



Sokeain lasten tuki ry

Koiramaista viikonloppua Nuuksiossa

Vietimme koiramaisen viikonlopun Hotelli Nuuksiossa kansallispuiston upeissa maisemissa huhtikuussa.

Mukana oli perheitä, joissa on näkövammaisen nuori sekä terapiakoira. Ulkoilimme koi-

rien kanssa. Saimme tuoksujen tunnistamisrastin ja leikimme lautapeleillä. Keskustelimme ryhmässä, saimme ver-

TEKSTI JA KUVAT:

Merja Helander

valokuvaaja

näkövammaisen Ompun ja
terapiakoira Taatelin äippä

Merja Helander ja terapia-koira Taateli. Terapiakoira voi vaikuttaa nuoren näkövammaisen arkeen monella eri tavalla. Koira rauhoittaa, itsenäistää ja tuo tarvittaessa lohtua ja on mainio ulkoilukaveri.





Ryhmäkuva koiramaiselta viikonlopulta Nuuksioista.

taistukea ja uusia ystäviä. Pienimmät pääsivät koiran vetämän karryn kyytiin, ja hauskaa oli. Puheen sorinaa, iloa ja naurua riitti pitkälle iltaan saakka.

Minä toimin viikonlopun valokuvaajana. Parasta oli, kun nuoret ja perheet tulivat mielellään kuvattaviksi ja nuorilla oli ihania pohdintoja sekä ideoita. Löysimme jokaiselle sopivat paikat, joissa kuvia otettiin, hassutelttiin ja naurettiin. Opin myös itse uusia asioita valokuvaajana. Sen, miten näkövammaisen kokee kuvauksen ja valokuvien merkityksen.

Terapiakoirasta on moneksi

Terapiakoiran läsnäolo vaikuttaa näkövammaisen nuoren arkeen monella eri tavalla. Koira mm. rauhoittaa levottoman mielen, pelon tai kiukun sekä helpottaa jännitystä. Läksyjenteko sekä opiskelu luokassa sujuvat leppoisammin koiran ollessa läsnä makaamassa pulpetin vieressä.

Koira auttaa myös itsenäistymisessä, kun nuori uskalttaa olla hetkiä yksin kotona koiran ollessa kaimana. Nuoren tulee lähdettyä myös ulos useammin kulkemaan pidem-

piäkin matkoja, sillä alkeellisemmalakin opastuksella koira antaa tukea ja itsevarmuutta kävelemiseen.

Sosiaalistaminenkin tapahtuu kuin itsestään, sillä koiran kanssa tapaa helposti muita ihmisiä, joiden kanssa on helppo jäädä juttelemaan. Koira on myös kielimuurin rikkoja, sillä koiran kanssa ei tarvita sanoja. Se on paras kaveri, kuuntelija, lohduttaja, perheenjäsen ja työkaveri sekä hyvän mielen, itsetunnon ja onnellisuuden kohottaja. Terapeutti vailla vertaa. ■



Terapiakoira tuo paljon hyvää elämään

Terapiakoiralla on myönteinen merkitys nuoren elämään kokonaisvaltaisesti. Koiran läsnäolo vahvistaa nuoren itsetuntoa sekä lisää nuoren osallistumista kotona ja kodin ulkopuolisessa ympäristössä. Tämä kävi ilmi toimintaterapeuttipiskelijöiden Senja Ilolan ja Julianna Rikkosen terapiakoiran käyttöä koskevasta opinnäytetyöstä.

SENJA ILOLA JA JULIANNA RIKKONEN

Metropolia Ammattikorkeakoululle tehdyn työn tarkoituksena oli selvittää näkövammaisten nuorten ja heidän vanhempiansa kokemuksia terapiakoiran käytöstä. Siinä haettiin ennen kaikkea vastauksia siihen, miten terapiakoira voi auttaa näkövammaisia nuoria osallistumaan yhteiskuntaan tasavertaisesti muiden kanssa.

Opiskelijöiden yhteistyökumppanina opinnäytetyön tekemisessä oli Sokeain lasten tuki ry. Aiheeseen päädyttiin yhteistuumiin.

Opinnäytetyön aineiston keruu toteutettiin Sokeain lasten tuki ry:n ja Opaskoiran joulu ry:n järjestämässä Koiramainen viikonloppu -tapahtumassa. Tapahtumaan osallistuneilla perheillä oli mukana terapiakoira, joka oli koulutettu tukemaan näkövammaista nuorta tämän arjessa. Nuoret olivat alle 18-vuotiaita, joten heillä ei ole vielä mahdollisuutta saada virallista opaskoiraa lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineeksi.

Koira auttaa keskittymään

Opinnäytetyön tekijät haastattelivat nuoria ja heidän vanhempiaan erikseen. Haastatteluissa tuli esille, että terapiakoiralla on myönteinen merkitys nuoren elämään kokonaisvaltaisesti. Koiran läsnäolo vahvistaa nuoren itsetuntoa sekä lisää nuoren osallistumista kotona ja kodin ulkopuolella.

Lisäksi koirasta huolehtiminen kasvattavaa nuoren vastuuntuntoa ja



MERJA HELANDER

Terapiakoiria Koiramainen viikonloppu -leiriltä Nuuksion kansallispuistosta.

kykyä huolehtia itsestään. Haastatteluista ilmeni, että koira lisää nuoren rohkeutta ja motivaatiota olla yksin kotona sekä liikkuu itsenäisesti. Nuoren on myös helpompi keskittyä päivittäisiin toimintoihin, kuten läksytien tekemiseen, kun koira on läsnä. Haastatteltavien mukaan koira helpotti erilaisia kohtaamisia muiden ihmisten kanssa. Myös kaverisuhteen luomisesta tuli luontevaa.

Nuoren arjen sujuvuutta puolestaan rajoittaa se, ettei terapiakoira saa ottaa mukaan kaikkialle. Haastatteltavien mielestä esimerkiksi koiran läsnäolo koulussa tukisi nuorten liikumista ja auttaisi sosiaalisissa tilanteissa.

Koiran myötä nuori ei tarvitse aina vanhempia avukseen, jolloin nuoruuteen kuuluva itsenäistyminen vahvistuu. Tämä taas tekee hyvää myös nuoren ja vanhempien keskinäiselle suhteelle.

Koira ei korvaa avustajaa

Koiran läsnäolo ei ole silti juurikaan vähentänyt nuoren henkilökohtaisen avustajan tarvetta, koska koira ei kuitenkaan voi täysin korvata avustajaa. Toisaalta, koska nuori ei enää tarvitse avustajaa esimerkiksi kotona, hän voi hyödyntää avustajatuntejaan vapaammin hänelle mieluisaan tekemiseen.

Opinnäytetyö synnytti ajatuksen siitä, että näkövammaisten nuorten kannattaisi harjoitella koiran käyttöä apuvälineenä jo ennen täysi-ikäisyyttä ja mahdollista opaskoiran saamista.

On myös tärkeää huomata, että jos perheeseen tulee terapiakoira, koko perheen on sitouduttava koiran hoitamiseen. Koiraa ei voi jättää täysin nuoren vastuulle. Terapiakoiralle voidaan myös opettaa yksilöllisesti taitoja, jotka helpottavat perheen nuoren arkea. ■

Lähde: Terapiakoirat ja näkövammaisten nuorten osallistuminen ympäristöönsä: nuorten ja vanhempien kokemuksia. Toimintaterapeuttipiskelijät Senja Ilola ja Julianna Rikkonen, Metropolia Ammattikorkeakoulu
<https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2022101221142>