalle ja myös toiminnassa olevat hevoset/ponit pidettiin samoina turvallisuuden tunteen saavuttamiseksi. Toimintaryhmissä käytetyt ponit ja hevonen olivat ohjaajille tuttuja ja ne toimivat raviradalla tutussa ympäristössä. Tuttujen eläimien eleiden tulkkaminen ja ohjaaminen on helppoa ja mahdollistaa syvyyden sosioemotionaaliseen keskusteluun toiminnan ohessa. Eläinten tietäessä toimintapaikan rutiinit ja niiden toimiessa tutussa paikassa on mahdollista antaa osallistujalle enemmän vastuuta eläimen kanssa, koska vaaratilanteiden

riski on pienempi. Raviradalla on monia toimintamahdollisuuksia, niin radalla kuin varikko-alueella hevosille suunnitellussa rauhallisessa ympäristössä. Ravirataa ympäröivässä luontoympäristössä on mahdollista retkeillä metsäpoluilla ja rannassa sekä tulistella laavulla. Toimintaryhmän tavoitteena oli toimia säännöllisesti samaan aikaan viikoittain, tukien sitoutumista ja toimien kiinnekohtana arjessa.

Toimintaryhmät käynnistettiin talvella 2019 esittelemällä toimintamahdollisuuksia yhteistyö-

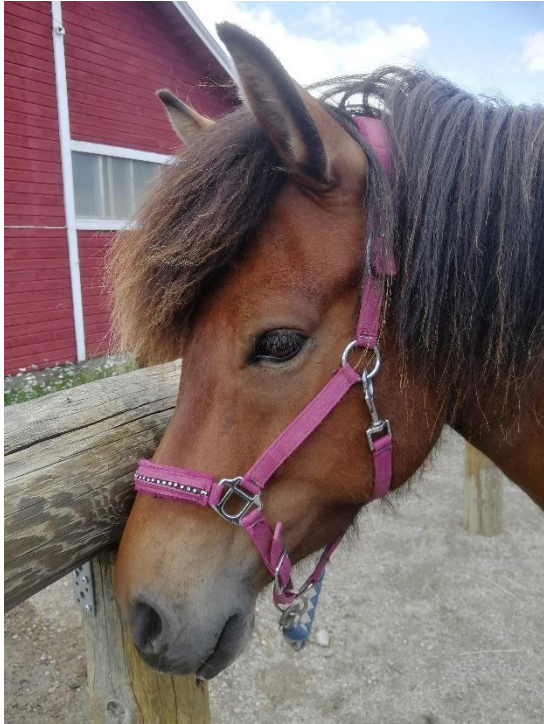
tahon ohjaajille ja kartoittamalla mahdolliset reunaehdot, kuten toimintapaikka ja liikkuminen sinne. Osallistujamäärä haluttiin pitää pienryhmätasolla, jotta yksilöllinen ohjaaminen oli mahdollista. Toimintaryhmissä oli kaksi ohjaajaa, jolloin luonteva ryhmän koko oli 8. Yhteistyötahon ohjaaja kartoitti mahdollis-



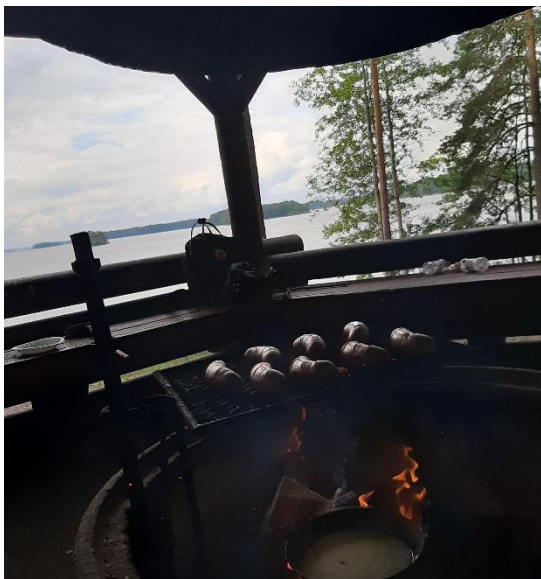
Kuva 3 Hevosvoimia luonnosta -ryhmien toiminnan suunnittelu

ten nuorten kiinnostusta osallistua ja toimi yhteyshenkilönä. Yhteisessä suunnittelutapaamisessa, nuorille tutussa paikassa yhteistyötahon tiloissa, nuoret saivat kertoa kokemuksistaan hevosten kanssa ja esittää haaveitaan, mitä he haluaisivat tehdä (Kuva 3.). Ajatuksia hahmoteltiin yhdessä toimintaryhmän toiminnan suunnitelmaksi ja päätettiin paikka, ajankohta sekä tapa kuinka nuoret pääsevät paikalle. Toiminnan vaatimista varusteista keskusteltiin ja päätettiin yhteinen tapa tiedottaa WhatsApp-ryhmällä mahdollisista muutoksista ja sovittiin edelliselle päivälle vielä muistutusviesti toiminnasta.

Osalla osallistujista oli lapsuudesta ratsastusharrastuskokemusta, osalla ei lainkaan kokemusta hevosista. Toiminta suunniteltiin nuorten haaveiden pohjalta, mutta huomioiden ensin turvali-



Kuva 4 Islanninhevonen, ryhmän issikkavael-lukselta



Kuva 5 Nuotiokuva, yhden ryhmänretkeltä laavulle

lisuus, mitään ei ollut pakko tehdä, toimintaa sai seurata ja se oli yksi tapa osallistua. Hevosiin/poneihin tutustuttiin ensin rauhassa ja matalalla kynnyksellä. Tutustumisen, harjailun, ajelutuksen toimintaradalla ja talutusharjoitusten myötä oli mahdollisuus edetä radalla ajamiseen, ratsastusretkelle, valokuvaushetkiin sekä ponien kanssa yhteisille metsäretkille nuotion ääreen. Toimintakerat olivat rakenteeltaan samanlaisia kuulumiskierros ja välipala, toiminnan viimeilaus yhdessä, toiminta ja palautekierros ja suuntaus seuraavaan kertaan. Osalle osallistujista kirjallinen toiminta vaikutti haasteelliselta, joten palaute päädyttiin kysymään “helmet purkkiin”-menetelmällä samoilla kysymyksillä puolivälissä toimintakertoja ja viimeisellä kerralla. Lisäksi oli mahdollisuus antaa palautetta vapaamuotoisesti kynällä ja paperilla. Palaute annettiin omassa rauhassa yksitellen.

Näiden ryhmien kokemuksista päädyttiin kokoaamaan syksyksi 2019 ryhmä 9-luokkalaisista, jotka vielä ovat päivittäin saavutettavissa, eikä heille ole kertynyt syrjäytymistä aiheuttavia kokemuksia samoin, kuin lähes kymmenen vuotta vanhemmilla, vaikka oppilailla voi olla haasteellisuutta koulutyössä. Mickelsson on väitöskirjatyötä tehdessään havainnut, että erityisesti oppilaat, jotka ovat menettäneet motivaationsa perinteiseen koulun käyntiin, hyötyvät luottamuksellisen yhteistyön rakentamisesta ja uusista kokemuksista. (Mickels-

son, hyötyvät luottamuksellisen yhteistyön rakentamisesta ja uusista kokemuksista. (Mickels-

son R.) Esittelin toimintaa kahdelle opettajalle ja suunnittelu/tutustumiskerta pidettiin raviradalla. Pyörön koulun erityisopettaja mahdollisti ryhmätoiminnan oman pienryhmänsä koulupäivän sisälle ja hän toimi yhteyshenkilönä tiedottaen osallistujia. Tutustumiskerran jälkeen toimintaryhmässä jatkoivat halukkaat, opettajan valitsevat, oppilaat. Toimintapaikaksi sovittiin aluksi koulun läheisyydessä oleva Litmasen urheilualue ja ajankohta oli perjantain viimeiset tunnit koulupäivän sisällä, jotta ei ole riskiä muiden oppilaiden allergiaoireilusta. Toiminnassa oli mukana ohjaajalle tutut ponit, jotka ovat tottuneet toimimaan vieraisissa paikoissa ja olleet mm kouluvierailuilla aiemminkin. Yleisillä paikoilla toimiessa ohikulkevat ihmiset sekä kontrolloimattomat tilanteet tuovat omat haasteensa. Tuttujen ponien kanssa on mahdollista toimia vieraisissa paikoissa, niille sopivilla muodoilla. Ponien eleiden tulkkaukset ja ohjaus on helppoa, tällöin ei tule viedyksi poneja ja osallistujia liian haasteellisiin tilanteisiin. Ponien kanssa toiminta aloitettiin tutustumalla ja taluttamalla, toimintaradalla, jopa irtotyöskentelynä aidatulla tenniskentällä sekä ajamalla. Ryhmä oli tuttu jo entuudestaan ja he toimivat rohkeasti, joten toimintaa oli myös läheisellä ratsastuskoululla ja raviradalla. Näissä paikoissa oli mahdollista toteuttaa nuorten toivomaa ratsastusta ja ajamista myös hevosella.

Talven 2019-2020 pimeimmäksi ajaksi koottiin kevään Vinkkelin ja Tyttöjen Talon ryhmistä



Kuva 6 Kaamosryhmän retkeltä laavulle

jatkoryhmä, joka toimi ilman yhteistyötahojen ohjaajaa. Uuteen toimintaan ja varsinkin sellaiseen, mikä sijoittuu pimeään ja kylmään aikaan voi olla haasteellista sitoutua, joten haluttiin keilla osallistujien toivomaa jatkoryhmää “Kaamossta”. Toiminta oli sisällöltään samantapaista, kuin aiemmin, mutta osallistujille pystyttiin antamaan vastuuta ponien /hevosen käsittelyssä enemmän ja yhteydenpito toimi suoraan osallistujien ja ryhmän ohjaajan välillä.

Keväälle 2020 suunniteltiin toimintaryhmää yhdessä aikuissosiaalityölle, sosiaalisen kuntoutuksen yhteistyökoordinaattorin kanssa. Toimintaryhmät päästiin aloittamaan vasta kesäkuun lopussa ja heinäkuun aikana koronainfektio-tilanteen vuoksi. Toimintaryhmää ei haluttu toteuttaa etänä, koska tärkeimpien elementtien eli läsnäolon ja hevosen ja ihmisen välisen vuorovaikutuksen tulkauksen osuus olisi jäänyt väistämättä vaillinaiseksi. Pääasiallisena toimintapaikkana oli ravirata, jonne osallistujat saapuivat bussilla yhdessä toiminnassa mukana olleen sosiaalityöntekijän kanssa. Hän toimi myös yhteyshenkilönä ja tiedotti osallistujia toiminnasta. Toimintakertoja hevosten/ponin kanssa oli vain 5, joten kerrat olivat kestoltaan pidempiä, n 2 tuntia 15 minuuttia, kuin muut ryhmät, jotka kokoontuivat n 1,5 tuntia. Sisältö oli osittain yhteneväinen aiempien ryhmien kanssa, samoin toimintaryhmän tapaamisten rakenne. Sosiaalityöntekijän rooli ryhmässä oli merkittävä, hän oli mukana niin osallistujana, kuin linkkinä sosiaalitoimeen sekä ryhmän ohjaajana. Hän myös kuvasi nuorten toivekuvat, muissa ryhmissä oli ulkopuolinen kuvaaja ja sitoutui työstämään kuvat eteenpäin nuorille voimauttaviksi muistoiksi.

Ryhmätoiminnan tuloksia



Kuva 7 Toimintaryhmien osallistuminen

Pitkäkestoisessa ryhmätoiminnassa oli mukana 30 osallistujaa (Taulukko 1.). Pyörön ja Aikuissosiaalityön toimintaryhmissä osallistumisaktiivisuus (osallistujaa/tapaaminen/kaikki toimintaryhmän osallistujat) oli korkea n. 80- 88 %, Tyttöjen Talon (54%), Kaamoksen (42%) ja Vinkkelin (40%) ryhmissä alhaisempaa.

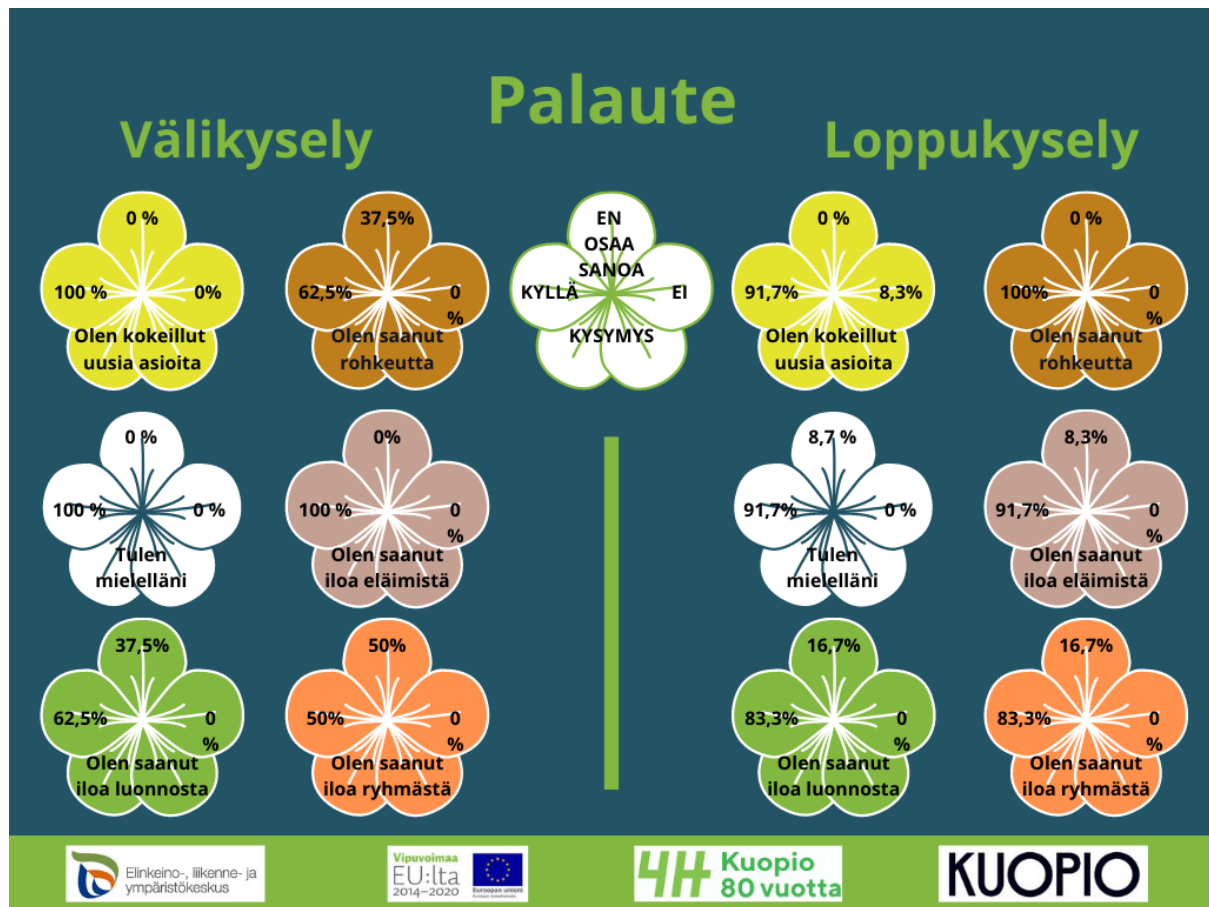
Vinkkelin ryhmän käynnistymistä häiritsi selkeästi, että kokoontumisia ei alkuun saatu järjestämään viikoittain rutiinomaisesti

samaan aikaan ja sitoutuminen laski. Vinkkelin ohjaajat kertoivat, että nuorilla on paljon haasteellisuutta elämässä ja kerta kerran jälkeen osallistumisen kynnys on korkeammalla. Nuori, joka sitoutui toimintaan, oli aktiivisesti mukana. Ohjaajat näkivät toiminnan merkitykselliseksi ja tarpeelliseksi. Vinkkeliin hakeutuvat nuoret saattaisivat hyötyä yhden kerran toimintatuokiosta, joilla heidät saataisiin innostumaan ja heihin saataisiin kontakti tai pitkäkestoisemmasta toiminnasta oman ohjaajan kanssa. Tyttöjen Talon ja Vinkkelin ryhmien nuoret eivät tunteneet toisiaan entuudestaan. Tyttöjen Talon ryhmään muodostui ydinryhmä, ja he osallistuivat usein sekä kokoontuivat tutustuttuaan Tyttöjen Talolla väliajoilla ja ryhmän jälkeenkin. Kaamosryhmä toteutettiin pimeimpään vuodenaikaan, mutta osallistujat kuitenkin kokivat iloa osallistumisestaan. Ryhmytyminen oli vaikeaa ja se ilmeni palautteessa, sillä osa osallistujista koki ajatusten ja tuntemusten jakamisen haasteelliseksi. Kaamos-ryhmässä yhteydenpito tapahtui suoraan nuorten kanssa. Nekin nuoret, jotka eivät osallistuneet toimintakerroille vastailivat viesteihin aktiivisesti. Viestitellessä he jakoivat asioitaan luottamuksellisesti ja heidän kohdallaan ryhmätoimintaan osallistuminen oli viikoittaista kuulumisten vaihtoa.

Vinkkelin ja Tyttöjen Talon toimintaryhmien toiminnoista tiedotettiin toimintakertaa edeltävänä päivänä yhteisellä päätöksellä perustetussa WhatsApp-ryhmissä, joihin kuului sekä yhteistyötahojen ohjaajat ja osallistujat että toimintaryhmän ohjaajat. Kaikki nuoret ilmoittivat poissaoloistaan ja sekin oli tärkeä osallisuuden askel. Ryhmissä keskusteltiin kyydeistä sekä jaettiin kuvia. Tarvittava tsemppaaminen ja viime hetkellä tiedottaminen esim. sääoloista ja tarvittavista asusteista oli helppoa. Tätä mahdollisuutta ei ollut yhteyshenkilön hoitaessa tiedotusta. Hänelle em. tiedot lähetettiin jaettavaksi useita päiviä ennen toimintakertaa. Yhteisen keskustelu- ja tiedotusalustan puuttuminen ei vaikuttanut osallistumiseen Pyörön ja aikuissosiaalityön ryhmissä. Toki kaikkien ryhmien kanssa jo edellisen kerran lopulla käytiin läpi ajatuksia ja suunnitelmia koskien seuraavaa kertaa.

Hankkeen aluksi oli ajatus, että toimintaa olisi voinut jalkauttaa enemmän Kuopion luontokohteisiin ja ratsastuskouluille, mutta jo heti ensimmäisten suunnittelukertojen jälkeen vaikutti sille, että osallistujia tuki enemmän yksi tutuksi tuleva tukikohta. Raviradan vierastallin osallistujat kokivat hyväksi toimintapaikaksi. Sinne oli hyvät kulkuyhteydet ja osallistujat sekä tutustuivat Kuopion viheralueisiin että osa myös liikkui julkisilla kulkuvälineillä. Osallistumiskynnys raviradan tapahtumiin, läheisten ratsastustallien toimintaan tai ulkoiluun ja retkeilyyn

laavulla on matalampi, kun paikka on tuttu. Osallistujien palautteessa ilmeni osallistujien kokeneen iloa luonnosta (Taulukko 2).



Kuva 8 Osallistujien palaute "Helmet purkkiin"-menetelmällä

Osallistujat kokivat saaneensa iloa myös eläimistä, tulevansa mielellään ja kokeilleensa uusia asioita sekä saaneensa rohkeutta (Taulukko 2). He olivat tyytyväisiä, että saivat vaikuttaa toiminnan sisältöön ja että heitä kuunneltiin. Hevosten ja ponien kanssa voi tehdä monia asioita, mutta kuten Pietilä ja Mickelsson Luken julkaisussa kuvaavat, niin hevostoiminta näyttyy ulospäin, mille tahansa puuhastelulle hevosten kanssa. Ohjaus, sanoitus ja psykologisesti turvalliseksi rakennettu toiminta antavat sisällön toiminnalle. Toiminta ei ole mekaanista, eikä aina taitojen opettelua. Toiminta voi olla oman kehon ja tunteiden tunnustelua hevosen avulla. Hevosen kanssa toiminta on vuorovaikutuksen opettelua. (Pietilä J., Mickelsson R.) Tämä sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ero ratsastuksen opetukseen tuli esille vaellustalleilla ja ratsastuskoululla. Osallistujille tärkeintä ei ole oppikirjamainen suoritus, vaan oppia tunnustele-

Sitaatteja toimintaan osallistuneilta



"Ihana lämminhenkinen ryhmä"

"Yhteistyö oli jännittävää, mutta rohkaisevaa"

"Ratsastus jäi merkityksettömäksi, kun ei saanut yhteyttä hevoseen"

"Kunnioittava kumppanuus"

Ohjaaja: "Mielestäni ohjaajat ovat toimineet sensitiivisesti ohjauksessa ja toiminnan suunnittelussa antaen tilaa tarvittaessa mutta myös ohjanneet tukevammin mikäli tilanne on vaatinut"

"Liikaa byrokratiaa"

"Opettelu oli helppoa"

Ohjaaja: "Lisää tällaisia mahdollisuuksia nuorille kokea luonnon ja eläinten läheisyyttä"

Elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskus | Euroopan unionin tuella EU:lta 2014-2020 | 44 Kuopio 80 vuotta | KUOPIO

Kuva 9 palautetta osallistujilta

Sitaatteja toimintaan osallistuneilta

"Tärkeää tarjota erilaista toimintaa asiakkaiden tarpeista lähtien"

"ihana ryhmä, ihana ohjaajat"

"asiakaspalautteessa nähtävissä voimauttava kokemus ja positiivinen muutos"

"hanke liian lyhyt, enemmän hevosten kanssa"

"Minä olen rohkea"

"kiitos"

"Toiminnassa kaksi tärkeää elementtiä, luonto ja eläimet sekä toiminnallisuus"

"pidempi kestoinen prosessi pienryhmässä on tärkeä"

"kiitos ihanasta ryhmästä, joka toimi, joka tilanteessa"



Elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskus | Euroopan unionin tuella EU:lta 2014-2020 | 44 Kuopio 80 vuotta | KUOPIO

Kuva 10 palautetta osallistujilta

mintakerroilla kuulluista kommentteista (Kuva 7-8) voi päätellä Kaaviossa 1. esitettyjen parametrien toteutumisen. Sosiaalityön ryhmässä kerätyn sosiaaliselle kuntoutukselle tarkoitetun Kuopion kaupungin mittariston mukaan osallistujat kokivat itsessä tapahtuneen muutosta ryhmän vaikutuksesta, vaikka hevosten kanssa toimintakertoja oli vain viisi. He olivat tyytyväisiä sekä palvelun asiasisältöön, että laatuun, järjestelyjen toimivuuteen ja hyötyyn. Kaikissa toimintaryhmissä järjestetyt retket ja ratsastustuokiot olivat osallistujien toiveiden mukaisia ja niistä pidettiin. Kaupungin ulkopuolella olevien vaellustallien kanssa yhteistyö oli toimivaa ja heillä oli mahdollisuuksia ottaa vastaan monitasoinen ryhmä ja mahdollistaa monipuolista toimintaa. Ratsastuskoulujen kalenterit olivat yllättävän täynnä, ja usein palveluissa tarjolla oli vain ratsastustunteja. Vieraiden hevosten kanssa kontakti

maan itseään ja tuntemuksiaan. Joskus on luovittava tilanteista läpi kovinkin luovasti turvallisuuden rajoissa tai annettava vain tila ja seurattava. Turvallisuus ja oma rauha loivat mahdollisuuden uskaltaa yrittää ja opetella uusia asioita. Toiminta yritettiin järjestää sellaiseksi, että siitä pystyi antamaan kiitosta joka kerta ja jokaiselle. Raviradan monipuolinen ympäristö ja vaellustallit mahdollistivat monitasoisen ympäristön osallistumiselle. Luonto ja eläimet ovat luonnostaan osallistavia elementtejä ja tämä on todettu myös Luontoa toimintaan hankkeessa (Yhteistyö ja osallisuus). Yhteistyötahojen ohjaajat ilmaisivat loppupalautteessaan olevansa tyytyväisiä hankkeen tuottamaan omaan hevostoimintaan.

Vapaamuotoisista palautteista sekä toi-



Kuva 11 Vaikuttavuus kaavio

Toiminnalle asetetut yleiset tavoitteet toteutuivat. Toiminta oli sosiaalipedagogiset elementtien, (elämyksellisyys, vuorovaikutuksellisuus ja yhteisöllisyys, tavoitteellisuus,) mukaista toimintaa, samoin myös 4 H-arvojen (head, heart, health ja hands). Toiminnan sisältö rakennettiin asiakaslähtöisesti osallistujien kanssa ja he olivat tyytyväisiä. Osallistujien omat tavoitteet olivat henkilökohtaisia, eikä niitä välttämättä käsitelty yhdessä. Aina ne eivät ehkä olleet osallistujien tiedostamiakaan. Konkreettisen toiminnan tavoitteita, kuten ajamaan rohkaistumista tai hevosen selkään nousua ja ratsastuspeloa kohtaamista oli helpompi ryhmässä käsitellä, kuin sisäisiä esim. omien rajojen asettamiseen tai hellyyden vastaanottamiseen liittyviä asioita. Hevostoiminnassa on kuitenkin konkreettisen toiminnan ohella mahdollisuus käsitellä omia tun-

Sitaatteja toimintaan osallistuneilta

"Kiitos kaikesta, oon oppinu, että hevonen on paras ystävä"

"Kiitos sinulle"

" Ei kuulu mitään"

"Terapiassa vain puhutaan, mutta samoja asioita voi käsitellä puhumatta niistä"

"Miten tämän tilan saa siirrettyä"

"Uudet puolet ja luottamus"

"Toiminta mukavan monipuolista ja osallistujia kuuntelevaa"

"Ajattelin, että se olisi hauskaa ja olihan se!"

"Bluetooth-yhteys poniin"

"Voin paremmin näiden kertojen jälkeen"



At the bottom of the image are logos for 'Elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskus', 'Vipuvoimaa EU:lta 2014-2020', '4H Kuopio 80 vuotta', and 'KUOPIO'.

temuksia ja tunteita, kuten palautteesta (Kuva 7) kävi ilmi. Toimintakertoja haluttiin enemmän kuin viisi ja kun toimintakerran pituus oli 1,5 h, haluttiin keston olevan pidempi esim. 2h.

Kuva 12 palautetta osallistujilta

Hankkeen toimintatuokiot ja tiedottaminen

Hankkeesta ei haluttu tiedottaa alkuun kovin julkisesti esimerkiksi somessa, sillä jo yhdistyksen nettisivuilla oleva maininta toi yhteydenottoja, jotka eivät suoraan koskeneet hankkeen kohderyhmää. Hevostoiminta on kiinnostavaa ja halusimme aluksi käynnistää toimintaa ja vasta sen jälkeen tiedottaa tuloksista yleisesti. Lehdistötiedotteet paikallisiin sanoma- ja kaupunkilehtiin, eivät johtaneet julkaisuihin. Tyttöjen Talon oma tiedotus laati toiminnasta kuvaavan nettijulkaisun, jota jaettiin somessa laajalti (Hedberg K.). Hankkeesta haluttiin tiedottaa yhteistyötahoille kokemuksellisesti ja toiminnallisesti iloa tuovin toimintatuokion (Taulukko 3).

Toimintatuokiot	Osallistujat
Pyörön koulun MOK-viikko 2 kpl 9-luokkaa	40
4H-liiton Nuorisotoimikunta	6
Sosiaalipedagogiikan päivät, Verkkototeutus koronan vuoksi	6
Hatsalan koulun 9-luokka, ei toteutunut koronan vuoksi	-
Opetushenkilöstö, ei toteutunut koronan vuoksi	-
Sosiaalitoimen henkilöstö, ei toteutunut koronan vuoksi	-

Taulukko 1 Toimintatuokioiden osallistujat

Toimintaryhmän toiminta Litmasen urheilualueella oli kiinnittänyt oppilaiden huomion ja kiinnosti heitä. Monialaisen oppimisen viikolla toteutettiin tuokiot kahdelle luokalle Pyörön kou-

lulla. Oppilaat olivat kiinnostuneina mukana ja kokeilivat rohkeasti muun muassa ponin ohjaamista taitoradalla. Opettajat puolestaan ihmettelivät oppilaidensa hyvää keskittymistä aiheeseen. Toimintatuokioiden raportoinnin haasteena oli, että osallistujat eivät olleet täysi-ikäisiä ja lomakkeet eivät palautuneet koululle opettajan kautta esitetyistä toistuvista pyynnöistä huolimatta. Toinen vastaavan sisältöiseksi suunniteltu tuokio 9-luokkalaisten kanssa ei toteutunut, eikä myöskään tärkeäksi kokemamme tuokiot opetushenkilöstön ja sosiaalitoimen kanssa keväällä 2020. Sosiaalipedagogiikan päiville kokoontuu alan opiskelijoita ja työntekijöitä ja ne toteutettiin 20.3.2020 verkkoseminaarina. Suunnitellun käytännöntyöpajan peruunnuttua, hanketta esiteltiin kuulijoille etänä (Sosiaalipedagogiikan päivät). Hankkeesta oli lyhyt tietoisuus myös 24.8.2020 Sokran etäkahvilassa, jonka aiheena oli nuoret ja sosiaalinen kuntoutus (Sokra).

Hankkeen kokemukset ja tuotokset

Kuva 13 Toimintaprosessi



Luonto- ja eläinavusteiselle toiminnalle on Kuopiossa tarvetta. Luontolähtöisistä menetelmistä kiinnostuneet kuopiolaiset toimijat kokoontuivat Metsäkeskus Tapion “terveyttä luonnosta-vihreää vireyttä-Metsästä hyvä elämä” -päivään 18.9.2019. Tilaisuudessa koostettiin mahdollisuuksia, esteitä ja yhteistyötahoja. Tarvetta on matalankynnyksen toiminnalle ja ohjatuille palveluille, luontokokemusten jatkuvuuden takaamiselle läpi elinkaaren sekä luontoseteli-mallille (Terveyttä luonnosta). Kirsi Salonen on tutkimuksissaan työikäisten parissa havainnut, että ohjatut luontokokemukset mahdollistavat elpymisen lisäksi tuen esimerkiksi psyykkiseen prosessointiin. Ohjauksessa merkittäväntä on myönteinen luontokokemus ja toiminnan sisältö. (Salonen K.) Hankkeessakin havaittiin, että hevosavusteisen toiminnan sisältö ja tunneilmapiiri määrittää toiminnasta saatavia tuloksia, vaikkakaan niitä ei arvioitu erikseen. Pelkästään hevonen tai luontoympäristö ei takaa iloisia kokemuksia. Osallistujille on luotava luottamuksellinen ilmapiiri ja mahdollistettava osallistuminen omalla tasolla. Hevosten kanssa toimiessa tarvitaan tulkkia ja myös tukea sekä herättelyä prosessoimaan muutakin kuin mekaanista toimintaa. Ryhmäkoot pitkäaikaisessa ryhmätoiminnassa olivat sopivat ja inhimillinen työote säilyi. Hankkeen toimintojen saama palaute oli kannustavaa ja toimintaa halutaan jatkaa. Hankkeen kokemuksista muodostui toimintaprosessi (Kaavio 3), kuinka eläin ja luontoavusteista toimintaa käynnistetään palveluna yhteistyötahojen avulla. Tarjottavista palveluista laadittiin selkeät tuotekortit (Kuvat 10,11,12 ja 13) tuotekortit, joissa esitellään palvelun sisältö.



Toiminta:
Tutustumista
Harjaamista, hoitamista
Maastakäsittelyä
Ajamista, ratsastelua

Toimintaan voi osallistua, sillä tasolla, kun se kulloinkin itsestä tuntuu hyvälle. Toimia voidaan ryhmälle sopivassa paikassa ponien kanssa esim. luontokohteissa laavulla makkaranpaistossa tai hevosella raviradalla ajaa.

Toiminta ei edellytä aikaisempaa kokemusta hevosista vain uteliaan mielen tutustua. Tarvittavat turvavarusteet ovat lainattavissa ja pientä evästä tarjolla, mukaan tarvittavat vain hevosen karvaa kestävät ja säänmukaiset vaatteet.
Max 8 hlö / ryhmä.

Hevosvoimia Luonnosta

PITKÄKESTOINEN TOIMINTARYHMÄ (9 KRT)

Tavoitteena on toteuttaa osallistujien haaveita hevosten/ponien kanssa sekä tuottaa iloa ja uusia kokemuksia. Rohkeus kokeilla uutta luo uusia käytännön taitoja ja tuo esille omia vahvuuksia. Säännöllinen ryhmätoiminta eläinten parissa ulkona ja luonnossa mahdollistaa monipuolisen osallistumisen, sosiaaliset kontaktit ja rakenteen arkeen.

Hinta: 2 304€/ ryhmä

Kysy lisää:
koordinaattori.kuopio@4h.fi
p. 044 777 8656



Toiminta:
Ennakkotehtävä
Tutustumista
Hevosenkäsittelyä ja yhteistyö
Teoreettinen materiaali

Toiminta ei edellytä aikaisempaa kokemusta hevosista vain uteliaan mielen tutustua. Tarvittavat turvavarusteet ovat lainattavissa ja pientä evästä tarjolla, mukaan tarvittavat vain hevosen karvaa kestävät ja säänmukaiset vaatteet.

Hevosvoimia Luonnosta

**KOULUTUS (2,5H)
ELÄIN- JA LUONTOAVUSTEINEN TOIMINTA**

Tavoitteena: Tutustuttaa osallistujat toiminnallisiin menetelmiin sosiaalista kuntoutusta tukevaan eläin- ja luontoavusteiseen toimintaan. Osallistuja kokee itse iloa ja saa uusia kokemuksia hevosten/ponien kanssa ryhmässä toimissa. Oman osallisuuden kautta toiminnan tieteellinen tausta tulee konkreettisesti koetuksi, jolloin toiminnan mahdollisuuksia on helpompi ottaa käyttöön ja soveltaa omassa työssä ja kohderyhmässä. Osallistuja saa selkeän käsityksen eläin- ja luontoavusteisten toimintojen laajasta kentästä ja lähialueen toimijoista.

Hinta: 40€/ hlö, min. 10 hlö + alv24%

Kysy lisää:
koordinaattori.kuopio@4h.fi
p. 044 777 8656



Toiminta:
Tutustumista
Harjaamista, hoitamista
Maastakäsittelyä
Ajelutusta

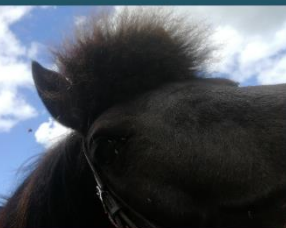
Toiminta ei edellytä aikaisempaa kokemusta hevosista vain uteliaan mielen tutustua. Tarvittavat turvavarusteet ovat lainattavissa ja pientä evästä tarjolla, mukaan tarvittavat vain hevosen karvaa kestävät ja säänmukaiset vaatteet.

Hevosvoimia Luonnosta

**TUOKIO (2H)
ELÄIN- JA LUONTOAVUSTEINEN TOIMINTA**

Tavoitteena: Osallistuja kokee iloa ja saa uusia kokemuksia hevosten/ponien kanssa.

Hinta: 270€/ryhmä, max 30 hlö



Kysy lisää:
koordinaattori.kuopio@4h.fi
p. 044 777 8656



Toiminta:
Tutustumista, harjaamista ja hoitamista sekä maastakäsittelyä esim. taitoradalla. Toimintaan voi osallistua, sillä tasolla, kun se kulloinkin itsestä tuntuu hyvälle. Toimia voidaan ryhmälle sopivassa paikassa ponien kanssa esim. luontokohteissa laavulla makkaranpaistossa tai hevosella raviradalla ajaa. Toiminta sisältää kehollisia läsnäolon harjoitteita, jotka edesauttavat palautumista ja stressinsäätelytaitoja.

Toiminta ei edellytä aikaisempaa kokemusta hevosista vain uteliaan mielen tutustua. Tarvittavat turvavarusteet ovat lainattavissa ja pientä evästä tarjolla, mukaan tarvittavat vain hevosen karvaa kestävät ja säänmukaiset vaatteet.

Hevosvoimia Luonnosta

TYÖHYVINVOINTI (3H)

Osallistuja kokee iloa ja saa uusia kokemuksia hevosten/ponien kanssa työryhmässä toimiessaan. Oman osallisuuden kautta havainnollistuvat voimauttavat prosessit tukevat palautumista ja auttavat stressinkäsittelyä. Luonnossa ja eläinten kanssa toteutetut läsnäolon harjoitukset voi hyödyntää omassa arjessa. Tietoisuus, miten minä voin?...

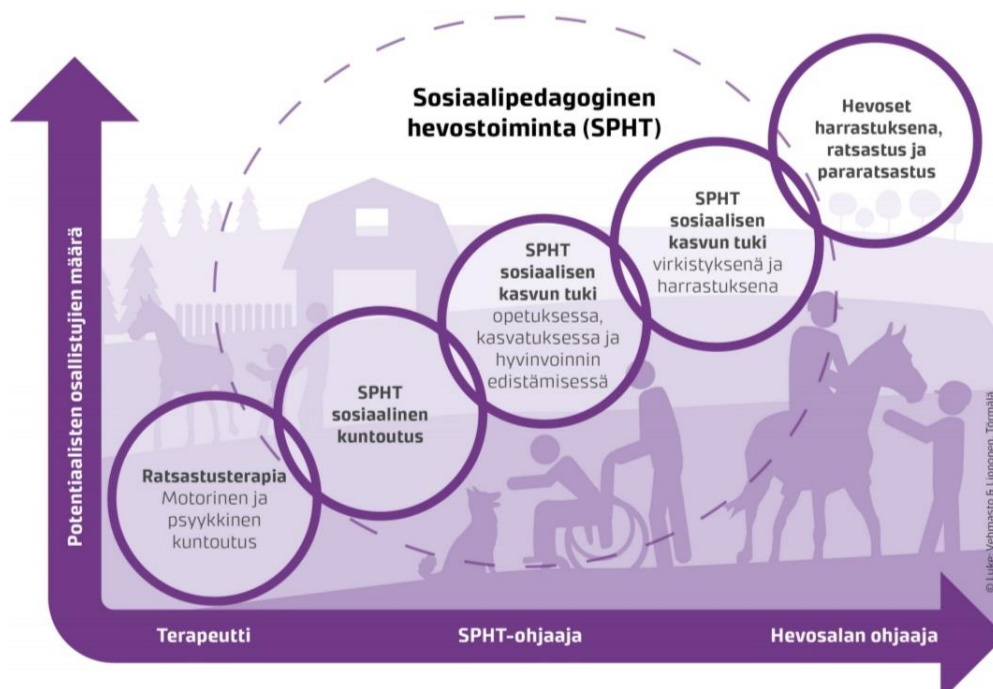
Hinta: 25€/hlö, min 15 hlö (+alv 24%)



Kysy lisää:
koordinaattori.kuopio@4h.fi
p. 044 777 8656



Hevostoiminnan toimintaryhmä-palvelu (Kuva 8.) sopii oppilasryhmille edesauttamaan voimauttavia ja toiminnallisia kokemuksia koulupäivään ja iloa tuovaa toimintatuokiota voidaan käyttää esimerkiksi ryhmäyttämispäivissä 7-luokkalaisille, joissa yhdistys on entuudestaan ollut mukana. Toki sama palvelu käy esim. päiväkoteihin tai toisen asteen oppilaitoksiin tai muiden yhteistyötahojen, vaikka työhyvinvointitoiminnan sisällöksi. Kuopion 4H-yhdistys on tehnyt yhteistyötä koulujen kanssa aiemminkin ajokortti työelämään-kurssituksessa ja järjestämällä metsäpäiviä. Nuorilla on varmasti epämiellyttäviä kokemuksia elämässään, mm kouluun, oppimiseen ja kaverisuhteisiin liittyen kokemuksia ei kuitenkaan ole kertynyt vielä niin paljon, etteivätkö he ottaisi vastaan uusia kokemuksia matalalla kynnyksellä.



Kuva 15 Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan portaikko (Lipponen M. ja Fageström N.)

Vuosien saatossa karttuu kokemuksia, joista voi kehittyä inhimillisiä ongelmia ja esteitä osallisuudelle. Tällöin ongelmia ei myöskään lyhytaikaisella toiminnalla saada ratkottua vaan uusien asioiden omaksuminen ja käyttöönottaminen vie aikaa. Toiminnan sisällön on oltava etenkin dialogista, reflektiivistä ja tavoitteellista. Hevostoiminta voidaan luoda sisältämään sosiaalisen kuntoutuksen elementtejä. Kuopion 4H-yhdistys ei voi tarjota sosiaalista kuntoutusta lain puitteissa, vaan yhdistyksen tarjoama palvelu on sosiaalista kasvua ja hyvinvointia tukevaa

harrastustoimintaa (Lipponen M. ja Fageström N.), mutta suunnitteluyhteistyössä sosiaalityöntekijän kanssa toiminta olisi sosiaalista kuntoutusta (Kaava 3). Toimintaa osallistuneen sosiaalityöntekijän mukaan hevosavusteisen toiminnan tulisi olla pidempikestoinen prosessit ja toiminta tuo monipuolisuutta sosiaalityöhön, samoin on pro gradu -työssään havainnut Anni-Mari Kattilakoski (Kattilakoski A-M.).

Hankkeen toiminnasta saadun palautteen ja osallistujien sekä yhteistyötahojen ohjaajien kanssa käytyjen keskustelujen mukaan toiminta parhaimmillaan tuo nuorten elämään työkaluja, joilla voi jatkaa eteenpäin. Kuvassa 11. on esitetty hankkeen tuottamien kokemusten kautta nuoren polku. Vaikka toiminta oli terapeutteeseen toimintaan nähden lyhytkestoista, nuoret kokivat voimaantuneensa ja viimeisellä kerralla useat ilmoittivat joko jatkavansa opiskelua tai aloittavansa ne. Toki tässä hankkeessa ei tiedetä vaikutuksia pidemmälle, mutta ainakin hankkeen toiminta vaikutti positiivisesti sillä hetkellä. Sekä kouluissa että sosiaalityössä oltiin kiinnostuneita jatkosta ja toiminta tulee jatkumaan yhteistyötahojen (Kuva 2.) kanssa.



Kuva 16 Vaikuttavuustarina

Ihanteellisin tilanne olisi, jos 4H-yhdistys voisi kiinteästi toimia kaupunkiin nähden hyvien liikenneyhteyksien päässä olevissa luonnonläheisissä tiloissa. Hankkeessa kartoitettiin toimintatiloja muiltakin talleilta. Sorsasalossa raviradan tiloissa jatkuu 4H-yhdistyksen ponikerhot ja tuleva hevosavusteinen

toiminta. Ponit ja hevoset ovat raviradalla toiminnan ajan, mutta asuvat kotitalleissaan. Hankkeen toimintaan liittyen tutustuminen Helsingin kaupungin nuorisopalveluiden toimintaan Fallkullan tilalla (Fallkulla) oli avartavaa. Tilan yhteydessä heillä on isot nuorisotilat ja tiloja useiden yhdistysten toimintaan. Tila on kaikille tutustujille avoin ja nuorille on paljon toimintoja. Tällainen matalankynnyksen ilmainen harrastuspaikka on ensiarvoisen tärkeä. Nuorella

on mahdollisuus kokea onnistumisia ja oppimista sekä olla osa yhteisöä. Vakinainen talli mahdollistaisi Fallkullan kaltaisen toiminnan Kuopiossa ja silloin myös toimintaryhmiin osallistuneilla nuorilla olisi mahdollisuus käydä tervehtimässä tallilla tuttuja eläimiä ja pitämässä yhteyttä työntekijöihin tai jatkaa harrastamista tavallisessa harrasteryhmässä.

Viitteet ja lähteet

Hedberg K. On ihan eri asia jutella hevoselle kuin mennä terapiaan. 13.6.2019

<https://www.puijola.net/2019/06/on-ihan-eri-asia-jutella-hevoselle-kuin-menna-terapiaan/>
22.9.2020

Huhta A. <https://tietyoelamaan.fi/mita-uutta-hevostalli-voi-tuoda-sosiaaliseen-kuntoutukseen/>
21.9.2020

Kattilakoski A-M. Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisen tiedekunnan tutkimusyhteisön blogi.
<https://yhteisillatulilla.weebly.com/yhteisillauml-tulilla/sosiaalipedagoginen-hevostoiminta-yhteisollisyyden-edistajana> 7.8.2020

Mickelsson R., Harnessing horses in social pedagogy Equine-assisted social education in a school context

https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/305008/IJSP_8_4.pdf?sequence=1
6.11.2019

Mickelsson R., *Sosiaalipedagoginen hevostoiminta oppimisen ja hyvinvoinnin tukena. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus. 78/2019*
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-326-864-7> 1.12.2019

Pietilä J., *Hevosen toimijuus sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus. 78/2019*
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-326-864-7> 1.12.2019

Lipponen M. ja Fageström N., *Sosiaalisen kasvun tukea vai sosiaalista kuntoutusta-lainsäädännön reunaehtoja. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus. 78/2019*
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-326-864-7> 7.8.2020

Lipponen M. ja Vehmasto E., *Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan työote ja palveluiden portaita. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus. 78/2019*
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-326-864-7> 7.8.2020

Salonen K. 26.8.2020. *Kokonaisvaltainen luontokokemus työikäisten hyvinvoinnin tukena, Pp-esitys. Luontoperustaisten työhyvinvointipalveluiden tulevaisuus. Hyvin Voi-koordinaatiohanke, Luke.*

Sokra. Etäkahvila, nuoret ja sosiaalinen kntoutus. 24.8.2020. <https://padlet.com/epekonen/q2oswuet7hvf11c> 21.9.2020

Sosiaalipedagogiikan päivät 19-20-3-2020. <http://www.sosiaalipedagogiikka.fi/paivien-ohjelma/> 21.9.2020

Terveyttä luonnosta-tilaisuus. Kooste työpajoista.18.9.2019 Metsäkeskus Tapio

Yhteistyö ja osallisuus. 14.5.2020, Luontoa toimintaan hanke – youtube-kanava <https://www.youtube.com/watch?v=aBCA0WdG9pI> 21.9.2020