

**"Se oli rauhallinen, pidin siitä" – kokemuksia
sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta lasten keskittymis- ja
tarkkaavuusvaikeuksien ryhmäkuntoutusmuotona**

Sosiaalipedagoginen hevostoiminta XII

Ypäjän Hevosopisto

Turun yliopiston Brahea-keskus

Satu Valkas

3.9.2015

TIIVISTELMÄ

Tässä tutkimuksessa selvitettiin soveltuuko sosiaalipedagoginen hevostoiminta keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeuksista kärsivien alakouluikäisten lasten ryhmäkuntoutusmuodoksi. Tavoitteena oli myös selvittää, minkälaisia hyötyjä sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta voi olla kyseiselle kohderyhmälle. Tutkimuksen toteuttivat Hippoliksen Hevoset ja yhteiskunta -hanke ja Forssan seudun hyvinvointikuntayhtymä. Tässä tutkimusraportissa on esitelty sosiaalipedagogiikan teoriataustaan pohjaten sosiaalipedagogisen hevostoiminnan periaatteita sekä sitä, mitä tuloksia ja kokemuksia tutkimusryhmän käynneillä saatiin.

Tutkimusryhmä koostui viidestä 9–11 -vuotiaasta pojasta Forssan seutukunnalta. Heillä kaikilla oli sekä koulussa että kotona havaittu vaikeutta keskittymisessä sekä tarkkaavuudessa. Osalla lapsista oli diagnosoitu ADHD. Lapset kävivät ryhmäkäynteinä viiden käyntikerran jakson sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa syksyn 2014 aikana Anun Arkin tallilla. Kolme lapsista osallistui myös kevään 2015 viidelle jatkokäynnille. Tutkimuksen aikana keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeuksiin liittyvien oireiden määrää seurattiin ennen ja jälkeen käyntijaksojen täytettävillä oirekartoituskyselyillä. Syysjaksolla kyselyvastaukset kerättiin sekä huoltajilta että lasten opettajilta. Kevätjaksolla kyselyn täyttivät vain huoltajat. Lisäksi käyntijaksojen jälkeen huoltajilta kerättiin palautetta suullisesti ja kirjallisesti.

Sosiaalipedagogisten hevostoimintakäyntien aikana lapset muun muassa hoitivat hevosta, ratsastivat, taluttivat hevosia, siivosivat karsinoita ja kokeilivat hevosen ajamista. Lapsia ohjasi kaksi ohjaajaa, joista toisella oli sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ohjaajan täydennyskoulutus. Käyntien rakenne oli joka kerralla samanlaisesti etenevä ja lapset jaettiin usein toimintatuokioiden aikana kahteen pienryhmään.

Tutkimuksessa saatiin sekä laadullista että numeerista tietoa sosiaalipedagogisen hevostoiminnan vaikuttavuudesta valitulle kohderyhmälle. Ryhmätasolla mitattuna keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeuteen liittyvät oireet vähenivät hevostoimintakäyntien aikana sekä huoltajien että opettajien arvioimana. Lapsikohtaiset arviot vaihtelivat hieman, mutta neljällä lapsella viidestä oireet vähenivät jaksojen aikana. Kevätjaksolle jatkaneiden lasten oireet lisääntyivät hieman jaksojen välisen tauon aikana, mutta laskivat kevään käyntien aikana suunnilleen samalle tasolle kuin ennen taukoa. Huoltajilta ja lapsilta saatiin paljon positiivista palautetta, josta ilmeni, että lapset olivat viihtyneet käynneillä hyvin ja kotona oli huomattu joitain positiivisia käyttäytymisen muutoksia ja keskittymiskyvyn parantumista. Ainoana parannusehdotuksena tuotiin esille se, että käyntikertoja olisi toivottu olevan enemmän.

Ryhmämuotoinen kuntoutus sosiaalipedagogisen hevostoiminnan keinoin voi tässä tutkimuksessa saatujen tulosten perusteella olla toimiva kuntoutusmuoto keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeuksista kärsiville lapsille. Yksittäisen lapsen kohdalla on kuitenkin tärkeää tarkastella, hyötyisikö lapsi enemmän ryhmä- vai yksilökuntoutuksesta. Tutkimuksessa tuli esille myös se, että käyntijakson on hyvä arvioida tarkkaan, jotta saadut hyödyt yleistyisivät paremmin lapsen arkielämään.

Avainsanat: sosiaalipedagoginen hevostoiminta, keskittymis- ja tarkkaavuushäiriö, ADHD, ryhmäkuntoutus

SISÄLLYSLUETTELO

JOHDANTO	1
TEORIAA	2
Sosiaalipedagogiikka.....	2
Sosiaalipedagoginen hevostoiminta	3
ADHD – keskittymisen ja tarkkaavuuden häiriö.....	4
Miten sosiaalipedagogisella hevostoiminnalla voi tukea lasten keskittymis- ja tarkkaavuustaitojen kehitystä?	5
PROSESSIKUVAUS.....	7
TULOKSET	9
Syysjakson kyselyt	9
Syysjakson palautekäynnit	12
Kevään jatkokäynnit	14
JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA.....	15
LÄHDELUETTELO	18
LIITTEET.....	20
Liite 1 ADHD-oireiden kartoituslomake (Käypä hoito –suositus)	20
Liite 2 Kesky – Keskittymiskysely	20
Liite 3 Palautekäynnin kysymykset.....	21
Liite 4 Kaaviot.....	21

JOHDANTO

Hevoset ovat eläneet ihmisten kanssa jo useita vuosisatoja. Eri aikakausina hevoset ovat toteuttaneet hieman eri tehtäviä ihmisten rinnalla, mutta historian saatossa kahden eri lajin välille syntynyt erityinen yhteys on säilynyt vahvana tähän päivään asti. Hevonen on kulkenut ihmisen rinnalla niin metsästysreissuilla, sotatantereella kuin kuninkaallisissa juhlakulkueissakin. Nykypäivänä etenkin teollistuneissa maissa hevonen toimii useimmiten ihmisen harrasteratsuna. Lisäksi hevoskilpaurheilu sekä ratsu- että ravipuolella elää vahvana ja yhä kasvavana hevosen käyttömuotona. Hevosharrastajat ovat jo aikoja sitten todenneet, että hevosesä on jotain erityislaatuista. Jotain, mitä monessa muussa eläinlajissa ei ole. Ison, mutta lempeän eläimen läsnäolo saa meissä aikaan monia sekä fyysisiä että psyykkisiä vaikutuksia. Hevonen voi saada samanaikaisesti sekä ihmisen mielen virkistymään että kehon liikkumaan. Tätä hevosen mieleen ja kehoon vaikuttavaa voimaa on alettu nykyään yhä enemmän käyttää hyödyksi sosiaali- ja terveyspalveluissa. Ratsastusterapian tapaista toimintaa on käytetty ihmisen fyysisen kuntoutuksen tukena jo antiikin Kreikan aikana ja hevosen hyötykäyttö kuntoutuksessa jatkuu nykypäivänäkin koulutettujen ratsastusterapeuttien toimesta. Hevosen hyödyntäminen työparina on kuitenkin laajentunut koskemaan myös muita toimintamuotoja kuin vain ratsastusterapiaa. Hevosta käytetään nykyään myös psykoterapiassa sekä yhä enenevässä määrin syrjäytymisen ehkäisyssä ja sosiaalisessa kuntoutuksessa.

Tutkimusnäyttöä hevosen hyvinvointia lisäävästä vaikutuksesta on vielä saatavilla suhteellisen vähän, mutta koko ajan saadaan lisää näyttöä siitä, miten hevosta voidaan hyödyntää erilaisten psykososiaalisten vaikeuksien tukemisessa ja kuntoutuksessa. Hevosia on käytetty onnistuneesti eri-ikäisten ja erilaisista vaikeuksista kärsivien ihmisten kuntoutuksessa. Muun muassa Nikanne (2011) on käytännön työnsä kautta todennut psykiatrisen ratsastusterapian vahvistavan tunnevuorovaikutustaitoja, Valkkaan (2012) pro gradu -tutkimuksessa psykiatriset aikuispotilaat kertoivat kokemuksistaan ratsastusterapian vaikuttavuudesta, Tuomivaara (2011) on selvittänyt hevosen hyödyntämistä käytöshäiriöisten lasten kuntoutuksessa ja Mustonen (2008) on tutkinut sosiaalipedagogisen hevostoiminnan käyttöä erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten kuntoutuksessa. Käytännön kokemustietoa hevosten hyvinvointia edistävästä vaikutuksesta on kertynyt jo useille toimintaa harjoittaville ammattilaisille sekä heidän asiakkailensa ympäri maailmaa, mutta näitä koettuja hyötyjä on valitettavasti hieman vaikeampi dokumentoida luotettavien tutkimusmenetelmien avulla.

Tässä raportissa esittelen yhden tutkimuksen tulokset siitä, miten hevosia voi hyödyntää lasten psykososiaalisessa kuntoutuksessa. Valitsin kohderyhmäksi lapset, sillä koulupsykologina toimiessani työskentelen esi- ja peruskouluikäisten lasten ja nuorten kanssa. Työssäni kohtaan oppilaita, joilla on eriasteisia oppimis-, keskittymis-, tunne-elämän tai sosiaalisten taitojen vaikeuksia. Nämä vaikeudet voivat esiintyä myös samanaikaisesti ja siten olla myötävaikuttamassa toisiinsa. Työssäni olen usein havainnut, että erityisesti keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeudet ja siihen liittyvät oireet voivat haitata merkittävästi oppilaiden koulumenestystä ja arkielämää. Kuitenkaan näiden vaikeuksien tukemiseksi ei aina ole koulun arjessa tai perusterveydenhuollossa riittäviä resursseja etenkin silloin, jos vaikeudet ovat lieväästeisiä. Arjessa pulmalliseksi koettu oireilu ei läheskään aina ole niin merkittävää, että ADHD

-diagnoosin kriteerit täyttyisivät, mutta silti oireet voivat haitata lapsen koulusuoriutumista tai sosiaalisia suhteita. Suomessa lasten ADHD:n diagnosoinnissa ja kuntoutuksessa suositellaan noudatettavan Käypä hoito -suositusta (2013), jossa todetaan psykososiaalisten hoitomuotojen olevan tehokkaita keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeuden keskeisten oireiden vähentämisessä. Myös lääkehoito on tehokasta, mutta psykososiaalisia hoitomuotoja pidetään lähes aina ensisijaisina ja alle kouluikäisillä jopa ainoina hoitokeinoina (Käypä hoito – suositus, 2013). Halusin tutkia, olisiko sosiaalipedagoginen hevostoiminta sopiva vaihtoehto lasten keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeuden psykososiaalisiksi kuntoutusmuodoksi. Oletukseni on, että sosiaalipedagoginen hevostoiminta voisi sopia kyseisen lapsiryhmän kuntoutukseen, sillä sosiaalipedagoginen taustateoria korostaa kuntoutuksessa toiminnallisuutta ja yhteisöllisyyttä, mutta samalla hevosen läsnäolo kannustaa keskittymään ja toimimaan suunnitelmallisesti. Tässä raportissa käyn ensin läpi sosiaalipedagogisen hevostoiminnan sekä ADHD:n teoriataustaa. Sen jälkeen kuvaan tutkimusasetelman, tutkimusmenetelmät sekä tutkimuksessa saadut tulokset. Lopuksi pohdin, miten tutkimusasetelma onnistui, mitä tietoja sen avulla saatiin ja miten saatuja tietoja voidaan hyödyntää tulevaisuudessa. Tässä tutkimusraportissa on esillä tutkimuksen aikana otettuja valokuvia, joiden käyttöön tutkimukseen liittyvissä julkaisuissa on pyydetty lasten huoltajilta kirjallinen lupa.

TEORIAA

Sosiaalipedagogiikka

Sosiaalipedagogiikka on käsitteenä otettu käyttöön 1800-luvulla Saksassa. Euroopassa sosiaalipedagoginen teoreettinen ajattelu alkoi kehittyä laajemmin 1800–1900-lukujen vaihteessa ja Suomeen sosiaalipedagoginen teoreettinen keskustelu rantautui 1990-luvun alussa (Nivala, 2015). Nivala (2015) kuvaa, että sosiaalipedagogiikan lähtökohtana on sosiaalisen ja pedagogisen näkökulman yhdistyminen. Maailmaa ja ihmisiä tarkastellaan samanaikaisesti sekä sosiaalisesta että kasvatuksellisesta näkökulmasta käsin. Sosiaalipedagogiikan tärkeimpiä käsitteitä ovat yhteisöllisyys, toiminnallisuus ja elämyksellisyys (Hämäläinen, 1999; Nivala, 2005; Ranne, Sankari, Rouhiainen-Valo ja Ruusunen, 2005) ja nämä käsitteet ohjaavat sosiaalipedagogiikkaan pohjautuvan käytännön toiminnan toteuttamista. Seuraavaksi määrittelen kyseiset käsitteet siten, kuin tämän tutkimustyön kannalta on olennaista.

Sosiaalipedagogisen ajatusmallin mukaan toiminnalla pyritään saamaan aikaan yhteisöllisyyttä ja osallisuutta. Yhteisöllisyyttä voidaan ajatella ilmenevän eri tasoilla, kuten esimerkiksi yhteiskunnan tai vaikka pienempien yhteisöjen, kuten urheiluseurojen tai perheiden tasolla (Nivala, 2015). Yhteisöt mahdollistavat niiden toimintaan osallistumisen, jolloin yksilöt toimivat yhdessä yhteisön tavoitteiden mukaisesti (Nivala, 2015). Nivala (2015) kuvaa, että erilaisissa tilanteissa tarvitaan eritasoista toiminnallista osallistumista (vastaanottajana, osanottajana tai toimijana osallistuminen) ja on tärkeää, että kukin yhteisön jäsen kokee pääsevänsä osallistumaan yhteisön toimintaan itselleen sopivalla tavalla. Yhteisön toimintaan osallistuessaan yksilö voi saada kokemuksen yhteisöön kuulumisesta, mikä taas synnyttää yhteisöllisyyttä (Ranne, Sankari, Rouhiainen-Valo ja Ruusunen, 2005). Kuten yhteisöllisyyden, myös elämyksellisyyden ajatellaan syntyvän

toiminnallisuuden kautta ja elämysten ja positiivisten kokemusten kautta ihminen voi muun muassa vahvistaa itsetuntoaan (Nivala, 2015). Nivalan (2015) mukaan elämykset tarjoavat myös mahdollisuuden löytää sisältöä elämään, rentoutumaan ja jäsentämään itsetuntemustaan. Elämyksiä tuottavassa toiminnassa pystytään helposti hyödyntämään luovia toimintamuotoja (esim. piirtäminen, draama, valokuvaus) ja sitä kautta voidaan saada uusia näkökulmia tuttuihin asioihin.

Nivalan (2015) mukaan sosiaalipedagogisen toiminnan tehtävä on tukea ihmisen kasvua täysipainoiseen yhteiskunnan jäsenyyteen. Hän jakaa sosiaalipedagogisen toimintaorientaation yleiseen ja erityiseen kasvatukselliseen tehtävään. Yleinen sosiaalisen kasvatuksen tehtävä koskee lähes kaikkia ja pyrkii tukemaan ihmisen kasvua, vahvistamaan yhteisöjä ja tukemaan yhteiskuntaan kiinnittymistä. Erityinen kasvatuksellinen sosiaalinen työ tukee ihmisen kasvua erityisesti silloin, kun jostain syystä ihmisen yhteiskuntaan kiinnittyminen on vaarantunut. Tällöin erityisen tuen tarpeessa olevien ihmisten sosiaaliset ongelmat pyritään kohtaamaan kasvatuksellisesta näkökulmasta käsin.

Sosiaalipedagoginen hevostoiminta

Sosiaalipedagoginen hevostoiminta on Suomessa melko uusi toimintamuoto, sillä alan ensimmäinen täydennyskoulutus käynnistyi vuonna 2002. Muualla maailmassa sosiaalipedagogisen hevostoiminnan kaltaista toimintaa on järjestetty systemaattisesti jo paljon aikaisemmin ja vähitellen tietoisuus tästä menetelmästä on lisääntymässä myös Suomessa. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta tarjoaa yhden keinon toteuttaa aiemmin mainittua erityistä kasvatuksellista sosiaalista työtä. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta pohjautuu sosiaalipedagogiikan taustateorian käyttämiseen siten, että toiminnassa hyödynnetään hevosen ja talliympäristön tarjoamia toimintamahdollisuuksia. Sosiaalipedagoginen Hevostoimintayhdistys ry. (2015) määrittelee sosiaalipedagogisen hevostoiminnan olevan sosiaalisen kuntoutuksen menetelmä, joka tähtää syrjäytymisen ehkäisyyn sekä sosiaalisen kasvun ja hyvinvoinnin tukemiseen. Sen toiminnan lähtökohtana on ihmisen, hevosen sekä talliyhteisön monipuolinen vuorovaikutus. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan nähdään perustuvan yksilön omaan kokemukseen ja sen kautta asioiden oppimiseen ja oivaltamiseen (Sosiaalipedagoginen Hevostoimintayhdistys ry., 2015). Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan sisältö muokkautuu aina kunkin asiakkaan tai asiakasryhmän tavoitteiden mukaisesti. Toiminnan tavoitteet määritellään aina yksilöllisesti yhteistyössä toimintaan osallistuvan asiakkaan, ohjaajan ja mahdollisen yhteistyöverkoston kanssa. Toiminta voi pitää sisällään muun muassa päivittäisiä talliaskeleita, hevosen hoitamista, ratsastamista, talutusharjoituksia tai vaikka hevosten välisen vuorovaikutuksen seuraamista.



Mikä sitten tekee hevosesta hyvän sosiaalisen kuntoutuksen työvälineen? Mickelsson (2015) mainitsee merkittäviksi tekijöiksi muun muassa hevosen lauma- ja saaliseläimen ominaisuudet. Hevonen kiinnittää huomiota ympäristön pieniin yksityiskohtiin ja on herkkä mukautumaan lähellä olevien muiden hevosten reaktioihin. Tämän lisäksi hevoset reagoivat herkästi myös ihmisten toimintaan ja tunnetiloihin. Hevonen vaistoa ja ilmentää ihmisen sisäiset prosessit eli esimerkiksi vaistoa ihmisen olotilan, vaikka ihminen yrittäisi peittää sen (Mickelsson, 2015; Valkas, 2012). Ihmisen tulee olla myös itse lähes jatkuvasti herkkä havainnoimaan hevosen olemuksen ja käyttäytymisen muutoksia, jotta heidän välinen vuorovaikutuksensa olisi sujuvaa ja sen hetkisen toiminnan tavoitteiden kannalta olennaista. Täten ihminen voi hevosen kanssa harjoitella aidon vuorovaikutussuhteen muodostamista ja ylläpitämistä. Hevonen isokokoisena eläimenä herättää kunnioitusta ja toisinaan pelkoakin, mutta toisaalta lempeällä olemuksellaan ja läsnäolollaan houkuttelee yhteiseen toimintaan ja vuorovaikutukseen (Valkas, 2012). Ratsastaminen tarjoaa ihmiselle kokemuksen kannettava olemisesta ja kävelyä muistuttavasta liikeradasta. Lisäksi hevosen pehmeän karvan koskettaminen ja sen ruumiinlämmön (joka on ihmisen ruumiinlämpöä korkeampi) tunteminen, on erittäin miellyttävää. Hevosen avulla kuntoutustyöhön saadaan siis mukaan sellaisia monia aistikanavia hyödyntäviä elementtejä, jotka eivät ole mahdollisia perinteisemmässä keskusteluun pohjautuvassa kuntoutuksessa.

Jatkossa tässä työssä puhutaan sekä sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta että lyhyemmin vain hevostoiminnasta, mutta molemmilla käsitteillä tarkoitetaan sosiaalipedagogista hevostoimintaa siten, kuin se on yllä määritelty.



ADHD - keskittymisen ja tarkkaavuuden häiriö

Tässä tutkimuksessa oli mukana lapsia, joilla kaikilla oli eriasteisia keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeuksia. Tässä tutkimuksessa on käytetty keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeuksien määrittelyyn ADHD:n Käypä hoito -suositusta (2013), mutta on hyvä muistaa, että kaikki

tutkimuksessa mukana olleet lapset eivät välttämättä täyty kaikkia ADHD:n diagnoosikriteereitä.

Käypä hoito -suosituksessa ADHD:n eli aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriön keskeisiksi oireiksi on määritelty keskittymisvaikeudet, yliaktiivisuus ja impulsiivisuus. Oireet voivat esiintyä siten, että niissä painottuvat joko yliaktiivisuus-impulsiivisuusoireet tai tarkkaamattomusoireet, mutta ne voivat esiintyä myös yhdistettynä oirekuvana. ADHD:n diagnoosi perustuu aina laaja-alaiseen arvioon, jossa voidaan käyttää hyödyksi monia erilaisia tutkimusmenetelmiä. Tärkeitä selvitettäviä asioita diagnoosivaiheessa ovat huoltajien ja päiväkodin tai koulun tekemät havainnot lapsen toiminnasta hänen arkiympäristössään. Havainnot voidaan kerätä joko haastattelemalla tai kyselylomakkeen avulla. Lisäksi lääkärin ja tarvittaessa psykologin ja muiden asiantuntijoiden (puhe-, toiminta- tai fysioterapeutti) tutkimukset tarjoavat tärkeää tietoa lapsen tai nuoren käyttäytymisestä. Diagnoosivaiheessa on tärkeää kartoittaa myös muut mahdolliset oireita selittävät tekijät tai päällekkäistyneet häiriöt. (Käypä hoito -suositus, 2013).

ADHD:ta on eri arvioiden mukaan esitetty esiintyvän noin 4–8 prosentilla väestöstä. Sitä esiintyy useammin pojilla kuin tytöillä, mutta saattaa myös olla, että tyttöjen ADHD jää herkemmin huomaamatta. Iän myötä ADHD:n esiintyvyys pienenee. ADHD diagnosoidaan useimmiten lapsilla tai nuorilla, mutta nykyään ADHD diagnosoitiin voi saada vasta aikuisenakin. Iän myötä yliaktiivisuus- ja impulsiivisuusoireet lievittyvät usein nopeammin, mutta tarkkaamattomuusoireiden lieveneminen on hitaampaa. ADHD:n kanssa esiintyy usein samanaikaisesti muita neurologisia tai psykiatrisia häiriöitä, jotka omalta osaltaan voivat vaikuttaa ADHD -oireiden ilmenemismuotoihin. ADHD on häiriö, joka voi hoitamattomana heikentää opinnollista menestystä tai työllistymistä. Se voi myös lisätä riskiä psykiatriin sairauksiin, syrjäytymiseen ja päihteiden käyttöön. (Käypä hoito -suositus, 2013).

Kun lapsella havaitaan toiminta- tai oppimiskykyä haittaavia ongelmia, tulee tukitoimet aloittaa heti. Tukitoimet on suositeltavaa aloittaa jo ennen diagnoosin asettamista, sillä joskus tukitoimilla voidaan saada aikaa oireiden lieventymistä siinä määrin, että tarkempia diagnostisia selvittelyjä ei enää edes tarvita. Tukitoimina voivat toimia muun muassa päiväkodin ja koulun erilaiset järjestelyt, vanhemmille annettava ohjaus ja neuvonta, psykologin tai puhe- toiminta- ja fysioterapeutin antama kuntoutus sekä sosiaalitoimen tukimuodot. ADHD-diagnoosin asettamisen jälkeen lapselle tai nuorelle laaditaan yksilölliseen tilannearvioon perustuva hoito- ja kuntoutussuunnitelma. Kuntoutuksessa tulee ottaa huomioon sekä lapsen tai nuoren että hänen huoltajiensa hyvinvoinnin tukeminen. Tutkimuksissa on todettu, että keskeiset oireet vähenevät sekä psykososiaalisilla hoitomuodoilla että lääkehoidolla. Yleensä vasta kouluikäisillä lääkehoitoa voidaan harkita käytettäväksi psykososiaalisten hoitomuotojen lisäksi. Psykososiaalisia hoitomuotoja ovat aiemmin mainittujen tukitoimien lisäksi muun muassa neuropsykologinen kuntoutus, ADHD-valmennus ("coaching"), psykoterapia, vertaistuki ja sopeutumisvalmennuskurssit. (Käypä hoito -suositus, 2013).

Tähän tutkimukseen valittiin lapsia, joilla on keskittymis- ja tarkkaavuusoireita siinä määrin, että ne haittaavat lapsen arkielämää. Kuitenkaan kaikilla osallistujilla ei ole ADHD-diagnoosia. Tässä tutkimuksessa käytän jatkossa termejä keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeudet sekä keskittymis- ja tarkkaavuusoireet kuvaamaan niitä oireita, joita tässä tutkimuksessa on kartoitettu. Kyse on samoista oireista, joita liittyy diagnosokriteerit täyttävään ADHD:en, mutta ne voivat esiintyä myös lievempinä kuin diagnosoidussa ADHD:ssa.

Miten sosiaalipedagogisella hevostoiminnalla voi tukea lasten keskittymis- ja tarkkaavuustaitojen kehitystä?

Sosiaalipedagogiikan peruspilarit eli toiminnallisuus, elämyksellisyys sekä yhteisöllisyys on helppo saada talliympäristössä hyötykäyttöön ja siksi ajattelenkin, että hevoset ja talliympäristö itsessään kutsuvat kasvattavien oppimiskokemusten pariin. Siellä saavat luonnollisessa ympäristössä harjoitusta kaikki ne osa-alueet, jotka ovat vaikeita lapselle, jolla on keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeuksia. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan avulla keskittymis- ja tarkkaavuustaitoja voidaan pyrkiä harjoittelemaan ympäristössä, joka luonnostaan tarjoaa monia mahdollisuuksia monipuoliseen toimintaan. Keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeudesta kärsivän lapsen on usein vaikea hallita impulsiivisuuttaan, suunnata tarkkaavuuttaan olennaiseen asiaan tai keskittyä pitkäkestoisesti. Talliympäristö itsessään tarjoaa monia vaihtelevia virikkeitä, joiden

parissa toimiminen on motivoivaa. Pääsääntöisesti hevosen läsnäolo vielä lisää toiminnan mielekkyyttä ja lapset keskittyvät pitkäjänteisemmin silloin, kun hevonen on läsnä. Hevosen läsnäolo auttaa lapsia myös kehittämään impulssikontrolliaan, sillä lapset haluavat toimia hevosen hyvinvointia edistävällä tavalla. Esimerkiksi sääntöjen noudattaminen voi olla



keskittymisvaikeudesta kärsivälle lapselle haastavaa, mutta tallissa säännöt ovat hevosen hyvinvoinnin vuoksi tärkeitä ja lapsi saattaa hyvin muistaa, että tallissa ei saa huutaa tai juosta, jotta hevonen ei pelästy. Talleissa on usein selkeät säännöt, hevosilla on säännöllinen päiväohjelma ja tallin toimintatavat koskevat kaikkia siellä kävijöitä. Selkeä jäsenyys, säännöt ja toimintatavat usein helpottavat keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeudesta kärsivien lasten toimimista, sillä silloin he pystyvät paremmin ennakoimaan, miten ja mitä tulee

seuraavaksi tehdä. Rutiininomaisesti toistuvat toiminnat kehittävät lasten oman toiminnan ohjauksen taitoja ja vähitellen lapsi oppii itse paremmin suunnittelemaan, toteuttamaan ja arvioimaan toimintaansa. Talliympäristön selkeä struktuuri jo itsessään tukee monien taitojen harjoittelua.

Yhtenä hevostoiminnan hyötynä pidän sitä, että lapsi saa välitöntä palautetta hevosten kanssa toimiessaan sekä ohjaajalta että hevoselta. Välittömästi tilanteesta annettu palaute on usein tehokkaampaa kuin viivästetysti annettu palaute. Keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeudesta kärsivien lasten kohdalla välittömän palautteen merkitys on vielä normaaliakin suurempi. Muilta tulevan palautteen avulla lapsi voi oppia havainnoimaan oman toimintansa seurauksia ja vähitellen myös muuttamaan niitä toimintatapoja, jotka eivät tuota toivottua tulosta. Tavoitteena voi olla esimerkiksi, että lapsi oppii palautteen avulla havainnoimaan omaa toimintaansa ja ennakoimaan niitä tilanteita, joissa hänellä saattaa esiintyä vaikeuksia keskittymisessä. Hevostoiminnassa on usein mahdollista antaa lapselle yhden käyntikerran aikana positiivista palautetta monta kertaa. Usein keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeudesta kärsivät lapset saavat koulussa paljon negatiivista palautetta oppituntien tai välituntien aikana, sillä koulu on heille haastava toimintaympäristö. Koulupäivän aikana lapset joutuvat istumaan paljon paikoillaan ja olemaan hiljaa, mutta usein lapsille, joilla on vaikeutta keskittymisessä ja tarkkaavuudessa, toiminnan kautta oppiminen sopii paremmin. Talliympäristössä lapsi pääsee itse tekemään erilaisia asioita ja kokemaan onnistumisen kokemuksia. Tallilla jokaiselle löytyy varmasti useampi toiminta, joka on sekä mielekästä että sopivalla haastavuustasolla lapsen taitoihin nähden. Taitojen karttuessa voi edetä tekemään vaikeampia tehtäviä ja sitä kautta lapsi voi seurata omaa kehitystään ja kokea onnistumisen kokemuksia omien taitojen kartumisesta. Toimintaa voi myös helposti vaihdella monella eri tavalla, joten lapsi ei helposti pääse kyllästymään.

Keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeuksista kärsivillä lapsilla saattaa olla vaikeuksia myös sosiaalisissa suhteissa ja hevostoiminnalla on paljon annettavaa sosiaalisten taitojen harjoittelun tukena. Hevonen isona eläimenä tarvitsee jo turvallisuussyistä ihmiseltä lähes jatkuvasti toimintaohjeita, joten hevonen kannustaa jatkuvaan ja tilanteiden mukaan muokkautuvaan vuorovaikutukseen. Myös ohjaajan kanssa lapsen on oltava vuorovaikutuksessa, koska häneltä

lapsi saa ohjeita hevosen kanssa toimintaa varten. Vuorovaikutuksellinen kolmio lapsen, ohjaajan ja hevosen välillä on erittäin merkityksellinen osa hevostoimintaa. Ryhmäkäynneillä lapsen täytyy lisäksi huomioida muut ryhmän jäsenet ja tällöin lapsi harjoittaa myös vuoron odottamista, toisten huomiointia sekä ikätasoisien sosiaalisten suhteiden luomista ja ylläpitämistä. Sosiaalisten tilanteiden harjoittelua tukee myös talliyhteisön muut jäsenet, joiden kanssa lapsi mahdollisesti on tekemisissä hevostoimintakäyntien aikana.

PROSESSIKUVAUS

Tämä pilottityyppinen tutkimushanke sosiaalipedagogisen hevostoiminnan vaikuttavuudesta toteutettiin Hippolixen ja Forssan seudun hyvinvointikuntayhtymän (FSHKY) yhteistyönä. Tutkimushankkeen rahoittajana toimi syksyn käyntijakson osalta Hippolixen Hevoset ja yhteiskunta –hanke. Syksyn jaksosta saatujen hyvien kokemusten perusteella FSHKY halusi tarjota



tutkimusryhmän jäsenille mahdollisuuden jatkokäynteihin keväällä 2015, jolloin siis FSHKY toimi rahoittajana. Lisäksi FSHKY tarjosi hankkeen käyttöön minun työaikaani ja minut nimettiin hankkeen koordinaattoriksi. Hippolis lähetti Forssan seutukunnan alueella toimiville hevosavusteista toimintaa tarjoaville yrityksille tarjouspyynnön. Tarjouspyynnössä toiminnan toteuttajan edellytettiin tarjoavan ammattitaitoisesti ja laadukkaasti toteutettavaa hevosavusteista toimintaa, jota toteuttaa sosiaali- ja terveysalan ammattilainen, jolla on hevosavusteisen toiminnan täydennyskoulutus. Yleisen tarjouskilpailun perusteella käytännön osuuden toteuttajaksi valikoitui ainoana tarjouksen jättäneenä toimijana Anu Laamanen (jatkossa toiminnan toteuttaja) ja hänen yrityksensä Anun Arkki, jossa toteutetaan sosiaalipedagogista hevostoimintaa. Hankkeen sisältö suunniteltiin yhteistyössä Hippolixen, FSHKY:n ja toiminnan toteuttajan kanssa. Tutkimushanke sisälsi viiden tai kolmen lapsen ryhmäkäynnit sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa. Ryhmä kokoontui kerran viikossa viitenä viikkona peräkkäin syksyllä 2014 (viisi lasta) ja keväällä 2015 (kolme lasta). Toiminnan vaikuttavuutta arvioitiin keskittymis- ja tarkkaavuusoireita kartoittavilla kyselylomakkeilla sekä huoltajilta saadun palautteen avulla.

Tutkimushankkeen osallistujiksi valittiin alakouluikäisiä lapsia, joilla esiintyy kotona ja koulussa keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeuden oireita. Tämä ryhmä valittiin, koska Forssan seutukunnalla kyseisen lapsiryhmän kuntoutusmahdollisuudet ovat melko vähäiset. Kuitenkin koulun arjessa eriaistiset keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeudet ovat nähtävissä lähes jokaisessa koululuokassa. Osallistujat valikoitiin FSHKY:n koulupsykologien asiakaskunnasta siten, että ehdokkailla joko oli keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeuksiin liittyen käynnissä aktiivinen koulupsykologin asiakkuus tai he olivat olleet koulupsykologin asiakkuudessa viimeisen kahden vuoden aikana. Koska keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeudet ovat yleisempiä pojilla kuin tytöillä, valittiin tämän tutkimuksen kohderyhmäksi alakouluikäiset pojat. Ryhmästä pyrittiin muodostamaan melko yhdenmukainen siten, että osallistujiksi valittiin 3.–6. -luokkalaisia poikia. Nämä kriteerit täyttävien

lasten huoltajiin oltiin yhteydessä ja viisi osallistujaa löytyi huoltajien kanssa käytyjen puhelinkeskustelujen perusteella. Huoltajat antoivat suostumuksensa lapsensa osallistumiseksi tutkimushankkeeseen ja he täyttivät tarkoitusta varten tehdyn kirjallisen tutkimusluvan. Mukaan valikoituneet pojat olivat iältään 9–11 -vuotiaita ja he eivät tunteneet toisiaan etukäteen. Osalla lapsista oli aiempaa kokemusta hevosista esimerkiksi talustusratsastusten tai sukulaisten hevosten kanssa ratsastamisen kautta, mutta osalla lapsista ei aiempaa hevoskokemusta ollut ollenkaan.

Mukaan valikoituneiden lasten huoltajille lähetettiin postitse tietoa tutkimushankkeesta, siihen liittyvistä käytännöistä ja sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta. Huoltajia pyydettiin täyttämään alkukartoituslomake ja palauttamaan se postitse ennen käyntien alkamista. Lapsen opettajalle lähetettiin oma kyselylomake täytettäväksi. Opettajalle kerrottiin saatekirjeessä lapsen osallistuvan tutkimukseen ja kyselylomakkeen olevan yksi osa tutkimusaineiston keruuta. Tiedonkeruuta varten valittiin yleisesti hyväksi todetut ja laajalti käytössä olevat keskittymis- ja tarkkaavuusoireita kartoittavat kyselylomakkeet. Huoltajat täyttivät Käypä hoito -suosituksen mukaisen ADHD-oireiden kartoituslomakkeen (liite 1) ja opettajat täyttivät psykologien työvälineeksi kehitetyn Keskittymiskyselyn (liite 2). Huoltajat täyttivät lomakkeen sekä ennen että jälkeen kummankin käyntijakson eli yhteensä neljä kertaa. Opettajat täyttivät lomakkeen vain ennen ja jälkeen syksyn käyntijakson. Lomakkeet täytettiin noin kolmea viikkoa ennen käyntien alkua sekä noin kaksi viikkoa käyntien päättymisen jälkeen. Lomakkeissa pyydettiin sekä huoltajia että opettajia arvioimaan keskittymiseen, tarkkaavuuteen ja toiminnanohjaukseen liittyviä oireita sen hetkisten lapsesta tekemiensä havaintojen perusteella.

Ennen sosiaalipedagogisen hevostoiminnan käyntien alkamista minä ja toiminnan toteuttaja kävimme yhdessä läpi tutkimukseen osallistuvien lasten taustatietoja ja alkukartoituslomakkeiden tuloksia. Osallistujiin tutustumisen ennakkoon ajateltiin helpottavan hevostoimintakäyntien sisällön suunnittelemista osallistuvien lasten tarpeiden mukaisesti. Käyntien sisällön suunnittelusta ja toteutuksesta vastasi toiminnan toteuttaja.

Ryhmäkäynnit toteutuivat Anun Arkin tallilla Jokioisilla. Ryhmä kokoontui loka-marraskuussa 2014 sekä maaliskuussa 2015 kerran viikossa viitenä viikkona peräkkäin. Yhden käyntikerran kesto oli puolitoista tuntia. Käyntien aikana muun muassa keskusteltiin tallin säännöistä, harjattiin hevosia, siivottiin karsinoita, pestiin varusteita, ratsastettiin, ajettiin ja talutettiin hevosia. Myös muihin tilan eläimiin lapset saivat tutustua. Käyntien sisältö oli rakennettu siten, että ryhmä aloitti aina paalisohvalla



tallin sääntöjen kertaamisella, viime kerran mieleenpalauttamisella, kyseisen kerran toimintasuunnitelman tarkastelulla ja ryhmän jakamisella kahteen pienempään ryhmään toimintatuokioita varten. Toimintatuokioissa pojat oli jaettu kahden ja kolmen hengen ryhmiin siten, että pienryhmien kokoonpanoja vaihdeltiin eri käyntikerroilla. Toisinaan ryhmät vuorottelivat eri

toiminnan välillä ja toisinaan ryhmät tekivät samoja asioita samaan aikaan, mutta ryhmät toimivat useimmiten toistensa läheisyydessä. Toimintatuokion jälkeen oli vuorossa jälkien siivoaminen ja paalisohvalla käyntikerran tuntemuksista keskusteleminen ja palautteen antaminen. Myös seuraavan kerran toiminnasta pojat saivat esittää toivomuksia. Viimeisellä käyntikerralla lasten perheenjäsenet saivat tulla tutustumaan tallin tiloihin ja hevosiin lasten opastuksella.

Käynneillä otettiin toimintatuokioiden aikana valokuvia, joita katsottiin yhdellä käyntikerralla. Tosin tuolloin tietotekniikan hankaluuksien vuoksi osa kuvista jäi katsomatta. Minä itse olin mukana yhdellä hevostoimintakäynnillä havainnoijan roolissa (syksyn kolmas käyntikerta). Huoltajat antoivat luvan käyntikertojen aikana otettujen valokuvien käyttöön tähän tutkimukseen liittyvissä julkaisuissa siten, että lapset eivät ole kuvista välittömästi tunnistettavissa.

Syksyn käyntien jälkeen järjestettiin vielä lapsikohtaiset palautekäynnit, joihin osallistuivat lapsi, huoltajat, toiminnan toteuttaja ja minä. Palautekäynneillä käytiin läpi hevostoiminnan vaikutusta sekä perheen että toiminnan toteuttajan näkökulmasta. Lapsi sai myös itse kertoa, mistä hän piti tai ei pitänyt käyntien aikana. Palautekäynnille olin valmistanut valmiita kysymyksiä, joiden pohjalta käytiin keskustelua melko vapaamuotoisesti (liite 3). Myös kartoituslomakkeiden tuloksia käytiin läpi lyhykäisesti ja siten huomioitiin myös opettajan arvio lapsen tilanteesta. Palautekäynnin yhteydessä perhe sai käyntien aikana otetut valokuvat joko valokuvakansiona tai muistitikulla sekä kirjallisen kuvauksen käyntien sisällöstä ja lapsesta käyntien aikana tehdyistä havainnoista. Kevätjakson päätteeksi toiminnan toteuttaja kysyi huoltajilta palautetta sekä suullisesti että kirjallisesti muutaman kysymyksen avulla.

TULOKSET

Tässä tutkimuksessa saatiin sekä laadullista että numeerista tietoa sosiaalipedagogisen hevostoiminnan vaikuttavuudesta keskittymis- ja tarkkaavaisuusvaikeuksista kärsivillä lapsilla. Pienen otoskoon vuoksi tuloksia ei voi yleistää laajempaan populaatioon, eikä siitä siten voi tehdä laajalti yleistettäviä johtopäätöksiä. Tuloksia arvioitaessa on siis otettava huomioon, että tulokset kuvaavat juuri tutkimukseen osallistuneiden yksilöiden ja heistä koostuneen ryhmän ilmiöitä. Tulokset antavat kuitenkin viitteitä siitä, millaisia kokemuksia ja vaikutuksia sosiaalipedagogisella hevostoiminnalla voi saada aikaan alakouluikäisille lapsille, joilla on vaikeuksia keskittymisessä ja tarkkaavuudessa.

Syysjakson kyselyt

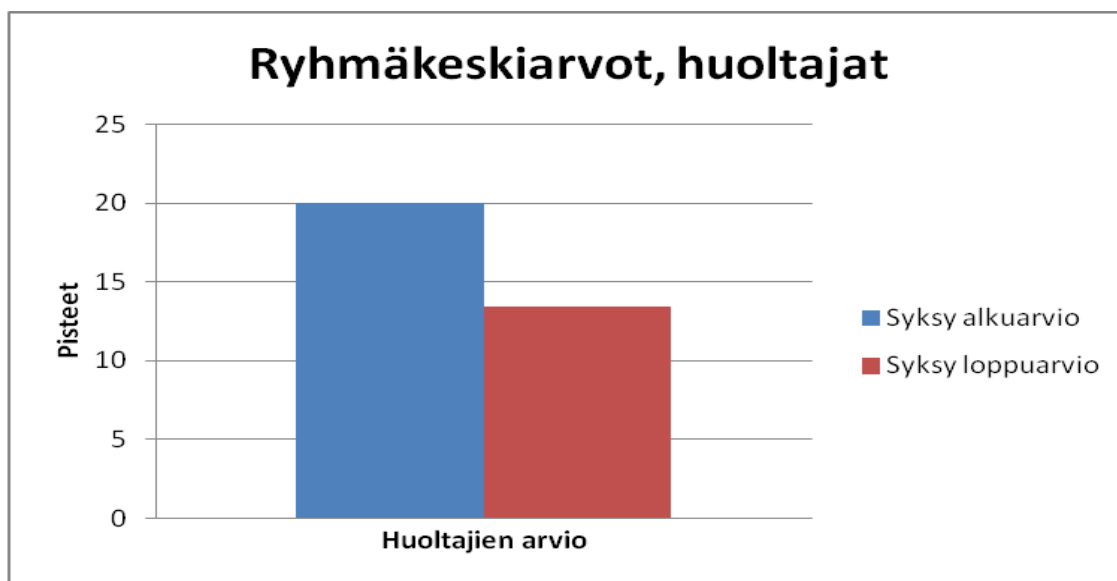
Tutkimuksessa kerättiin pieni tilastollinen aineisto kyselyiden tuloksista. Pienen otoskoon vuoksi tuloksista ei kuitenkaan voi tehdä yleistettäviä johtopäätelmiä. Tuloksia arvioitaessa on otettava myös huomioon, että huoltajien ja opettajien tekemiin arvioihin on todennäköisesti vaikuttavat myös muut lapsen elämässä koko ajan läsnä olevat ilmiöt (perhetilanne, kouluympäristö, mahdollinen lääkitys yms.), eikä pelkästään sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan osallistuminen. Näiden tekijöiden vaikutusta tehtiin arvioihin pyrittiin jonkin verran selvittämään

palautekäynnillä huoltajien kanssa, mutta sen laajemmin ei tässä tutkimuksessa ole otettu huomioon muiden lapsen elämässä olevien ilmiöiden vaikutusta tehtyihin arvioihin.

Kyselylomakkeissa kartoitettiin oirekuvausten avulla keskittymiseen, tarkkaavuuteen ja toiminnanohjaukseen liittyvän käyttäytymisen piirteitä. Huoltajat ja opettajat vastasivat kyselyissä oleviin väittämiin sen mukaisesti, arvioivatko he lapsella esiintyvän väittämän sisältämää käyttäytymistä usein, jonkin verran tai ei ollenkaan. Väittämät kartoittivat keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeuteen liittyviä tyypillisimpiä oireita kuten yliaktiivisuutta (esim. usein toistuvia vaikeuksia leikkiä tai harrastaa mitään rauhallisesti), tarkkaavuuden säätelämisen vaikeutta (esim. jättää usein seuraamatta ohjeita, ei saa koulu- tai työtehtäviään suoritetuksi) ja toiminnanohjauksen vaikeuksia (esim. ei osaa arvioida toimintansa seurauksia).

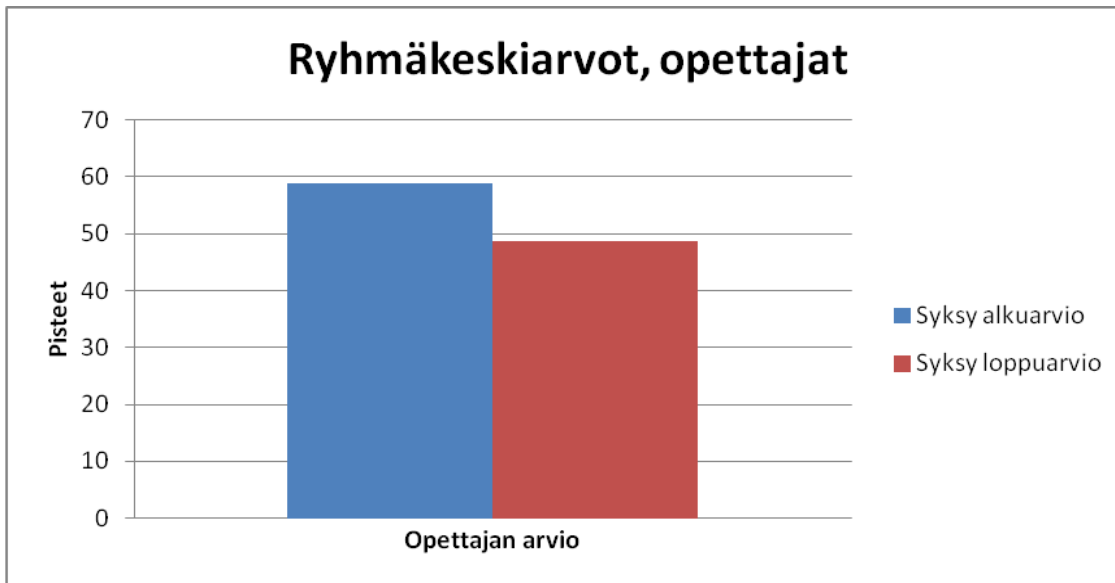
Kyselylomakkeiden vastaukset on muutettu numeeriseen muotoon siten, että mitä enemmän pisteitä kyselyn tuloksena on saatu, sitä useammin esiintyviksi keskittymis- ja tarkkaavuusoireet on arvioitu (0 = ei esiinny, 2 tai 3 = esiintyy usein). Huoltajien kyselyssä arviointi tapahtui asteikolla 0–3 ja se sisälsi yhteensä 18 väittämää, joten siinä maksimipistemäärä oli 54 pistettä. Opettajien kyselyssä arviointi tapahtui asteikolla 0–2 ja maksimipistemäärä oli 110. Opettajien kyselyssä yhteensä 55 väitettä on jaettu kymmeneen arvioitavaan osa-alueeseen, joiden yhteispistemäärää tässä tutkimuksessa seurattiin. Kyselyistä saatua tilastoaineistoa tarkasteltiin keskiarvojen avulla ja vertailemalla alku- ja loppuarvioissa saatuja tuloksia keskenään.

KAAVIO 1 Ryhmäkeskiarvot, huoltajat (n = 5)



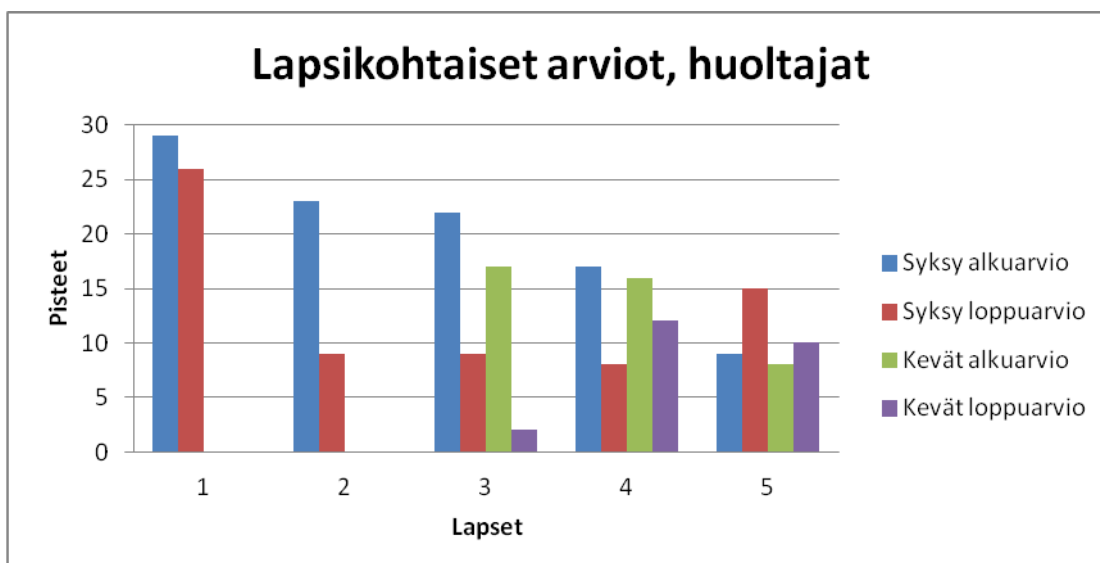
Syksyn käyntijakson aikana keskittymis- ja tarkkaavuusoireet vähenivät ryhmätasolla huoltajien arvioiden mukaan keskiarvolla mitattuna 6,6 pistettä (kaavio 1) ja opettajien arvioiden mukaan 10 pistettä (kaavio 2). Alkuarviossa huoltajien arvioimien keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeuden oireiden määrä oli keskimäärin 20 pistettä yhtä lasta kohden ja opettajien arvioiden mukaan keskimäärin 58,8 pistettä. Loppuarviossa huoltajien arvioiden keskiarvo oli 13,4 pistettä ja opettajien arvioiden keskiarvo 48,8 pistettä. Ryhmätasolla tarkasteltuna muutoksen määrä on melko iso.

KAAVIO 2 Ryhmäkeskiarvot, opettajat (n = 5)

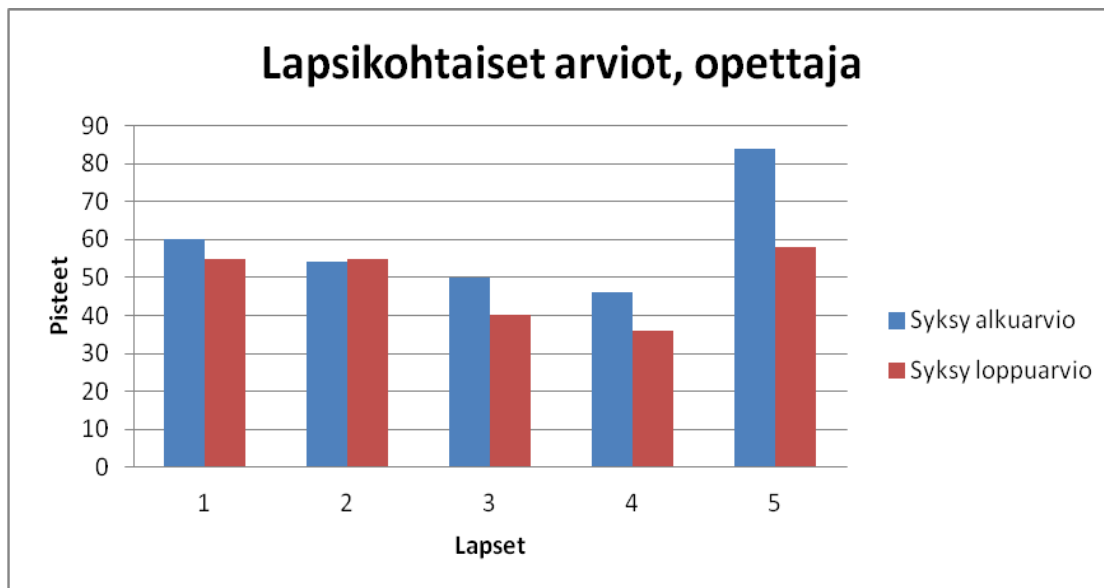


Yksittäisten lasten kohdalla oireiden muutoksen määrässä tutkimusjakson aikana oli vaihtelua (ks. kaaviot 3 ja 4). Joillakin lapsilla oli kyselylomakkeiden perusteella nähtävillä oireiden vähenemistä, mutta toisilla lapsilla oireita oli arvioitu tutkimusjakson päätyttyä olevan enemmän kuin ennen tutkimusjaksoa. Neljä viidestä huoltajasta ja opettajasta arvioi oireiden vähentyneen ja yksi huoltaja ja opettaja arvioivat lapsen oireiden hieman lisääntyneen. Oireiden lisääntymistä koskevat arviot kohdistuivat kahteen eri lapseen. Huoltajien mukaan yksittäisen lapsen oireiden arvioitiin enemmillään vähentyneen 14 pisteen verran ja lisääntyneen kuuden pisteen verran. Opettajien arvioissa taas suurin oireiden väheneminen näkyi 26 pisteen muutoksena ja oireiden lisääntyminen taas yhden pisteen muutoksena. Sekä huoltajien että opettajien arvioissa oireiden vähenemistä oli raportoitu tapahtuneen kaikilla arvioiduilla osa-alueilla eli impulsiivisessa käyttäytymisessä, tarkkaavuudessa sekä toiminnanohjauksessa. Joillain lapsilla oireiden muutokset painottuivat enemmän joillekin arvioiduista osa-alueista ja joillain muutosta tapahtui tasaisemmin kaikilla osa-alueilla.

KAAVIO 3 Lapsikohtaiset arviot, huoltajat (n = 5)



KAAVIO 4 Lapsikohtaiset arviot, opettajat (n = 5)



Syysjakson palautekäynnit

Palautekäynnillä minä ja toiminnan toteuttaja otimme vastaan palautetta käyntijaksosta sekä palautekyselyn avulla että vapaamuotoisesti huoltajien ja lapsen kertomana. Kävimme myös lyhyesti läpi kyselyiden tuloksia sekä toiminnan toteuttajan tekemiä havaintoja lasten toiminnasta käyntien aikana. Seuraavaksi kuvaan yleisimpiä haastatteluissa esille tulleita asioita.

Pojat olivat heti ensimmäisestä käyntikerrasta lähtien erittäin motivoituneita käynteihin. Eräs poika harmitteli jo ensimmäisellä kerralla, miksi pitää käyntejä olla jäljellä enää niin vähän. Pojat vaikuttivat tulevan hyvin toimeen keskenään ja he keskustelivat käyntien aikana keskenään erilaisista asioista. He toimivat hyvin sekä koko ryhmässä että pienryhmissä. Pojat pyrkivät kannustamaan ja auttamaan toisiaan. Kiusaamista tai muuta toiseen lapseen kohdistuvaa negatiivissävytteistä käyttäytymistä ei käynneillä esiintynyt ollenkaan. Huoltajat pitivät tätä huomiota erittäin tärkeänä. Useimmat lapset mainitsivat mukavaksi asiaksi sen, että ryhmässä oli vain poikia, mutta joidenkin mielestä tyttöjen läsnäolo ei olisi heitä haitannut. Vaikka aluksi lapsia jännittikin olla heille vieraiden lasten kanssa ryhmässä, he rohkaistuivat nopeasti. Yksi lapsista oli huoltajilleen todennut, että muut ryhmän lapsethan olivat ihan normaaleja. Jotkin huoltajat kertoivat, että vaikka lapsi ei olisi aina jaksanut iltapäivällä käynnille lähteä, niin tallille saapuessa lapsi oli jo hyvillä mielin tulevasta käynnistä. Huoltajat kertoivat, että lapset olivat aina käynneiltä kotiin lähtiessään hyväntuulisia ja hyväntuulisuus jatkui usein koko illan.

Pojat omaksuivat melko nopeasti tallin säännöt ja käyntien rutiinit (miten käynnit alkavat ja miten tallilla toimitaan, mitä tapahtuu käyntien loppuvaiheessa jne.). Toiminnan toteuttaja havaitsi, että osa lapsista keskittyi selvästi parhaiten ja pidempiä aikoja, kun he toimivat suoraan hevosen kanssa. Toiset lapset kyllästyivät melko nopeasti esimerkiksi karsinoiden siivoamiseen ja he tarvitsivat aikuisen ohjausta jatkaakseen. Osalla lapsista tällaista merkittävää eroa keskittymisessä eri toimintoja tehdessä ei ollut. Hevosta harjatessa tai ratsastaessa kaikki lapset olivat erittäin keskittyneitä itse tekemiseen, eivätkä he silloin juurikaan keksineet tai tehneet mitään asiaan kuulumatonta toimintaa.

Jokaiselle lapselle muodostui oma lempihevonen, jonka he kokivat jollain tavalla tärkeäksi itselleen. Lapset perustelivat lempihevosen mielekkyyttä esimerkiksi koolla, värillä tai luonteenpiirteillä. Yksi lapsi piti tallin pienimmästä hevosesta ja toinen taas hevosesta, joka oli rauhallisin. Lapset vaikuttivat kokevan hevostoimintakäynnit itselleen tärkeänä asiana, jonka he halusivat jakaa muiden kanssa. Suurin osa lapsista oli oma-aloitteisesti kertonut käynneillä tekemistään asioista perheenjäsenille, kavereille tai sukulaisille. Huoltajien mukaan lasten kotona kertomat asiat olivat usein sellaisia, joiden tekemisestä lapset olivat erityisesti pitäneet.

Epämukavia asioita tai parannusehdotuksia kysyttäessä osa lapsista vastasi, että karsinoiden siivoaminen ei ollut mukavaa. Jotkin lapset totesivat, että käyntikertoja saisi olla useammin kuin kerran viikossa. Jotkin huoltajat pohtivat, että pitkä ajomatka tallille oli melko iso rasite perheen arki-iltaan. Osa huoltajista olisi toivonut käyntikertoja olevan enemmän, esimerkiksi ainakin kymmenen kertaa tai jopa vuoden ajan.

Mukavia asioita kysyttäessä lähes kaikki lapset vastasivat, että kaikki toiminta oli mukavaa. Toiset lapset pitivät ratsastusta tärkeimpänä asiana ja toiset taas arvostivat eniten sitä, että sai tehdä erilaisia asioita hevosen kanssa. Mukaviksi asioiksi mainittiin myös kavioiden putsaaminen, varusteiden laittaminen ja harjaaminen. Yksi pojista totesi, että oli mukava olla yhtenä kertana yksin ohjaajan ja hevosen kanssa, sillä silloin oppi enemmän kuin ryhmässä ollessa.

Sekä huoltajat että toiminnan toteuttaja pitivät tärkeänä sitä, että lasten toiminnasta pystyi talliympäristössä antamaan paljon positiivista palautetta. Osa huoltajista totesi, että koulussa lapsi saa herkästi toiminnastaan negatiivista palautetta ja hänestä oli tärkeää, että lapsi saa onnistumisen kokemuksia ja positiivista huomiota aikuisilta. Toiminnan toteuttaja pohti, että talliympäristössä oli jokaiselle pojalle sopivantasoisia tekemistä ja paljon uutta opeteltavaa, eikä se haitannut, jos heti ensimmäisellä kerralla ei onnistunut. Yhdessä toimien lapset uskalsivat kokeilla uusia asioita ja olivat ylpeitä uusista oppimistaan taidoista, kuten kavioiden putsamisesta, kuolaimien laittamisesta ja hevosen selässä tasapainottelemisesta. Toiminnan aikana pystyi helposti ja luonnollisesti kiinnittämään huomiota yrittämiseen ja onnistumisiin sekä antamaan niistä aitoa ja välitöntä palautetta.

Huoltajat kokivat, että erityisesti eläinten ja toiminnallisuuden yhdistelmä on hevostoiminnassa tärkeä vaikuttava kuntoutuksellinen tekijä. Huoltajat arvioivat eläinten yleisestikin vaikuttavan ihmisiin ja erityisesti lapsiin rauhoittavasti ja mielialaa parantavasti. Lisäksi toiminnallisuuden kautta pystytään työstämään erilaisia ulottuvuuksia kuin perinteisemmässä keskusteluun pohjautuvassa kuntoutuksessa. Huoltajat pitivät tärkeänä myös sitä, että toiminnan ohjaaja on ammattitaitoinen ja toiminta on suunnitelmallista. Huoltajat kokivat, että käynneistä oli hyötyä lapselle, vaikka suurin osa mainitsikin, että pidemmällä käyntijaksolla hyödyt olisivat varmasti olleet näkyvämmät. Koetuiksi hyödyiksi mainittiin muun muassa kohentunut mieliala, onnistumisen kokemusten kautta saatu itseluottamus, raivokohtausten väheneminen, lisääntynyt kärsivällisyys arjen rutiineissa ja motorisen levottomuuden väheneminen. Kysyttäessä huoltajat kertoivat, että



heidän mielestään sosiaalipedagoginen hevostoiminta sopii monille eri kohderyhmille sen monipuolisuuden vuoksi. He suosittelisivat sitä esimerkiksi keskittymisvaikeuksista kärsiville, mielenterveyskuntoutujille, vanhuksille ja kehitysvammaisille.

Haastatteluissa tuli esille monia asioita, joista saattoi päätellä, että lapset olivat viihtyneet hevostoimintakäynneillä ja käyntien aikana he saivat harjoitusta keskittymistä ja yhteistyötä vaativan tekemisen parissa. Sekä lapset että huoltajat antoivat lähinnä positiivista palautetta tutkimushankkeen sisällöstä ja ainoat negatiiviset kommentit kohdistuivat käyntien ajankohtaan sekä niiden vähäiseen määrään.

Kevään jatkokäynnit

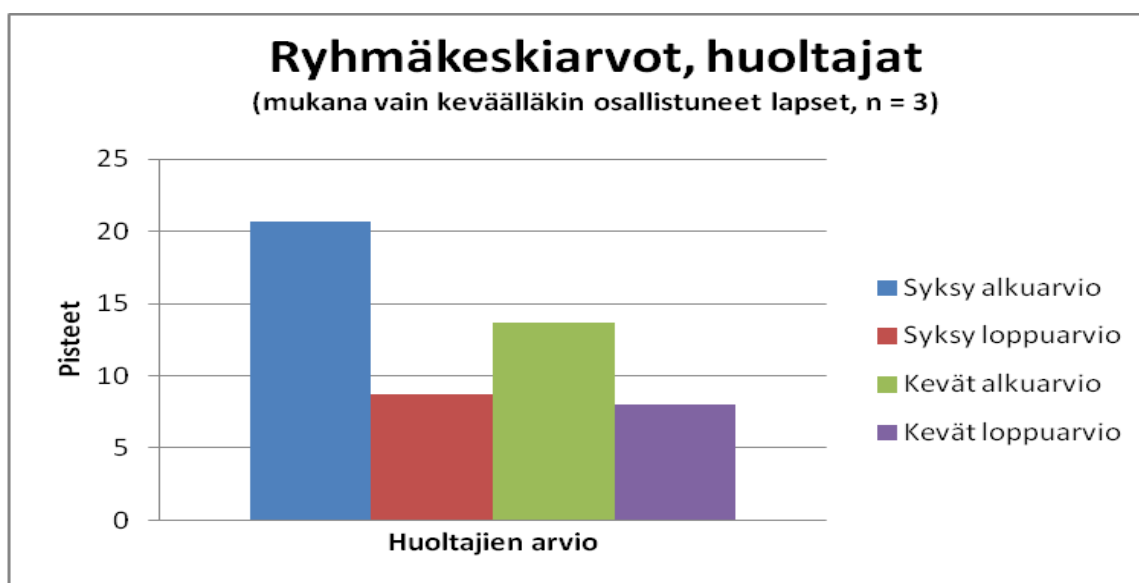
Kevään jatkokäynneille jatkoi kolme viidestä pojasta. Lapset olivat ensimmäisellä käynnillä ihmetelleet, miksi kaksi poikaa ei ollutkaan enää mukana, sillä he olivat olettaneet, että sama ryhmä jatkaisi keväälläkin. Toiminnan toteuttaja totesi, että joitain toimintoja oli helpompi toteuttaa, kun lapset voitiin jakaa kahden ja yhden hengen ryhmiin toimintatuokioiden aikana. Erityisesti ryhmän arimman pojan oli usein helpompi toimia, kun hän sai olla kahdestaan aikuisen kanssa. Toiminnan toteuttaja huomioi myös, että lasten roolit hieman muuttuivat, kun kaksi aikaisempaa jäsentä ei ollut enää paikalla. Yksi lapsista esitti aikaisempaa enemmän ”johtajatyypistä” käyttäytymistä ja opasti ja neuvoi muita rohkeammin. Myös aremmat lapset uskalsivat vielä rohkeammin kokeilla asioita ja kertoa omia mielipiteitään muille ryhmän jäsenille.

Kevään käynneillä lapset olivat aluksi odottaneet kovasti ratsastusta, mutta lopussa todenneet erityisesti hevosten kanssa maasta käsin työskentelyn olevan mukavaa. Lapset olivat myös kokeilleet ajamista ensimmäisen kerran ja pitäneet siitä. Ajaessa lapset olivat hyvin huomanneet, kuinka pienellä ohjasavulla hevosen saa kääntymään. Toiminnan toteuttajan mielestä hevosen suun herkkyys korostui kärryjen kyydissä istuessa lapsille paremmin kuin ratsastaessa. Kevään käyntien aikana pystyttiin myös enemmän tuomaan esille, miten hevosen viestintää voi tulkita ja miten omalla käytöksellään voi vaikuttaa esimerkiksi rauhoittavasti, jos hevonen on jännittynyt. Toiminnan toteuttaja koki erityyppisten hevosten kanssa työskentelyn erittäin hyvänä, sillä lapset oppivat, että hevoset voivat samassa tilanteessa reagoida eri tavalla. Lasten piti siis harjoitella havaitsemaan, miten omaa käyttäytymistään voi muokata hevosen reaktioiden mukaisesti. Näiden havaintojen avulla päästiin luontevasti keskustelemaan muun muassa siitä, reagoivatko kaikki ihmiset samassa tilanteessa aina samalla tavalla ja jos eivät, niin miksi.

Huoltajat olivat toiminnan toteuttajan laatimassa kirjallisessa palautekyselyssä vastanneet melko samantapaisia vastauksia kuin syksyn palautekäynneillä tuli esille. Yksi huoltaja haluaisi lapsensa jatkavan hevostoimintakäyntejä ja toinen huoltaja mainitsi, että lapsi haluaa jatkaa hevosten kanssa toimimista jatkossakin. Kysyttäessä hevostoiminnan vaikutuksesta lapseen huoltajat olivat maininneet lapsen olevan kärsivällisempi erilaisissa asioissa ja tallilta tullessa lapsi oli ollut aina erittäin rauhallinen ja keskittynyt. Huoltajat mainitsivat hevostoiminnan hyvinä puolina mahdollisuuden tutustua eläinten hoitamiseen, onnistumisen kokemukset ja uudet elämykset, toiminnan vaikutuksen keskittymisen parantumiseen ja rauhallisuuden lisääntymiseen sekä sen, että lapsella oli mielekästä tekemistä.

Huoltajien täyttämässä oirekyselyissä keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeuden oireet vähenivät kevään jakson aikana ryhmätasolla keskimäärin 5,7 pistettä lasta kohden (kaavio 5). Huoltajat raportoivat lapsella olevan oireita alkukartoituksessa keskimäärin 13,7 ja loppuarviossa 8 pistettä. Lapsikohtaisesti erot kyselyiden arvioissa olivat kuitenkin melko suuret (ks. kaavio 3). Enimmillään yhden lapsen oireet vähenivät huoltajien arvion mukaan 15 pistettä ja yhden lapsen oireet taas lisääntyivät kahdella pisteellä. Kevään alkuarviossa kahdella lapsella oireita raportoitiin olevan enemmän kuin syysjakson loppuarviossa ja yhdellä lapsella oireita arvioitiin olevan saman verran. Kaikilla lapsilla arvioitiin kevätjakson alkuarviossa esiintyvän vähemmän oireita kuin syysjakson alkuarviossa oli raportoitu. Keskiarvolla mitattuna lasten oireet olivat käyntijaksojen välisen tauon aikana lisääntyneet jonkin verran syksyn loppuarvioon verrattuna, mutta oireet laskivat kevään käyntijakson aikana keskimäärin samalle tasolle, kuin ne olivat ennen taukoa olleet.

KAAVIO 5 Ryhmäkeskiarvot, huoltajat (n = 3)



JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Tässä tutkimuksessa saatujen kokemusten ja tulosten perusteella voi todeta, että sosiaalipedagoginen hevostoiminta voi olla hyödyllinen kuntoutusmuoto lapsille, joilla on keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeuksia. Tutkimus osoitti myös, että ryhmämuotoinen kuntoutus voi olla toimiva työskentelytapa harjoittaa lasten keskittymis- ja tarkkaavuustaitoja sekä sosiaalisia taitoja.

Kyselylomakkeista ja haastatteluista saadut tulokset osoittivat, että huoltajat ja opettajat kokivat hevostoimintakäynneistä olleen hyötyä lapsille. Kummankin käyntijakson aikana huoltajien raportoimien keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeuden oireiden määrä väheni neljän viidestä lapsen kohdalla. Samoin syksyn jakson aikana opettajien arvioiden mukaan keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeuden oireet vähenivät neljällä lapsella. Erityisesti koko ryhmän keskiarvolla mitattuna oireiden väheneminen oli selvästi nähtävillä. Käyntijaksojen välissä olevan tauon aikana oireet pysyivät yhden lapsen kohdalla samalla tasolla, mihin syksyllä oli jääty ja kahden lapsen

kohdalla ne olivat vähän lisääntyneet syksyn loppuarvioon nähden. Tauon aikana oireet eivät yhdenkään lapsen kohdalla lisääntyneet sille tasolle, mitä ne olivat ennen hevostoiminnan aloittamista olleet. Syys- ja kevätjakson kyselyiden tuloksia vertailtaessa on kuitenkin otettava huomioon, että vain osa lapsista jatkoi kevätjaksolle. Kyselyiden tuloksia tukivat huoltajilta ja lapsilta haastatteluissa saatu tieto siitä, että käynnit olivat olleet lapsille mielekkäitä ja lapset olivat käyntien jälkeen olleet aina hyväntuulisia. Osa huoltajista kertoi selkeistä kotona huomatuista käyttäytymisen muutoksista, mutta osa huoltajista arvioi, että pidemmän käyntijakson aikana käynneiltä saatu hyöty olisi voinut paremmin yleistyä osaksi lapsen arkielämää. Käyttäytymisen tasolla huoltajat raportoivat huomanneensa lapsen olevan hyväntuulisempi, rauhallisempi, keskittyneempi ja pitkäjänteisempi toimissaan. Huoltajat siis raportoivat havainneensa muutoksia juuri niissä lapsille vaikeissa taidoissa, joiden harjoittelua pyrittiin hevostoiminnalla tukemaan. Jatkossa olisi mielenkiintoista tutkia, saisiko selvästi pidemmän käyntijakson aikana esille käyttäytymisen muutoksia, jotka paremmin yleistyisivät myös lapsen arkiympäristöön eli kotiin ja kouluun.



Kaikki lapset olivat hevostoimintakäynneillä motivoituneita toimintaan ja hevosten kanssa työskentelyyn. Sekä syksyn että kevään käyntijakson aikana toiminta hevosten kanssa oli monipuolista. Vaihtelevan toiminnan kautta lapset oppivat uusia asioita hevosten kanssa toimimisesta, mutta samalla he harjoittivat heille vaikeita taitoja, kuten vuoron odottamista, oman toiminnan suunnittelua, toisen auttamista ja asioiden tekemistä alusta loppuun asti. Lapset olivat ylpeitä uusista oppimisestaan asioista ja kertoivat niistä tutuilleen. Lapset

saivat kokea elämyksiä, joita he eivät välttämättä aiemmin olleet kokeneet. Erityisesti kavioiden putsaaminen tai hevosen selässä tasapainoilu oli monelle lapselle aluksi pelottavaa, mutta käyntien edetessä heidän itsevarmuutensa kasvoi ja he uskalsivat toisten lasten kannustamana aina vain helpommin tarttua toimeen. Sosiaalipedagogiikan ajatus toiminnallisuudesta ja elämyksellisyydestä sekä niiden kautta oppimisesta toteutui siis käyntien aikana erittäin hyvin.

Kaikki huoltajat olivat iloisia, että heidän lapsensa sai mahdollisuuden osallistua hevostoimintaan ja he toivoivat tämän tutkimushankkeen lisäävän tietoisuutta hevostoiminnan hyödyistä, jotta useampi lapsi saisi mahdollisuuden kokea hevostoiminnan hyödyt. Osa lapsista oli halukkaita jatkamaan hevosharrastusta käyntien jälkeen ja osa huoltajista toivoi hevostoimintakäyntien olevan mahdollisia lapselleen jatkossakin. Kaksi lasta ei jatkanut kevään käyntijaksolle ja heidän huoltajat perustelivat poisjäämistä mm. pitkällä ajomatalla tai käyntien ajankohdan kanssa päällekkäin menevillä harrastuksilla. Huomion arvoista on, että poisjääneet pojat saivat syksyn alkuarvioissa huoltajien täyttämässä oirekyselyssä kaikista korkeimmat pisteet. Sitä, oliko asialla jotain vaikutusta kevään käynneiltä poisjäämiseksi, on vaikea arvioida. Tämä huomio herättää kuitenkin kysymyksen, voidaanko huoltajien alkukartoituksessa raportoimien oireiden vakavuusasteen perusteella arvioida sitä, soveltuuko sosiaalipedagoginen hevostoiminta kyseiselle lapselle kuntoutusmuodoksi. Siihen kysymykseen tämä tutkimus ei vastaa, mutta jatkotutkimuksen kannalta havainto on erittäin mielenkiintoinen.

Tutkimushanke herätti paljon mielenkiintoa sekä huoltajissa, lapsissa että opettajissa. Joitain huoltajia kuitenkin mietitytti rekrytointivaiheessa muutama asia. Osa huoltajista pohti, miten lapsi suhtautuu muihin läsnä oleviin lapsiin. Palautekeskusteluissa tuli kuitenkin esille, että lapset olivat tulleet alusta asti hyvin toimeen keskenään, eikä esimerkiksi kiusaamista esiintynyt lainkaan. Se koettiin tärkeäksi, että ryhmä oli yhdenmukainen sekä sukupuolen että iän suhteen. Hevosharrastus koetaan usein tyttöjen harrastuksena ja usealle pojalle olikin tärkeää, että ryhmä koostui vain pojista. Osa tutkimuksesta kieltäytyneistä lapsista ei halunnut hankkeeseen mukaan, koska heillä ei huoltajien kertoman mukaan ollut erityistä mielenkiintoa hevosia kohtaan. Onkin siis tärkeää miettiä, millaiselle kohderyhmälle ryhmäkäyntejä tarjotaan, jotta ryhmän toiminta olisi mahdollisimman luontevaa, mutta toisaalta se mahdollistaisi myös erilaisten sosiaalisten taitojen harjoittelun. Sosiaalipedagogiikan teorian mukaisesti yhteistoiminnallisuus luo yhteisöllisyyden tunnetta ja ainakin tässä tutkimusryhmässä oli havaittavissa se, että pojat kokivat olevansa osa heille tärkeää ryhmää. Lasten puheista ja toiminnasta oli havaittavissa, että he kokivat ryhmän jäseniksi kaikki toiminnassa mukana olleet ihmiset ja eläimet eli kaikki lapset, ohjaajat, hevoset sekä muut tallin eläimet. Ryhmän kokoonpanon muutos kevään käyntijaksolla aiheutti alkuun pientä hämmennystä, mutta jäljelle jääneet pojat vaikuttivat nopeasti muodostavan entistä tiiviimmän ja toisiaan vahvasti tukevan yhteisön.

Käyntijaksojen aikana toiminnan toteuttaja huomasi, että käyntien sisältö on hyvä miettiä tarkkaan etukäteen siten, ettei yritä mahduttaa liikaa toimintaa yhteen kertaan. Sekä lapsilla että ohjaajalla voi helposti tulla halu kokeilla mahdollisimman paljon erilaisia asioita, mutta herkästi liika ahnehtiminen kostautuu. Käynnin alussa on hyvä käydä läpi, mitä kyseisellä kerralla on tarkoitus tehdä, mutta ohjaajalla on hyvä olla lisäksi varalla joku lisätoiminta, jos etukäteen suunniteltu toiminta eteneekin oletettua nopeammin. Useimmiten on kuitenkin parempi tehdä vähän asioita ja rauhassa, kuin kiireentuntukselta edetä asiasta nopeasti toiseen. On tärkeää jättää aikaa myös sille, että voi pysähtyä keskustelemaan jonkin esille nousseen tapahtuman tai ajatuksen äärelle. Usein toiminnan aikana sattuneista tilanteista saisi aikaiseksi hyvän keskustelun ja pohdinnan, mutta nämä kohdat ohjaajan pitäisi huomata hyödyntää ja mahdollistaa niille tarpeeksi aikaa. Käyntien selkeä jäsenitys ja kuvakorttien apuna käyttäminen helpottivat käyntikertojen sisällön hahmottamista lapsille ja he pystyivät ennakoimaan yksittäisen toiminnan kestoa ja sitä, mitä sen jälkeen tapahtuu. Käyntikertojen samanlaisena toistuva runko oli myös yksi tapa jäsentää käyntien sisältöä ja se helpotti lasten valmistautumista tuleviin käynteihin etukäteen.

Hevostoimintakäyntien aikana todettiin, että parillinen määrä lapsia olisi voinut olla harjoitusten kannalta parempi. Syksyllä yksi lapsi jäi usein odottelijan vuoroon tai sitten kolmen ryhmään jaettuna meno saattoi herpaantua herkemmin kuin kahden hengen ryhmässä. Myös ohjaajan on helpompi hallita kahta lasta kerralla. Keväällä yksi lapsi oli välillä kahdestaan ohjaajan kanssa, mikä oli erityisesti aremman lapsen kohdalla hyväkin asia. Pareittain pääsee kuitenkin tekemään yhdessä harjoituksia esimerkiksi siten, että toinen on hevosen selässä ja toinen taluttaa. Tämä vaatii luottamusta toiseen ja myös kommunikointia taluttajan ja ratsastajan välillä. Myös ohjaajien riittävän määrän varmistaminen ryhmää kohden on erittäin tärkeää. Tässä tutkimuksessa todettiin, että yksi aikuinen pystyy hyvin ohjaamaan kerrallaan kolmeakin lasta, mutta ideaalinen määrä tuntui olevan kaksi lasta yhtä aikuista kohden. Täten varmistettaisiin toiminnan turvallisuus ja lisäksi riittävän ohjauksen ja palautteen antaminen olisi mahdollista. Toisaalta voi miettiä, olisiko siitä hyötyä, että ajoittain yhden lapsen voisi erottaa ryhmästä toimimaan kahdestaan ohjaajan kanssa yksilöllisemmässä ohjauksessa. On siis hyvä arvioida hevostoimintaryhmään osallistujien

lukumäärä tarkasti ohjaaja- ja hevosresurssien mukaan sekä ottaen huomioon osallistuvien lasten taitotaso ja mahdolliset erityispiirteet.

Ryhmämuotoinen kuntoutus sosiaalipedagogisen hevostoiminnan keinoin voi tässä tutkimuksessa saatujen tulosten perusteella olla toimiva kuntoutusmuoto keskittymis- ja tarkkaavuusvaikeuksista kärsiville lapsille. Yksittäisen lapsen kohdalla on kuitenkin tärkeää tarkastella, hyötyisikö hän enemmän ryhmä- vai yksilötoiminnasta. Lapsi, joka tarvitsee enemmän kannustusta ja aikuisen ohjausta voi ainakin aluksi hyötyä enemmän yksilökuntoutuksesta. Taitojen ja itsevarmuuden kasvaessa olisi kuitenkin hyödyllistä päästä kokeilemaan uusia opittuja taitoja myös muiden lasten kanssa yhtäaikaaisesti. Ryhmässä toimiminen kehittää monipuolisesti lasten sosiaalisia taitoja ja keskittymisen ja tarkkaavuuden säätelykykyä. Sosiaalipedagogisessa hevostoiminnassa hevonen toimii vahvana motivaattorina, jonka vaikutusta lasten käyttäytymiseen on erittäin mielenkiintoista seurata. Tämän tutkimuksen tulosten perusteella hevosen vetovoimaa olisi syytä yhä tehokkaammin käyttää hyödyksi lasten kuntoutustyössä, sillä tämä herkkä karioeläin voi saada vauhdikkaankin lapsen rauhoittumaan ja elämään hetkessä, tässä ja nyt.

LÄHDELUETTELO

ADHD (aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö, lapset ja nuoret), Käypä hoito -suositus (2013) <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suositukset/suositus?id=hoi50061> (viitattu 5.8.2015).

Hogrefe Psykologien Kustannus, Keskittymiskysely http://www.hogrefe.fi/index?product_id=813 (viitattu 5.8.2015).

Hämäläinen, J. (1999). Johdatus sosiaalipedagogiikkaan. Kuopion yliopisto.

Mickelsson, R. (2015). Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan vaikuttavuus. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta XII -koulutus, luentomateriaali 5.2.2015.

Mustonen, L. (2008). Oletko katsonut hevosta silmiin? Sosiaalipedagoginen hevostoiminta erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten kuntoutuksessa. Pro gradu -tutkielma, Opettajankoulutuslaitos, Hämeenlinna.

Nikanne, J. (2011). Psykiatrisen ratsastusterapian mahdollisuudet tunnevuorovaikutustaitojen vahvistamisessa. Teoksessa Rautiainen-Mattila, S. (toim.), Ratsastusterapia (s. 191–207). PS-Kustannus, Jyväskylä.

Nivala, E. (2015). Sosiaalipedagogisen ajattelun ja toiminnan lähtökohtia. Sosiaalipedagoginen toiminta. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta XII -koulutus, verkkoluentomateriaalit, Itä-Suomen yliopisto.

Ranne, K. (2005). Sosiaalipedagogiikka koulutuksessa ja työelämän kehittämisessä. Teoksessa Ranne, K., Sankari, A., Rouhiainen-Valo, T. ja Ruusunen, T. (toim.), Sosiaalipedagogiikan ammatillisuus. Madsenin kukasta toiminnan tulppaaniksi (s. 14–19). Satakunnan painotuote, Kokemäki.

Ranne, K., Sankari, A., Rouhiainen-Valo, T. & Ruusunen, T. (toim.) (2005). Sosiaalipedagoginen ammatillisuus. Madsenin kukasta toiminnan tulppaaniksi. Satakunnan painotuote, Kokemäki.

Sosiaalipedagoginen Hevostoimintayhdistys ry. <http://www.hevostoiminta.net/10> (viitattu 20.8.2015).

Tuomivaara, P. (2011). Käytöshäiriöinen lapsi ratsastusterapiassa. Teoksessa Rautiainen-Mattila, S. (toim.), Ratsastusterapia (s. 347–372). PS-Kustannus, Jyväskylä.

Valkas, S. (2012). Psykologisen ratsastusterapian vaikuttavat tekijät potilaan näkökulmasta. Pro gradu -tutkielma, Tampereen yliopisto.

LIITTEET

Liite 1 ADHD-oireiden kartoituslomake (Käypä hoito -suositus)

Tutkimuksessa käytetty ADHD-oireiden kartoituslomake löytyy ADHD:n Käypä hoito -suosituksen sähköisestä tausta-aineistosta Internetistä (<http://www.terveysportti.fi/xmedia/hoi/hoi50061d.pdf>).

Liite 2 Kesky - Keskittymiskysely

Keskittymiskysely on Hogrefe Psykologien Kustannuksen kyselylomake, jonka tekijöitä ovat Liisa Klenberg, Sari Jämsä, Taru Häyrinen ja Marit Korkman (2010). Kyselylomake on tarkoitettu psykologien tai lääkärin työväliseksi, joten kyselystä ei ole tässä raportissa nähtävillä kopiota. Tässä kuitenkin Hogrefe Psykologien Kustannuksen Internet-sivuilta kuvaileva teksti siitä, mihin kyselylomakkeen käyttö perustuu ja millaista tietoa sen avulla voi saada (teksti Internet-osoitteesta http://www.hogrefe.fi/index?product_id=813). Tässä tutkimuksessa Keskittymiskyselyä käytetään vain ensimmäisen osion vastauksia, vaikka opettajat täyttivätkin kyselyn kaikki osiot.

Keskittymiskysely on kehitetty kouluikäisten tarkkaavuuden ja toiminnanohjauksen vaikeuksien arviointimenetelmäksi, jonka avulla saadaan jäsenneltyä tietoa lapsen tai nuoren tarkkaavuuteen ja toiminnanohjaukseen liittyvän käyttäytymisen piirteistä. Käyttäytymistä erittelevä kuvaus luo hyvän pohjan esimerkiksi koulun tukitoimien tai kuntoutuksen suunnittelulle. Terveystieteiden tutkimuskeskuksissa Keskittymiskyselyä voidaan käyttää myös osana ja yhtenä menetelmänä tarkkaavuushäiriön diagnosoinnissa.

Keskittymiskysely on tarkoitettu käytettäväksi osana psykologin ja/tai lääkärin tutkimusta. Diagnostinen käyttö on mahdollista vain terveydenhuollon työryhmissä, joissa on mukana lääkäri. Tarkkaavuusvaikeuksien kuvailun ja jäsentämisen välineenä Keskittymiskyselyä voidaan käyttää myös esimerkiksi koulun oppilashuoltotyössä, kun kyselyarvioinnin käyttäjänä on psykologi tai lääkäri. Käsikirjan 6. luvussa käydään läpi ja arvioidaan erilaisia tukitoimiehdotuksia.

Arviointimenetelmä koostuu kolmesta osasta: Opettajan arvio oppilaan keskittymisestä, opettajan arvio oppilaan vahvuuksista ja tukitoimet.

Ensimmäisessä osassa opettaja arvioi oppilasta 55 kohdan perusteella. Osiot arvioidaan asteikolla: on usein ongelma - on joskus ongelma - ei ole ongelma.

Osiot on jaettu 10 alueeseen:

Häiriöherkkyys, impulsiivisuus, motorinen levottomuus, tarkkaavuuden suuntaaminen, tarkkaavuuden ylläpito, tarkkaavuuden siirtäminen, toiminnanohjaus – aloitteisuus, toiminnanohjaus – suunnittelu, toiminnanohjaus – toteutus ja toiminnanohjaus – arviointi.

Toisessa osassa opettaja arvioi oppilaan vahvoja puolia ominaisuuslistan avulla. Listassa on 28

ominaisuutta, joista opettaja valitsee sopivimmat. Lisäksi opettaja voi lisätä uusia vahvuuksia.

Kolmannessa osassa tarkastellaan lisäkysymysten avulla oppilaan keskittymisen vaihtelua, havaittuja oppimisvaikeuksia ja koulussa kokeiltuja tukitoimia.

Liite 3 Palautekäynnin kysymykset

Palautekäynti sisälsi puolistrukturoidun haastattelun, jossa alla olevien kysymysten teemoja käytiin läpi.

1. Oliko lapsella aikaisempaa hevostaustaa?
2. Mitä mielikuvia ja odotuksia huoltajat ja lapsi liittivät hevostoimintaan ennen käyntien alkamista?
3. Kokivatko huoltajat tai lapsi käynneistä olleen jotain hyötyä?
4. Mikä lapsesta oli kaikista mukavinta käyntien aikana?
5. Oliko jotain, mistä lapsi ei pitänyt? Oliko jotain, mitä olisi halunnut tehdä enemmän?
6. Oliko lapsella joku lempihevonen? Miksi piti juuri siitä hevosesta?
7. Kertoiko lapsi hevostoiminnasta tai siellä kokemistaan asioista kotona/koulussa/tuttaville?
8. Kokivatko huoltajat tai lapsi käynneistä olleen jotain haittaa tai mitä he olisivat toivoneet olleen toisin?
9. Mitkä asiat huoltajien mielestä vaikuttivat heidän tai opettajan tekemiin kyselylomakkeen arvioihin? Oliko jotain muutoksia elämässä/koulussa/perheessä, jotka olisivat voineet vaikuttaa tehtyihin arvioihin?
10. Olisiko lapsi halukas jatkossakin osallistumaan sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan? Haluaako lapsi osallistua kevään jatkokäynneille?
11. Suosittelisiko huoltaja hevostoimintaa muille? Kenelle?
12. Haluaako huoltaja sähköpostilla tiedon tutkimuksen julkaisuista niiden valmistuttua?

Liite 4 Kaaviot

Kaavio 1 Ryhmäkeskiarvot, huoltajat (n = 5)

Kaavio 2 Ryhmäkeskiarvot, opettajat (n = 5)

Kaavio 3 Lapsikohtaiset arviot, huoltajat (n = 5)

Kaavio 4 Lapsikohtaiset arviot, opettajat (n = 5)

Kaavio 5 Ryhmäkeskiarvot, huoltajat (n = 3)