

Alfa Partners

Sosiaalista luottamusta lujittamassa

**Koira-avusteisen toiminnan mahdollisuudet ammatillisessa
oppilaitoksessa**

Outi Pälli

Opinnäytetyö
Eläinavusteinen valmentaja

2020

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	1
2 ELÄINAVUSTEINEN TYÖSKENTELY	3
2.1 Käsitteitä ja taustaa	3
2.2 Green Care.....	4
2.3 Eläimen vaikutus ihmisen hyvinvointiin	4
2.4 Koira työssä	5
2.5 Asiakkaat	7
3 AMMATILLISEN KOULUTUKSEN OPPIMISYMPÄRISTÖ	8
3.1 Ammatillinen koulutus	8
3.2 Oppimisympäristön turvallisuuden merkitys oppimiselle	9
3.3 Opiskelijoiden hyvinvointi	9
4 KOIRAT OPPILAITOKSISSA, RYHMÄTOIMINNASSA JA KIRJASTOSSA	11
4.1 Koira sosiaalista ilmapiiriä tukemassa	11
4.2 Koira opiskelua tukemassa	12
4.3 Koira elämänhallintaa tukemassa	13
4.4 Koira korkeakouluopintoja kannustamassa	13
4.5 Koira lukutaitoa edistämässä	14
5 POHDINTA	15
LÄHTEET	19

1 JOHDANTO

Elämäni ensimmäinen oma koira tuli perheeseen joulukuussa 2018. Jo pennun ”odotusaikana” minulle tuli ajatus siitä, että koiran kanssa yhdessä olisi mukava tehdä jotain sellaista, jossa voisimme olla hyödyksi tai iloksi myös muille ihmisille. Opettajan ammatistani johtuen erityisesti erilaiset uutiset ja jutut kaveri-, luku- ja koulukoirista olivat kiinnittäneet huomioni jo aikaisemmin. Pennun kotiuduttua huomasin pian sen ilon, jonka pieni karvapallo toi omaan elämäni yhteisissä hetkissä. Ulkoillessa pennun kanssa kohtasimme ja jäimme keskustelemaan sekä tuttujen mutta myös täysin vieraiden ihmisten kanssa niin pennusta kuin koirista yleensä. Joidenkin ihmisten kanssa keskustelu rönsyili myös muihin asioihin tai henkilö saattoi kertoilla asioita omasta elämästään. Sosiaalistin pentua myös omalla työpaikalla oppilaitoksessa, jonka käytävillä ja luokissa koiran läsnäolo aikaansai positiivisia kohtaamisia opiskelijoiden ja henkilökunnan kesken. Ulkomaalaistaustainen opiskelija raputteli ilahtuneena koiraa ja kertoi vielä hataralla suomen kielellä pitävänsä eläimistä ja haaveilevansa työpaikasta eläinkaupassa.

Kun olen kirjottanut tätä Eläinavusteisen valmentajan koulutukseen kuuluvaa opinnäytetyötä menossa olevan koronakevään aikana, on niin uutisissa kuin sosiaalisessa mediassa tullut esiin monenlaisia uutisia koirien ja muiden lemmikkien positiivisesta vaikutuksesta ihmisten hyvinvointiin. Helsingin Sanomissa 11.4.2020 toimittaja pohtii lemmikin roolia omistajansa sielunhoitajana kriisin keskellä. <https://www.hs.fi/mielipide/art-2000006471633.html>. Koirien kanssa vietetään aikaa kotona ja lenkkimaastoissa ja metsissä ulkoillen. ”Koronaviruksen mukanaan tuoma tilanne harmittaa taatusti jokaista, mutta ikävistä asioista autuaan tietämätön tassuystäväsi näkee tilanteen valoisat puolet: miten ihanaa, kun isäntäväki viettää aikaa kotona! Jokainen lemmikinomistaja varmasti myös tietää, miten suuri merkitys lohduttavalla kuonolla on vaikeina aikoina, joten vietä nyt kiireetöntä laatu-aikaa parhaan ystäväsi kanssa – se piristää taatusti teitä molempia”, muistutetaan Mustin ja Mirrin internet-sivulla. <https://www.mustijamirri.fi/vinkit-ja-artikkelit/koirat-ja-korona-aika>.

Helsingin sanomat kirjoitti 20.4.2020, kuinka koronakriisi on lisännyt koiranpentujen kysyntää. Sekä Kennelliitto että koirien kasvattajat ovat huomanneet, että pentuja menee nyt kaupaksi tavallista enemmän. <https://www.hs.fi/kotimaa/art-2000006480232.html>. Toki myös uutisoidaan siitä voiko korona tarttua koiraan tai muuhun lemmikkiin ja voiko lemmikki tartuttaa koronan ihmiseen. <https://www.mtvuutiset.fi/artikkeli/lemmikilla-todettu-ensimmainen-koronavirustartunta-koira-karanteeniin/7743602#gs.66cz1c>

Olemme saaneet lukea uutisia myös siitä, miten koirat voivat auttaa ihmisiä. Medi uutiset uutisoi 1.4.2020, että Englannissa on aloitettua koirien kouluttaminen tunnistamaan koronavirus ja sitä kantavat ihmiset. <https://www.medi uutiset.fi/uutiset/englannissa-koulutetaan-koiria-tunnistamaan-koronavirus-pitaisi-onnistua-kuudessa-viikossa/df879a33-482b-42b9-8492-559abde1abb7>. Myös positiivinen ja tasaveroisuutta lisäävä uutinen avustajakoirien katsomisesta lääkinnällisiksi apuvälineiksi vammaisille tai toimintaesteisille henkilöille, mahtui tämän kevään koirauutisiin. <https://www.invalidiliitto.fi/ajankoh-taista/avustajakoirat-luokitellaan-laakinnallisiksi-apuvälineiksi>.

Tämän opinnäytetyön tavoitteena minulla on pohtia eläinavusteisen, erityisesti koira-avusteisen työskentelyn mahdollisuuksia toisen asteen ammatillisessa oppilaitoksessa, jossa itse työskentelen opettajana ja erityisopettajana. Käyn ensin läpi eläinavusteisen työskentelyn käsitteitä ja taustaa sekä koiran käyttämistä asiakastyössä. Esittelen myös lyhyesti ammatillisen koulutuksen toimintaympäristöä ja oppimisympäristön merkitystä. Olen ottanut mukaan muutamien opinnäytetyön tuloksia, jotka osaltaan taustoittavat niitä hyötyjä, joita koira-avusteinen työskentely voisi tuoda ammatillisen koulutuksen oppimisympäristöön nuorille ja aikuisille opiskelijoille sekä myös oppilaitoksen henkilökunnalle. Tähän liittyviä ajatuksia ja ideoita esittelen työn viimeisessä luvussa.

2 ELÄINAVUSTEINEN TYÖSKENTELY

2.1 Käsitteitä ja taustaa

Eläinavusteisen työskentely tai interventio (Animal-Assisted Intervention, AAI) pitää sisällään erilaisia eläinavusteisen toiminnan muotoja. Näistä eläinavusteinen toiminta (Animal-Assisted Activity, AAA) on vapaamuotoista toimintaa ilman tarkkoja tavoitteita, seurantaa tai dokumentointia se eroaa näiltä osin muista eläinlähtöisistä toimintamenetelmistä. Yleensä vapaaehtoistoimintaan perustuva eläinavusteinen toiminta (Animal-Assisted Activity, AAA) pyrkii lisäämään ihmisten hyvinvointia ja tuottamaan mielihyvää kansakäymisellä ja kohtaamisella eläinten kanssa. Yleisin vapaaehtoistoiminnan muoto on yhdistysten (esim. Suomen Karvakaverit ry tai Kennelliiton Kaverikoirat) järjestämät vierailut laitoksissa kuten vanhainkodeissa, lastenkodeissa ja päiväkodeissa. Tällaisella toiminnalla ei ole määriteltyjä tavoitteita, vaan käyntien sisältö pohjautuu spontaaniuteen. Eläimen ohjaaja voi olla koulutettu ammattilainen tai vapaaehtoinen. Eläinten ja niiden ohjaajien vierailut laitoksiin ovat sovittuja ja yleensä säännöllisiä. (Ikäheimo 2013, 1, 10).

Vapaaehtoisuuteen perustuu myös Kennelliiton lukukoiratoiminta, jossa koirat innostavat lapsia lukemaan. Lukukoiratoimintaa toteutetaan pääsääntöisesti kirjastoissa. Lukukoiroaohjaajan tulee suorittaa Kennelliiton lukukoirakurssi sekä sitoutua sovittuihin toimintatapoihin ja toimia niiden mukaisesti. (Kennelliitto 2020).

AAI kattokäsitteen alle kuuluu myös eläinavusteinen terapia (Animal-Assisted Therapy, AAT), joka on tavoitteellista toimintaa koulutetun ammattilaisen tekemänä, ja jossa eläin on keskeinen osa hoitoa tai kuntoutusta. Tavoitteena voi olla ihmisen fyysisien, sosiaalisen, emotionaalisen tai kognitiivisen hyvinvoinnin edistäminen yksilöllisesti tai ryhmässä. (Ikäheimo 2013, 1, 10). Eläinavusteinen sosiaalityö (Animal-Assisted Social Work, AASW) on samoin tavoitteellista ja suunnitelmallista interventiota yksilölle, ryhmälle tai perheelle, ja ohjaajana toimii sosiaalihuollon ammattihenkilö (Keteliini 2020).

Eläinavusteinen opetus (Animal-Assisted Pedagogy, AAP tai Animal-Assisted Education, AAE) on eläinavusteista työskentelyä, jolla on kasvatuksellinen ja/tai koulutuksellinen tavoite ja pyrkimys parantaa ohjattavien sosiaalisia ja kognitiivisia taitoja. Toimintaa ohjaa opettaja, koulunkäynninohjaaja tai muu kasvatustalon ammattilainen. Toiminta on suunnitelmallista, tavoitteellista ja dokumentoitua. (Ikäheimo 2013, 1, 11). Perusopetuksessa eläinavusteisuus voi olla esimerkiksi eläimen vierailu koululuokassa, tavoitteena lisätä oppilaiden ymmärrystä ja tietoa vastuullisesti eläinten kohtelusta. Erityisopetuksessa eläinavusteisuus voi liittyä esimerkiksi koira-avusteiseen lukemiseen, jolloin eläin osallistuu oppimisprosessiin. (Keteliini 2020).

2.2 Green Care

Green Care on luontoon ja maaseutuympäristöön liittyvää ammatillista toimintaa, jolla edistetään ihmisten hyvinvointia ja elämänlaatua. Luonnon elvyttävät vaikutukset sekä osallisuus ja kokemuksellisuus lisäävät hyvinvointia. Eläin- ja luontoavusteisia menetelmiä käytetään ammattialan osaamisen mukaisesti tavoitteellisesti, vastuullisesti ja ammatillisesti. Luontoavusteisten menetelmien toimivuudesta on saatu hyviä kokemuksia eri ikäryhmien ja monenlaisten asiakasryhmien parissa. Toimintaa voidaan toteuttaa luontoympäristöjen lisäksi myös kaupunki – ja laitospäristöissä, kun niihin tuodaan luonnon elementtejä. Eläinavusteiset menetelmät muun muassa hevosia, alpakoita ja koiria apuna ja työparina käyttäen ovat osa Green Care toimintaa. (Green Care Finland 2020).

2.3 Eläimen vaikutus ihmisen hyvinvointiin

Eläimillä on todistetusti myönteisiä vaikutuksia ihmisten hyvinvointiin. Koiralla esimerkiksi voi olla huomattava merkitys sosiaalisiin suhteisiin. Toisilleen tuntemattomat ihmiset löytävät yhteisen puheenaiheen koirasta, ja aivan huomattomasti saattaa tutustua lukemattomiin uusiin ihmisiin. Oksitosiinisysteemin eli elimistön ns. turvajärjestelmän aktivoituminen on tärkeä tekijä eläimen ja ihmi-

sen välisen suhteen psykologisista ja psykofysiologisista vaikutuksista. (Ikäheimo 2013, 5 - 7). Myönteinen vuorovaikutus esimerkiksi koiran kanssa lisää onnellisuushormoni oksitosiinin pitoisuutta aivoissa samalla, kun stressihormoni kortisolin pitoisuus vähenee. Oksitosiini vaikuttaa sekä psyykkisesti että fyysisesti – se rauhoittaa, auttaa sietämään lyhytaikaista stressiä, alentaa verenpainetta, vähentää kivun tunnetta, rauhoittaa hengitystiheyttä, parantaa sosiaalista muistia ja tehostaa oppimista. Koiran silmiin katsoessa oksitosiinin määrä ihmisessä kasvaa kolminkertaiseksi. (Latvala-Sillman 2018, 12, 15).

Green Care Finlandin internetsivuilla kerrotaan, että useissa tutkimuksissa on voitu todentaa eläinten läsnäoloon liittyvät rauhoittavat vaikutukset. Elimistön toiminnassa ilmeneviä vaikutuksia on mitattu muun muassa kolesterolin ja kortisolin sekä endorfiini- ja oksitosiinitasojen kautta. Rauhoittavien vaikutusten lisäksi eläimillä voi kuitenkin olla tilannekohtaisesti myös aktivoivia vaikutuksia. Esimerkiksi vuorovaikutustaitojen kehittämisessä on eläinavusteisuudella saavutettu selkeitä hyötyjä. Eniten eläinavusteisuudesta hyödytään tilanteissa, joissa sosiaaliseen kanssakäymiseen liittyy jotain rajoitteita. Sosiaalisen vuorovaikutuksen vahvistumisesta on vahvaa näyttöä myös useissa eläinavusteisten terapian tutkimuksissa. (Green Care Finland 2020)

2.4 Koira työssä

Koiralla on luontainen halu ja kiinnostus olla yhteydessä ihmisen kanssa, josta on monenlaista hyötyä koira-avusteissa työskentelyssä. Koira ei teeskentele olevansa kiinnostunut, vaan on aidosti läsnä. Koira elää juuri tässä hetkessä ja ilmaisee tunteensa vilpittömästi. Yleensä ihmiset tuntevat koiran olevan rehellinen vuorovaikutuksessaan. Koira lukee ihmisen mielenliikkeitä ja tunnetiloja ja pystyy vastaamaan niihin. Koira voi vaikuttaa ihmisen hyvinvointiin niin fyysisellä, psyykkisellä kuin sosiaalisellakin tasolla ja hyvin kokonaisvaltaisesti. Koulukoira sopii koira, joka haluaa tutustua uusiin ihmisiin ja tekee yhteistyötä vieraidenkin kanssa. Ratkaisevaa ei niinkään ole koiran rotu, mutta koiran ei tulisi olla herkästi stressaantuva tai käyttäytyä vartioivasti. (Latvala-Sillman 2018, 16, 21 – 24, 89).

Kaikissa eläinavusteisen toiminnan muodoissa eläimen tulee olla terve ja tehtäväänsä soveltuva. (Anima, 2020; Ikäheimo 2013, 10-11). Huomiota pitää kiinnittää erityisesti eläimen hyvinvointiin ja jaksamiseen. Asiakaskohtaamiset voivat välillä olla haastavia, ja eläinkin tarvitsee työssään riittävää palautumista. (Green Care Finland 2020). Työskentelevällä koiralla on omat oikeutensa ja koiralle työn tulisi olla vapaaehtoista. Koiran ohjaajalla on vastuu siitä, että toimitaan myös koiran kannalta oikein ja eettisesti. Koiran käyttäytymistä ja viestintää täytyy ymmärtää. Koiraa täytyy kouluttaa ja työskennellä sen kanssa kannustavasti. Ohjaajan tulee huomata, jos koira väsyä tai ei ole halukas työskentelemään, ja mahdollistaa niissä tilanteissa koiralle rauhallinen lepopaikka, johon koira voi itse mennä. Koiran työskentely tulee suunnitella niin, ettei se rasita koira liikaa. Sopiva työskentelymäärä voi olla 1-3 päivää viikossa, mutta se vaihtelee koiran mukaan. Stressi on koiralle epämiellyttävä tila, jossa se kokee pelkoa tai turhautumista eikä saa näiden rinnalle tarpeeksi hyviä kokemuksia tasapainottamaan niiden vaikutusta. Krooninen stressi on koiralle yhtä vakavaa kuin krooninen kipu. Ohjaajan on seurattava koiran käyttäytymistä ja havaittava koiran osoittamat merkit stressistä. Työn vastineeksi on tarjottava koiralle vapaata, lepoa ja mahdollisuus palautua työtehtävistä vapaamuotoisen ja lajityypillisen toiminnan kautta. Ohjaajan velvollisuus on tietää koiran lajityypillisestä käyttäytymisestä, jotta hän osaa erottaa esimerkiksi koiralle ominaiset tavat ilmaista kipua. (Latvala-Sillman 2018, 80 – 85).

Eläinavusteisessa työskentelyssä pitää varmistua siitä, että työssä käytettävä eläin ei levitä sairauksia muihin eläimiin tai ihmisiin ja toisaalta siitä, ettei eläin itse sairastu työtä tehdessään. Säännölliset eläinlääkärin tarkastukset ovat tärkeitä. Koiralla täytyy olla terveellinen ja turvallinen ruokavalio. Sille tulee antaa loishäädöt sekä rokotukset säännöllisesti sekä huolehtia muista asialliseen koiranhoitoon liittyvistä toimenpiteistä. Koiralla on suositeltavaa olla vakuutus onnettomuuksien ja sairauksien varalta. Ohjaajan tulee varmistaa koiran hyvinvointi niin työssä kuin vapaa-aikanakin. (Green Care Finland 2020; Latvala-Sillman 2018, 80 - 85).

2.5 Asiakkaat

Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry:n internet-sivuilla kerrotaan, että kansainvälisesti katsottuna koira-avusteisella kasvatuksella ja kuntoutuksella on jo merkittävä asema. Koirat työskentelevät muun muassa sairaaloissa, kouluissa ja vankiloissa. Myös Suomessa ammattimainen koira-avusteinen työskentely lisääntyy nopeasti. Sen lisäksi, että monet koiranomistajat ovat huanneet oman lemmikkinsä vaikutuksen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiinsa, on koira-avusteisella työskentelyllä laajat mahdollisuudet erilaisessa asiakastyössä. Lapset voivat harjoitella koiran kanssa sosiaalisen vuorovaikutuksen ja tunne-elämän taitoja. Vanhustyössä koira saa dementoituneet ja masentuneet asiakkaat piristymään ja hymyilemään. Mielenterveyskuntoutujat hyötyvät koiran antamista uusista ulottuvuuksista kuntoutumisprosessissa. Aikuisellekin koira voi toimia hienovaraisena itseilmaisuuden opettajana. Yhdistys on laatinut koira-avusteiselle työskentelylle ammattieettiset ohjeet (Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry 2020.)

Vaikka koira on hyödyksi monenlaisten asiakkaiden kanssa ja antaa lisäarvoa asiakastyöskentelyyn, eivät kaikki asiakkaat hyödy koira-avusteisesta toiminnasta, ja sillekin täytyy antaa tilaa. Allergiset, koirapelkoiset tai eri kulttuuritaustaiset ihmiset on otettava huomioon, ja mietittävä mitä lisäarvoa eläin tuo työtehtäviin ja asiakastilanteisiin. Koira pelkäävät asiakkaat kokevat koira-avusteisen työskentelyn liian pelottavana ja jännittävänä, jolloin varsinaisen asiakastyön tarkoitus ja tavoitteet eivät toteudu. On hyvä mahdollisuuksien mukaan tavata asiakkaat edeltä käsin ja myös tarkistaa koiran sopivuus ryhmään, sillä se on sekä koiran että ihmisten etu. (Korpi & Rautio 2020, 50, 52 – 53.)

Työpaikalla tai paikassa, johon koira tulee, on tärkeää keskustella ja sopia etukäteen siitä, minkälaisia ohjeistuksia koira-avusteisessa työssä noudatetaan. Näin voidaan huomioida esimerkiksi lupiin, ilmoittamiseen, mahdollisiin allergioihin ja siivouksiin liittyvät asiat. Avoin ja ratkaisukeskeinen lähestymistapa

ja keskustelu antavat tilaa myös niiden henkilöiden ajatuksille, joilla mahdollisesti on epäilyksiä asian suhteen. On hyvä, että löydetään yhteisesti mietityt ratkaisut, jotka ottavat huomioon kaikkien työpaikan ihmisten toiveet. (Latvala-Sillman 2018, 90 – 91.)

3 AMMATILLISEN KOULUTUKSEN OPPIMISYMPÄRISTÖ

3.1 Ammatillinen koulutus

Ammatillinen koulutus, jota järjestetään ammatillisissa oppilaitoksissa, on toisen asteen koulutusta. Se on tarkoitettu nuorille, jotka ovat päättäneet perusopetuksen. Nuorten lisäksi ammatillisessa koulutuksessa opiskelee aikuisia, joilla ei ole ammatillista tutkintoa, ja jo työelämässä olevia aikuisia täydentämässä ammattitaitoaan ammatillisessa täydennyskoulutuksessa. Koulutusta voidaan järjestää erilaisissa oppimisympäristöissä kuten oppilaitoksen luokkahuoneissa, työpajoissa tai työmailla, työpaikoilla tai digitaalisissa oppimisympäristöissä. Ammatillisia tutkintoja ovat ammatilliset perustutkinnot, ammattitutkinnot ja erikoisammattitutkinnot. Ammatillisissa oppilaitoksissa järjestetään myös ammatilliseen koulutukseen valmentava VALMA-koulutusta, joka antaa valmiuksia hakea ammatilliseen tutkintokoulutukseen ja vahvistaa edellytyksiä suorittaa ammatillinen tutkinto. Myös aikuisten maahanmuuttajien kotoutumisen tueksi järjestettävää kotoutumiskoulutusta toteutetaan ammatillisissa oppilaitoksissa. Sen tavoitteena on edistää kielitaidon kehittymistä, pääsyä jatkokoulutukseen ja työelämään sekä lisätä yhteiskunnallisia, kulttuurisia ja elämänhallintaan liittyviä valmiuksia. (Opetushallitus 2020, Opetus- ja kulttuuriministeriö 2020, Opintopolku 2020). Ammatillisen tutkinnon suorittaa vuosittain noin 63 000 opiskelijaa (Heinonen, Lindén, & Poikonen 2015, 6).

3.2 Oppimisympäristön turvallisuuden merkitys oppimiselle

Oppimisympäristöllä tarkoitetaan oppimiseen liittyvää fyysisen ympäristön, psyykkisten tekijöiden ja sosiaalisten suhteiden kokonaisuutta, jossa opiskelu ja oppiminen tapahtuvat. Oppimisympäristön tulee tukea oppilaan kasvua ja oppimista. Psyykkisen ja sosiaalisen oppimisympäristön muodostumiseen vaikuttavat toisaalta yksittäisen oppilaan kognitiiviset ja emotionaaliset tekijät, toisaalta vuorovaikutukseen ja ihmissuhteisiin liittyvät tekijät. (Opetushallitus 2004, 18.)

Psyykkiseen oppimisympäristöön kuuluu muun muassa turvallisuuden tai turvattomuuden tunteisiin liittyvät asiat. Pelko ja jännittäminen estävät oppimista. Rento ja turvallinen tunnelma oppimisympäristössä puolestaan edistävät oppimista. Oppilaalla ja opiskelijalla on oikeus oppia ja opiskella psyykkisesti turvallisessa ympäristössä. Psyykkistä turvallisuutta edistetään tukemalla ryhmäytymistä ja varmistamalla, että jokainen oppilas pääsee osalliseksi ryhmässä, eikä tule sosiaalisesti torjutuksi. Opettajalla on keskeinen rooli psyykkisen oppimisympäristön muokkaamisessa ja turvallisen ja hyväksyvän ilmapiirin rakentamisessa ryhmään tai luokkaan. Hyvää ilmapiiriä ja me-henkeä voidaan tukea esimerkiksi mahdollistamalla erilaisia sosiaalisia tilanteita oppimisen ja muun yhteisen toiminnan kautta. Oppilaiden psyykkiseen turvallisuuteen voidaan vaikuttaa myös oppimisympäristöä muokkaamalla. (Hatakka & Nyberg 2009, 6; Opetushallitus 2020.)

3.3 Opiskelijoiden hyvinvointi

EHYTin julkaisussa Amis hyvin, kaikki hyvin (2015) todetaan, että ammatillisissa oppilaitoksissa löytyy muita opiskelijaryhmiä enemmän haavoittuvassa asemassa olevia nuoria: ”Sosiokulttuurisista eroista johtuen ammatillisiin opintoihin hakeutuu suhteessa enemmän niitä nuoria, joilla on enemmän haasteita mm. hyvinvointitaitojen hallinnan kanssa. Siksi onkin perusteltua, että amma-

tillisten oppilaitosten hyvinvointityöhön panostetaan erityisen paljon. Elämässä pärjäämistä vahvistavia taitoja tulisikin opiskella myös toisen asteen koulutuksessa, vaikka osa opiskelijoista on jo aikuisia. (Halme 2018, 40 – 41.)

Ammattioppilaitoksen tehtävänä on valmentaa opiskelijoita niin elämää kuin työelämää varten. Siksi ammatillisessa koulutuksessa on tärkeää tunnistaa ja vaikuttaa opiskelijoiden hyvinvointiin vaikuttaviin asioihin. Näin tekemällä opiskelijat voivat paremmin niin oppilaitoksessa kuin työelämässä. Resilienssi tarkoittaa ihmisen kykyä selviytyä elämän tuomista vastoinkäymisistä ja haasteista. Se on myös kykyä ratkaista ongelmia ja toimia joustavasti muutoksissa. Jokaisella ihmisellä on erilainen resilienssi, johon vaikuttavat niin kasvatus kuin perinnölliset tekijät. Ihmisen resilienssi ei ole muuttumaton, vaan sitä voi kehittää voimavaroja kasvattamalla. Ammattiin opiskeleminen vaatii paljon voimavaroja ja resilienssiä, sillä erityisesti nuoret opiskelijat kohtaavat silloin suuria muutoksia. Opiskelu muuttuu peruskoulua itsenäisemmäksi, sosiaalinen ympäristö vaihtuu, opiskelija saa ensimmäisen kosketuksen työelämään ja joillekin uusi opiskelupaikka voi tarkoittaa kotoa pois muuttamista. Muutokset voivat vaikuttaa niin elämänhallintaan kuin mielen hyvinvointiin. Tärkeää on, että opiskelija kokee tulevansa kohdatuksi oppilaitoksessa ja että hän kokee osallisuutta omissa opinnoissaan ja voi kiinnittyä ympäröivään yhteisöön. Jos osallisuuden tunnetta ei tueta, voi opiskelija kokea tulleensa syrjäytetyksi ja yksinäiseksi. (Luoto 2015, 66 – 67.)

Amis-työn hankkeessa 2011 – 2015 tehtiin työtä sen eteen, että ammattiin opiskelevien hyvinvointiin kiinnitettäisiin paremmin huomiota ja ryhdyttäisiin toimenpiteisiin epäkohtien korjaamiseksi. Hankkeesta kertovassa julkaisussa puhutaan sosiaalisesta luottamuksesta, jota voidaan nimittää myös sosiaalisiksi pääomaksi, yhteisöllisyydeksi tai osallisuudeksi. Se tarkoittaa yksilön kokemusta siitä, että minulla on merkitystä muille ja muilla on merkitystä minulle – tunnetta, että minun kannattaa toimia toisten kanssa ja auttaa toisia toimimaan minun kanssani. Opiskelijaryhmiin saadaan sosiaalista luottamusta

aktiivisella, jatkuvalla ryhmäyttämällä. Kun opiskelijoilla, on hyvät sosiaaliset taidot ja sosiaalinen luottamus toimia ryhmissä, heillä on myös hyvät valmiudet työelämän sosiaalisiin tilanteisiin ja työyhteisöihin kiinnittymiseen. (Heinonen, Lindén & Poikonen 2015, 17, 60.)

4 KOIRAT OPPILAITOKSISSA, RYHMÄTOIMINNASSA JA KIRJASTOSSA

4.1 Koira sosiaalista ilmapiiriä tukemassa

Ahonen (2013) tarkasteli tutkimuksessaan koululuokan sosiaalista ilmapiiriä tapaustutkimuksen kautta peruskoulun eritysluokassa, jossa työskenteli päivittäin kaksi koulukoira. Yksi merkittävä tutkimuslöydös oli se, miten koirat toimivat luokassa ”jäänmurtajinä”. Koirien tehtävä luokassa oli ”vain olla”. Koirien läsnäolo luokassa lisäsi sosiaalista viihtyvyyttä ja hyvää ilmapiiriä oppilaiden kesken sekä oppilaiden ja opettajan välillä. Opettajan mukaan ”jään murtaminen” sosiaalisissa tilanteissa oli erityisen tärkeää heterogeenisen oppilasaineksen vuoksi. Oppilailla oli sekä käyttäytymisen haasteita että oppimisvaikeuksia. Toinen tärkeä tulos oli koirien luokkaan ja koulunkäyntiin tuoma ilo. Iloa tuodessaan koirat yhdistivät ryhmää, ja vaikuttivat myös koulumenestykseen, kun koirat motivoivat oppilaita kouluun tulemisen suhteen. Koirat kohottivat myös oppilaiden ja luokan statusarvoa, ja koirista tuli erityisluokan oppilaille rohkaiseva suojatekijä. Tuloksista vaikuttavinta Ahosen mukaan oli koirien vaikutus tarkkaavaisuuden ylläpitämisen apuna. Koirat pystyivät tunnistamaan oppilaiden keskittymisen herpaantumisen ja menivät silloin omatoimisesti oppilaiden luokse auttamaan tarkkaavaisuuden ylläpitämisessä omalla läsnäololla tai rapsuteltavana olemisella, mikä mahdollisti luvallisen työskentelyn keskeyttämisen ilman että se häiritsi muiden työrauhaa luokassa. Keskittymisen tuen merkitys oli tärkeä asia myös oppilaiden mielestä. (Ahonen 2013, 184 – 191).

4.2 Koira opiskelua tukemassa

Halme (2016) on tutkinut koira-avusteista toimintaa ammattioppilaitoksessa nuorten opiskelijoiden kanssa. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää eläinavusteisen pedagogiikan mahdollisuuksia ja hyötyjä kouluympäristössä opiskelijoiden ja opiskelun tukena. Koirat olivat mukana sekä oppitunneilla että opiskelijan ja kuraattorin tapaamisissa. Toiminnalliset harjoitukset olivat oppitunnin aiheesta riippuen joko oppimista tukevia harjoituksia tai opiskelijoiden aktivoimiseen ja motivoimiseen tarkoitettuja tuokioita. Halmeen mukaan opiskelijat osallistuivat mielellään harjoituksiin, ja koiran kautta hän pystyi myös pehmeästi ohjaamaan, että kaikkien tulee ainakin jollain tavalla osallistua toimintaan. (Halme 2016, 5, 16, 18).

Tuloksista saattoi päätellä, että eläimen käytölle oppimisen tukena on tarvetta, samoin kuin kaikelle Green Care toiminnalle. Opiskelijat olivat levollisempia ja pystyivät keskittymään opiskeluun paremmin. Koiran suurin myötävaikutus tuli esille nimenomaan sen läsnäolossa. Opettajien mukaan opiskelijat ilmaisevat enemmän positiivisia tunteita koiran läsnä ollessa. Erityisen myönteisesti eläimen läsnäolo näkyi sulkeutuneiden tai erityisnuorten käyttäytymisessä. Toiminnallisilla harjoituksilla oli enemmänkin tarkoitus tehdä vaihtelevia ja motivoivia harjoituksia tavanomaisen opiskelun lomaan. Koiran avulla saatiin nostettua myös opiskelijoiden motivaatiota tulla tunneille. (Halme 2016, 30 – 31).

Opettajat ja kuraattori olivat lähtökohtaisesti hyvin myönteisiä eläimen kanssa toimimiseen. Halmeen mukaan koira-avusteista toimintaa olisikin vaikeaa tai mahdotonta tehdä ryhmässä, mikäli opettajan asenne olisi kielteinen. Tuloksista tulee esille, että koiran käyttäminen kouluissa lisää opiskelijoiden ja työntekijöiden hyvinvointia, parantaa ilmapiiriä ja tuo lisämotivaatiota opiskeluun. Koulukoira-avusteisen pedagogiikan toteuttamiseen on useita vaihtoehtoja: koulun henkilökuntaan kuuluvalla henkilöllä on itsellään koira mukana töissä, koulussa toimii erillinen koiranohjaaja, joka osallistuu useisiin tilanteisiin koiran

kanssa, tai koira ”tilataan” ulkopuolelta käymään koululla säännöllisesti. (Halme 2016, 32 – 33).

4.3 Koira elämänhallintaa tukemassa

Korpi ja Rautio (2020) tutkivat koira-avusteisuuden merkitystä aikuissosiaalityön ryhmätoiminnassa sekä elämänhallinnan ja voimaantumisen teemoissa. Heidän mukaansa koira-avusteisuus mahdollisti aikuisryhmässä olosuhteet, jotka tukivat voimaantumista. Voimaantuminen puolestaan lisää elämänhallintaa. Koiran läsnäolo rentoutti tilannetta, johdatti pohdintoihin ja motivoi työskentelyyn. Koiran tärkeimmäksi tehtäväksi tässä yhteydessä Korpi ja Rautio näkevät, että koira oli ryhmässä ilon ja naurun lisääjä sekä kohtaamisen mahdollistaja. Tämän myötä ilmapiiri tulee avoimeksi, jolloin hyväksynnälle, luottamukselle ja turvallisuuden tunteelle tulee tilaa. Koira toi olemuksellaan tilanteeseen hetkessä olemista, iloa ja innostuneisuutta. Se näkyi muun muassa hyväksyvänä ja turvallisena ilmapiirinä, yhteenkuuluvuuden tunteena, positiivisina tunnekokemuksina ja omien päämäärien asettamisen mahdollisuutena. Aikuiset ryhmän jäsenet kokivat koiran roolin positiivisena lisänä ryhmään. Tutkimuksessa koira oli ryhmässä mukana harjoituksissa, se oli ryhmään hyväksytty jäsen, joka oli tuonut innostuneisuutta ja toiminut ryhmän yhteisenä tekijänä. Koiran ohjaaminen ja huomioiminen toivat ryhmäläisille iloa ja motivoivat toimintaan. Koira vaikutti ryhmän ilmapiiriin keventäen sitä ja vapauttaen tunnelmaa. Koira myös toimii keskustelunavaajana ja kannustaa keskusteluun, sillä oman elämänsä asioista voi puhua koiran kautta luontevammin ja helpommin. (Korpi & Rautio 2020, 6, 49).

4.4 Koira korkeakouluopintoja kannustamassa

Jyväskylän yliopisto on aloittanut vuonna 2018 Knowhau-toiminnan, jossa kaveri- ja lukukoirat edistävät opiskelijoiden hyvinvointia ja opiskelukykyä kampuksella. Tässä toiminnassa on haluttu nimenomaan tuoda koira-avusteinen toiminta aikuisten opiskelijoiden tueksi. Koiratapaamisten lisäksi koirat ovat mukana esimerkiksi kielten ja esiintymisvarmuuden kursseilla helpottamassa

stressiä ja tukemassa hyvinvointia. Koirat ovat myös tavattavissa tietyn aika-
taulun mukaisesti lukukoiratiloissa vapaasti opiskelijoiden tavattavissa. Toi-
minnan ohjeena on: ”Tule paikalle, rapsuttele koiria ja rentoudu - muuta ei vaa-
dita.” Toiminnasta on vireillä tutkimushankkeita ainakin pedagogisen toimin-
nan, stressin lievittämisen ja koiran ja ihmisen välisestä vuorovaikutuksesta ja
sen hyvinvointia edistävästä vaikutuksesta. (Jyväskylän yliopisto 2020).

Yle uutisoi yliopiston kaverikoiratoiminnasta 13.5.2019 seuraavasti: ”Yliopiston
kaverikoiratoiminta on ylittänyt kaikki odotukset: yliopistolla jo yli 700 opiskeli-
jaa on ollut koirien kanssa tekemisissä ja koiratapaamisiin on jopa kuukausien
jonot”. Koirat ovat olleet avuksi opiskelijoille esimerkiksi esiintymisvarmuuden
kursseilla, jossa muun muassa paniikkihäiriöstä kärsivä opiskelija on koiran
avulla pystynyt rauhoittumaan ja pitämään esityksen. Opiskelijat ovat olleet
toiminnasta innostuneita, kiitollisia ja myöskin ylpeitä. ([https://yle.fi/uutiset/3-
10780256](https://yle.fi/uutiset/3-10780256)).

4.5 Koira lukutaitoa edistämässä

Lukutaito on tekstien ymmärtämistä ja käyttötaitoa ja lukemiseen sitoutumista.
Viestintäteknologian kehittyessä lukemisen tavat ovat myös muuttuneet, sillä
perinteisen lukutaidon lisäksi medialukutaito on osa jokapäiväistä elämää. Pe-
rinteistä lukutaitoa ja medialukutaitoa tarvitaan vapaa-ajalla, työelämässä ja
opiskelussa. Tutkimusten mukaan suomalaiset lapset ja nuoret ovat erinomai-
sia lukijoita, mutta lukemismotivaatio on heikentynyt, omaksi iloksi lukeminen
on vähentynyt ja asenne lukemiseen on muuttunut kielteisemmäksi. Lukukoi-
ratoiminta on saanut alkunsa Yhdysvalloista ja levinnyt sieltä muualle maail-
maan. Suomessa toiminta aloitettiin vuonna 2011. Lukukoiratoiminta tarkoittaa
ääneen lukemista koiralle turvallisessa ympäristössä, kuten kirjastossa tai kou-
lussa. Se edistää lukemaan opettelua, parantaa lukumotivaatiota, kehittää
kommunikaatiokykyjä ja sosiaalisia taitoja sekä helpottaa esiintymispelkoa.
(Pitkänen 2014, 39.)

Kennelliitto on yksi lukukoiratoimintaa organisoiva taho ja laatinut myös laatusuosituksen yleisten kirjastojen lukukoiratoiminnalle. Kennelliitto vastaa koirien soveltuvuuden arvioinnista ja koiranohjaajien kouluttamisesta. Ensimmäiset lukukoirakoulutukset järjestettiin vuonna 2017 eri puolilla Suomea. Koira innostaa lukemaan. Koira ei arvostele eikä huomauttele virheistä, hitaudesta tai epäröinnistä. Koiran läsnäolo rentouttaa lukijaa ja lievittää stressiä. Lukukoirat työskentelevät vielä enimmäkseen lasten kanssa, mutta myös esimerkiksi esiintymisjännityksestä tai lukihäiriöstä kärsivät nuoret tai aikuiset ja kieltä opettelevat maahanmuuttajat voisivat hyötyä koiran avusta lukemisessa. (Kennelliitto 2020; <https://yle.fi/uutiset/3-7016469>.)

Pitkäsen (2014) tutkimuksessa lukukoiratoiminnasta selvisi, että lukukoirat soveltuvat hyvin kirjastoon, ja koiralle ääneen lukeminen tukee yhtä kirjaston perustehtävää, joka on lukuharrastuksen tukeminen. Lukukoiratoiminnalla on myös saatu houkuteltua uusia asiakkaita kirjastoon ja se luo myös myönteistä kuvaa kirjastosta avoimena ja ennakkoluulottomana ympäristönä. Koira kirjastossa saa aikaan positiivista huomiota ja hyvää mieltä, sillä eläimet ovat helppo puheenaihe ja saavat ihmiset puhumaan omista kokemuksistaan. Lukukoiratoiminta myös syventää koulun ja kirjaston yhteistyötä, sillä koiralle ääneen lukeminen edistää lukemistaitoja ja suomen kielen ääntämistä. Se motivoi lukemaan, lieventää esiintymispelkoa ja kohottaa itsetuntoa sekä mahdollistaa toisenlaisen tavan oppia. Sekä kirjastot että opettajat kokivat lukukoiratoiminnan tarpeelliseksi yhteistyömuodoksi. (Pitkänen 2014, 40.)

5 POHDINTA

Luonnon arvostus on lisääntymässä ja yhteiskunnan arvot muuttumassa luonnonläheisiksi niin ilmastonmuutoskeskustelun vaikutuksesta kuin lisääntyvän luonnon hyvinvointia ja terveyttä edistävän tutkimustiedon myötä. Yhä useamman yrityksen brändissä näkyy ympäristöajattelu tai ainakin sana ”green”. Tulevaisuuden työntekijät ja yrittäjät, joita ammatillisessa oppilaitoksessa kasvaa, tulevat työskentelemään, tarjoamaan palveluita ja auttamaan asiakkaita

niin eläin- kuin luontolähtöisestikin. Sosiaali- ja terveystieteiden perustutkinnossa (lähihoitaja) luonnon ja ympäristön hyödyntäminen ja eläinavusteiset menetelmät asiakkaan ohjaamisessa löytyvät jo tutkinnon perusteista. Myös matkailualan, kasvatustieteiden ja ohjausalan tai yrittäjyyden koulutuksissa opiskeleville eläinavusteisen ja luontolähtöisten työtapojen käyttäminen voi kuulua tulevaan ammattiin ja työtehtäviin. Oppilaitoksessa toteutettava eläinavusteinen toiminta voi siis olla opiskelijoille mahdollisuus päästä omakohtaisesti kokemaan asiakkaan näkökulmasta tulevaisuuden työtapoja sen lisäksi, että koirat voivat lisätä opiskelijoiden hyvinvointia oppimisympäristössä. Koulutusorganisaatiolle eläinavusteinen toiminta voi olla osa sen arvoja ja ympäristöajattelua sekä keino erottautua muista vastaavista organisaatioista ja lisätä kiinnostusta niin opiskelemaan kuin opetustehtäviinkin hakeutuvien keskuudessa.

Oppilaitoksessa koira-avusteinen työskentely voisi olla sekä eläinavusteista toimintaa (AAA) että eläinavusteista opetusta (AAP). Opettajan oma, tehtävään soveltuva koira voi työskennellä opettajan työparina tämän opetusryhmässä. Koira ja ohjaaja voivat työskennellä yhdessä myös toisen opettajan opetusta ja ryhmätoimintaa tukemassa. Koira voisi olla hyödyksi myös ohjauksen ympäristöissä esimerkiksi erityisopettajan tai kuraattorin työtä tukemassa. Koira tai koirat voisi olla mukava näky toivottamassa uusia opiskelijoita tervetulleiksi opiskelemaan tai tervehtimässä aamulla saapuvia opiskelijoita ja henkilökuntaa oppilaitoksen aulassa. Vapaamuotoiset koiratapaamiset, joissa voi olla paikalla useampikin koulukoira, ja johon opiskelijat voivat tulla niitä tapaamaan, voisi olla yksi toimintamuoto. Tällainen toiminta on ollut suosittua myös Jyväskylän yliopiston Knowhau-toiminnassa.

Opiskelun aloittaminen uudessa oppilaitoksessa ja uudessa ryhmässä on tärkeä ja jännittäväkin tilanne. Uuden koulutuksen ja opiskelijaryhmän alkutaipaleeseen kuuluu myös ryhmän muotoutuminen, ryhmäytyminen, joka on erittäin tärkeää ryhmän toimintakyvylle ja sen jäsenten hyvinvoinnille ja turvallisuuden tunteelle. Koiran avustuksella on mahdollista fasilitoida ryhmäytymistä, sillä koiran on huomattu vapauttavan ja keventävän ilmapiiriä, synnyttävän sosiaalista vuorovaikutusta ja keskustelua sekä luovan turvallisuuden tunnetta. Koira olisikin opettajalle hyvä työpari ryhmäytymisessä. Se voisi olla mukana niin

oppilaitoksen tiloissa kuin sen ulkopuolella esim. metsäretkellä tukemassa toiminnallista ryhmäytymistä. Mielekästä voisi olla myös toiminta, jossa opiskelijaryhmällä olisi oma ”kummikoira”, joka voisi kulkea ryhmän mukana ja tukea omalta osaltaan ryhmäprosessia ja sosiaalisen luottamuksen vahvistumista opintojen aikana.

Amis-työ hankkeen loppuraportissa (2015) korostetaan sosiaalisen luottamuksen merkitystä oppilaitoksissa näin: ”Sosiaalista luottamusta voidaan nimittää myös sosiaalseksi pääomaksi, yhteisöllisyydeksi tai osallisuudeksi. Keskeistä on kokemus, että minulla on väliä muillekin ja että minun kannattaa toimia muiden kanssa. ... Eräs yhteiskuntapoliittisesti järkevä paikka sosiaalisen luottamuksen vahvistamiseen ovat koulut ja oppilaitokset. Nuoret viettävät kouluissa runsaasti aikaa, ja koulutyö on valmiiksi rakentunut ryhmien varaan. Sosiaalisia valmiuksia on kuitenkin opeteltava ja harjoiteltava kuten kaikkea muutakin koulussa opeteltavaa. Yksilötasolla sosiaalisen luottamuksen vahvistamisesta hyötyvät kaikki. Terveyttä tehdään hyvillä ryhmillä, niissä syntyvillä sosiaalisilla valmiuksilla sekä niiden tuottamalla sosiaalisella luottamuksella. Nämä eivät kuitenkaan synny itsestään, vaan ne täytyy opettaa jokaiselle sukupolvelle uudestaan etenkin, kun maailma ympärillä muuttuu kiihtyvällä vauhdilla.” (Heinonen, Lindén & Poikonen 2015, 60 – 61.)

Edellisissä luvuissa esiin tulleet hyödyt koira-avusteisesta opetuksesta olisivat kaikki tervetulleita myös ammatillisessa koulutuksessa. ”Jään murtamisen” sosiaalisissa tilanteissa huomasin tapahtuvan jo silloin, kun koirani oli pentuna käymässä työpaikalla. Tämä tapahtui niin työntekijöiden kesken kuin opiskelijoiden kesken oppilaitoksen käytävällä tai luokissa, joissa vierailimme. Pelkkä koiran läsnäolo mahdollisti vuorovaikutuksen ja keskustelun ihmisten välillä, joilla muuten ei olisi ollut tilanteessa syytä kohdata toisiaan. Näissä hetkissä toteutui myös mahdollisuus kieltä opiskeleville käyttää suomen kieltä erilaisessa tilanteessa. Maahanmuuttajataustaiset opiskelijat voivat olla myös haaste koiran käyttämiselle oppilaitoksessa, sillä joissain kulttuureissa koira ei ole niin hyväksytty eläin kuin meillä. Toisaalta se voi olla opiskelijoille hyvä mahdollisuus kotoutua myös tästä näkökulmasta. Suomen kieltä opiskelevat

voisivat hyötyä myös lukukoiran kanssa työskentelystä. Samoin siitä voisi olla apua opiskelijoille, joilla on lukivaikeus tai muita oppimisen haasteita. Keskitymisen tukea tarvitaan myös ammatillisessa oppilaitoksessa. Ryhmät ovat usein heterogeenisiä, ja myös erityisen tuen ja ohjauksen tarvetta on. Koira voisi oppilaitoksessa työskennellä esimerkiksi avoimissa ohjauksen ja tuen palveluissa. Koira voisi myös olla mukana rentouttamassa ja purkamassa stressiä opiskelijalle jännittävässä tilanteessa kuten esityksen pitämisessä tai tenttitilanteessa. Nuoremmille opiskelijoille ja mikä ettei vähän vanhemmillekin koulukoira voi olla juuri se tarvittava motivoiva tekijä saapua kouluun sen sijaan, että jäisi pois oppitunneilta.

LÄHTEET

Ahonen, L. 2013. Koirat kasvun ja kehityksen tukena koulussa. Teoksessa K. Ikäheimo (toim.) Karvaterapiaa – Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Solution Models House.

Anima ry. 2020. Eläinavusteinen työ. Määritelmiä. <https://www.animary.fi/elainavusteinen-tyo/maaritelmiä/>.

Green Care Finland. 2020. Eläinavusteiset menetelmät. <https://www.gcfinland.fi/green-care-/menetelmat/elainavusteiset-menetelmat/>

Halme, I. (toim.) 2018. Amis 2018 -tutkimus: Mitä kuuluu, ammattiin opiskeleva? Suomen Opiskelija-Allianssi – OSKU ry. Lahti: Painotalo Plus Digital Oy. https://www.amistutkimus.fi/wp-content/uploads/amis-2018-sisasivut-aukeamittain-painoon_korjattu.pdf.

Halme, K. 2016. Koira kouluavustajana – eläinavusteinen pedagogiikka kouluympäristössä. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/118273/elainavusteinen%20pedagoiikka.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Hatakka, T. & Nyberg, R. 2009. Turvallinen oppimisympäristö ammatillisessa koulutuksessa. Ammatillinen opettajakorkeakoulu. Opettajankoulutuksen kehittämishanke. http://sakury.fi/tiedostopankki/80-Hyvinvointiverkko/02%20Verkkojulkaisuja/HATAKKA_ja_NYBERG_Turvallinen_oppimisymparisto_ammattillisessa_koulutuksessa.pdf

Heinonen, L., Lindén, M. & Poikonen, K. (toim.) 2015. Amis hyvin, kaikki hyvin. Pori: Brand ID Oy. http://www.ehyt.fi/sites/default/files/AMIShyvinKAIKKI-hyvin_verkko.pdf.

Ikäheimo, K. 2015. Eläinavusteisen työskentelyn määritelmiä ja termejä. Teoksessa K. Ikäheimo (toim.) Karvaterapiaa – Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Solution Models House.

Jyväskylän yliopisto 2020. Monikielisen akateemisen viestinnän keskus Movi. Kehittämistyö. Luku- ja kaverikoirat opetuksessa. <https://movi.jyu.fi/kehittamistyö/knowhau>.

Kennelliitto 2020. Koirat. Lukukoirat. <https://www.kennelliitto.fi/koirat/lukukoirat>.

Keteliini 2020. Eläinavusteisuudesta. <http://www.keteliini.fi/index.php?page=tietoa-aat-stae>.

Koirat kasvatus- ja kuntoutustyössä ry. 2020. <http://www.kasvatus-kuntoutus-koirat.fi/kkktry> .

Korpi, A. & Rautio, S. 2020. Koira-avusteisuus työmenetelmänä aikuissosiaalityön ryhmätoiminnassa, Itsetuntemuksen vahvistaminen ja voimaantumista tukevien olosuhteiden luominen. Sosionomi AMK. Opinnäytetyö. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/315656/Korpi_Rautio.pdf?sequence=2&isAllowed=y .

Luoto, H. 2015. Resilienssi on ihmismielen iskunvaimennin – Kuinka ammattiin opiskelijat voivat? Teoksessa L. Heinonen, M. Lindén & K. Poikonen (toim.) Amis hyvin, kaikki hyvin. Pori: Brand ID Oy. http://www.ehyt.fi/sites/default/files/AMIShyvinKAIKKIhyvin_verkko.pdf.

Opetushallitus. 2020. Koulutus ja tutkinnot. Aikuisten maahanmuuttajien kotoutumiskoulutus. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/aikuisten-maahanmuuttajien-kotoutumiskoulutus>.

Opetushallitus. 2020. Koulutus ja tutkinnot. Psykykinen turvallisuus. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/psykykinen-turvallisuus>.

Opetushallitus. 2004. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet. Vammala: Vammalan kirjapaino Oy.

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2020. Vastuualueet. Ammatillinen koulutus. <https://minedu.fi/amatillinen-koulutus>.

Opintopolku. 2020. Ammatillinen koulutus. <https://opintopolku.fi/wp/amatillinen-koulutus/>.

Pitkänen, P. 2014. BÖRJE, HILMA, SYLVI JA MONI MUU - Lukukoirat yleisissä kirjastoissa. Turun ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/79249/Pitkainen_Paula.pdf?sequence=1&isAllowed=y.