



ELÄINAVUSTEINEN VALMENTAJA

KUN SYDÄN KÄSKEE MATKALLA ELÄINAVUSTEISEKSI VALMENTAJAKSI

Rosa Kemppainen

Opinnäytetyö

Eläinavusteinen valmentaja

2021

1	JOHDANTO.....	1
2	SEIKKAILUN ALKAMISESTA.....	2
2.1	Kääpälän hevostytöstä	2
2.2	Eläinten voimasta	4
2.3	Kymin Osakeyhtiön 100-vuotissäätiöstä.....	5
3	ELÄINAVUSTEISEN VALMENTAJAN KOULUTUKSESTA	7
3.1	Ihmisistä ja muista eläimistä.....	7
3.2	Rakusta.....	8
3.3	Hevosista.....	10
3.4	Luennoista.....	12
4	RATKAISUISTA.....	16
4.1	Sosionomikoulutuksesta.....	16
4.2	Irtisanoutumisesta.....	16
5	TULEVAISUUDEN UNELMISTA.....	18
5.1	Yrittäjyydestä.....	18
5.2	Lisäopiskeluista.....	18
6	LOPUKSI.....	20
	LÄHTEET	21

1 JOHDANTO

Vielä vuosi sitten en tiennyt, mihin suuntaan mennä työelämäni suhteen. Ainut, mitä tiesin, oli se, että tahdon jollain tapaa tehdä työtä eläinten kanssa vielä jonain päivänä. Parasta olisi, jos se työ tapahtuisi luonnon keskellä. Niemelä kuvaa (2019, 22) miten ihmisen fyysistä ja psyykkistä hyvinvointia edistää tutkitusti luontoympäristö sekä luonnossa oleskelu. Tämän allekirjoitan myös omien kokemuksieni kautta.

Olen kokenut itse niin uskomattomia, puhdistavia ja terapeuttisia hetkiä eläinten kanssa ja nämä kokemukset ovat vaikuttaneet omaan elämäntavotukseen aivan valtavasti. Jo viisitoista vuotta sitten minulla heräsi ensimmäisen kerran ajatus, että voisinko tarjota tällaisia kokemuksia myös muille.

En tiennyt mihin minun pitäisi mennä saadakseni toteuttaa itseäni näin. Kaverikoiratoiminta ei tuntunut siltä oikealta tieltä, sillä aiemmat koirani kärsivät kordinvaihhtajina huonoista kokemuksista ihmisten seurassa. Kerroin toiveistani sekä haaveistani aina avoimesti eri tilanteissa ja se kannatti. Vihdoin löytyi ihminen, joka osasi kertoa juuri eläinavusteisen valmentajan työtehtävistä. Tutkin asiaa ja se alkoi tuntua mahdollisuudelta. Sain monesta suunnasta vahvistusta ja kannustusta siihen, että tämä ala olisi kuin minulle tehty. Silloin tein päätökseni ja ilmoittauduin Alfa Partners Oy:n tarjoamaan koulutukseen Kymenlaakson kesäyliopiston kautta.

Tämä on kertomukseni vasta alkaneesta matkastani kohti unelmieni työtä, joka on ihmisten auttamista yhdessä eläinten kanssa. Millainen on minun alkumatkani kohti eläinavusteisen valmentajan tehtäviä, kun pohjalla ei ole minkäänlaista ammatillista koulutusta sosiaaalialalta?

2 SEIKKAILUN ALKAMISESTA

Olen muutaman viime vuoden aikana alkanut käyttää sanaa seikkailu pienimistäkin reissuista esimerkiksi yhdessä perheen kanssa. Tämän sanan aiheuttama mielle yhtymä muodostaa matkasta heti paljon jännittävämmän ja merkityksellisemmän. Ja jos jokin, niin tämä matka se vasta seikkailu onkin.

2.1 Kääpälän hevostytöstä

Olen kotoisin Kääpälästä, pienestä kylästä vanhan Valkealan, nykyisen Kouvolan kunnasta. Tätä nykyä asun taas samoilla kulmilla, melkein naapurikylässä. Eläimet ovat aina kuuluneet isona osana elämääni. Kotona meillä oli koira, kissoja sekä akvaariokaloja. Hevosharrastuksen aloitin samaan aikaan ensimmäisen luokan kanssa. Unelma lemmikkirotistakin toteutui myöhemmin.

Lapsuudenkodin koiramme Tessu oli elämäni ensimmäinen koira. Se oli valtavan äkkipikainen ja aggressiivinenkin sekarotuinen, jota me veljeni kanssa välillä jopa pelkäsimme. Tessun kyseenalaisista piirteistä huolimatta koirainnoston eli vahvana, ja mieheni kanssa muuttaessamme yhteen asumaan koira oli heti hankintalistalla.

Kaikki aikaisemmat koiramme, saksanpaimenkoirat Tiina ja Kia, sekä englantinspringerspanieli Vilma olivat kodinvaihtajia. Tiina oli vähän liian kovalla kädellä koulutettu, arka ja epävarma koira, josta vuosien mittaan tuli ehdottomasti yksi rakkaimmista koskaan vastaan tulleista eläimistä. Vilma oli jo useamman kodin läpikäynyt, pahoinpidelty, aggressiivinen ja pahojen allergioiden takia kuuroutunut koira, josta tuli loppujen lopuksi onnellinen sohvapaperuna. Kia on ollut tähän mennessä haastavin tapaus. Se oli äärimmäisen vilkas saksanpaimenkoira, joka vietti ensimmäiset puolitoista vuotta kokonaan sisätiloissa edellisellä omistajallaan ja täysin vailla koulutusta. Kiasta ei koskaan tullut niin sanottua normaalia koira, mutta hyvä ja meidän perheeseemme sopiva. Kaikkien näiden koirien poismeno on ollut musertavaa aikaa elämässä.

Nykyinen koiramme, sileäkarvainennoutaja Raku, onkin ensimmäinen koira, jonka olemme ottaneet pentuna. Hänen työnsä on olla metsästyskoirana, lenkkeilykaverina sekä ystävänä kaikille perheenjäsenillemme. Rakun kanssa samaa mustaa värimaailmaa turkissa jakaa myös kissamme Myy.

Hevosetkin seurasivat mukamani tiiviisti pitkin elämää, ja kun 20 vuotta harrastusta oli takana, sain vihdoin ensimmäisen oman hevoseni.

Oma hevoseni, hopeanruunikko islanninhevonen Klinton frá Akureyri, käänsi ajatusmaailmani lopullisesti toiseen kulmaan. Jatkuvien vastoinkäymisten ja toisistaan riippumattomien sairasteluiden myötä se aina tärkeimmässä osassa ollut ratsastus sai lopullisesti jäädä. Ymmärsin pelkän läsnäolon sekä läheisyyden voiman. Tutustuin maastakäsittelyyn ja pehmeämpiin hevostaitoihin, eikä paluuta vanhaan enää ole. Klintonin jälkeen en ole vielä hankkinut uutta hevosta. Kun sen aika koittaa, en osta hevosta enää ensisijaisesti ratsumiksi vaan ystäväksi.

2.2 Eläinten voimasta

Vuosien mittaan kohdalleni on osunut useita hetkiä, jolloin eläimen läheisyys on näyttänyt voimansa. Omalla kohdallani voin tätä nykyä sanoa, että elämä ilman eläimiä, varsinkin koiria, on kovin surullista. Oman hevoseni ja edellisen koiramme menetykset kietoutuivat samaan vaiheeseen kolmen lähisukulaiseni menetyksen kanssa. Koti oli pelottavan tyhjä, huolimatta meidän nelihenkisestä perheestämme. Pikkuhiljaa ja huomaamatta aloin masentua. Täysi pysähdys tulikin pari vuotta sitten, kun puolen vuoden unettomuus sekä käsittelemättömät surut puski väkisin pintaan.

On onnea, että on ystäviä ja ystävillä hevosia, joita saa lainata. Hevosharrastaminen auttoi yli pahimman ajan. Hevosten läheisyys, niiden uskomaton energia, lämpö ja viisaus vaikuttavat minuun voimaa antavasti. Talliympäristö itsessään on myös kovin voimaannuttava. Kuten Fagerström (2019, 131) kuvailee, tallilla saa jokainen olla oma itsensä, vailla minkäänlaisia rooleja. Lopullisesti ilo ja onnellisuus taas löytyivät, kun pelkästään aloimme suunnittelemaan uuden koiran hankintaa.



Ihmiset, eläimet, kivet kasvavat lähestyessään ja tulevat suunnattoman suuriksi, kun ne ovat aivan lähelläni. Minä en tee niin. Pysyn aina yhtä suurena missä lienenkin. (Koskenniemi 1992). Raku tuli taloon 2019 ja lumosi meidät kaikki.

Eläinten avulla yhteys toiseen ihmiseen syntyy niin kovin helposti. Varsinkin hevostalleilla olen huomannut tämän useasti. Yhtenä esimerkkinä voisin kertoa, miten kävin ratsastamassa vuosia sitten kovin aran, totisen ja hiljaisen teinitytön kanssa. Hänellä oli kommunikaatio-ongelmia äiti-puolensa kanssa sekä huolia muun perheensä kanssa. Siinä hevosia harjoitessamme aloimme pikkuhiljaa keskustelemaan hevosista ja ratsastuksesta. Ratsastuslenkillä näin työssä ensimmäisiä ilonpilkahduksia reippaiden laukkapätkien jälkeen. Kävimme muutaman kerran viikossa yhdessä ratsastamassa. Päivien mittaan tyttö alkoi puhua minulle enemmän ja tuli

myös se päivä, kun hän harjauksen lomassa kertoi, miten vaikeaa kotona on. Ei minusta ollut neuvoja antamaan, mutta olin kuuntelijana. En usko, että olisin saanut sellaista yhteyttä ja luottamusta luotua ilman hevosten läsnäoloa. Tyttö kasvoi ja muutti opiskelemaan toiselle paikkakunnalle. Toivon, että minusta oli apua hänen matkallaan.

Tällaiset tapahtumat jäivät mieleeni ja nousivat sieltä aina silloin tällöin esille yhdessä sen ajatuksen kanssa, että voisiko jotain sellaista tehdä työkseen? Elämä vei pukuompelijaksi ja astman pakottaessa vaihtamaan suunnitelmia kaivoin ajatuksen taas esille. Yritin etsiä tietoa ja koulutusmahdollisuuksia, mutta vauva-arki ja lopulta uusi työ vei mennessään.

Uudelleen ajatus ihmisten auttamisesta yhdessä eläinten kanssa nousi esille, kun aloin kärsiä työtä haittaavista nivelongelmista. Kerroin unelmistani eräässä illanvietossa ja kuuntelijoiden joukossa olikin juuri eläinavusteisen valmentajan koulutusta läpikäyvä tuttu. Hänen kauttaan sain vihdoinkin kaipaamaani tietoa ja suuntaa. Hänen kannustuksensa ja mielipiteensä siitä, että tämä ala olisi juuri minua varten, sai minut innostumaan asiasta lopullisesti.

Tutkiessani koulutussisältöä heräsi innostus, mutta myös huoli. Olisiko minusta tähän ihan oikeasti? Olemaan tekemisissä eri tavoin rikkiäisten ihmisten kanssa? Toki lähipiirissäni on ihmisiä, jotka ovat kärsineet tai kärsivät edelleen mielenterveydellisistä ongelmista. Osalla mukana on vahvasti myös päihitteet. Nämä asiat eivät ole muuttaneet heitä minun silmissäni, enkä minä koe, ettenkö pärjäisi heidän kanssaan. Päädyin siihen, että aloitan koulutuksen. Olihan se tarkoitettu myös vapaaehtoistoimintaa ajatellen. Siitä olisi minulle hyötyä, jos pääsisin joskus vaikka kaverikoira-toimintaan mukaan. Ajattelin myös, että näin monipuolisesti alaa esittelevän koulutuksen jälkeen kyllä tietäisin, onko minusta siihen vai ei.

2.3 Kymin Osakeyhtiön 100-vuotissäätiöstä

Suurin huolenaiheeni oli kuitenkin raha. Perheemme rahatilanne on ollut pitkään todella heikko ja koulutuksen hinta tuntui jäävän esteeksi. Onneksi lähi-suvustani löytyy ihmisiä, jotka lupautuivat auttamaan, jos en saa summaa maksettua. Tästä huojentuneena uskaltauduin tekemään ilmoittautumisen, vaikka tulevat maksut niin kovin pelottivatkin.

Samaa koulutusta käynyt tuttuni riensi taas tietämättään pelastavaksi enkeliksi. Hän antoi vinkin hakea tukea Kymin Osakeyhtiön 100-vuotissäätiöltä apurahaa. Olin kyllä kuullut apurahasta, mutta luulin sen koskevan vain kouluja tai seuroja. Minulle tuli yllätyksenä, että yksityishenkilö voi hakea sieltä apurahaa koulutuksia ja harrastuksia varten. Laitoin hakemuksen apurahasta koko summalle ajatellen, että voinhan minä yrittää. Ilo olikin ylimmillään, kun tuli tieto, että sain 1000 euron avustuksen koulutukselleni. Nyt ei ollut enää mitään syytä olla aloittamatta matkaa.

3 ELÄINAVUSTEISEN VALMENTAJAN KOULUTUKSESTA

Mitä eläinavusteinen valmentaja tekee? Se on ollut ensimmäinen kysymys melkein kaikilla, jotka ovat opiskeluistani kuulleet. Vastaukseni on aina todella laaja, mutta niin on myös se kenttä, missä eläinavusteista työtä tehdään.

Sosiaali- ja terveydenhuollossa sekä kasvatusalalla käytetään laajalti eläimiä, varsinkin koiria ja hevosia, apuna kasvatukseen. Eläimiä voi käyttää joko ammattimaisesti tai vapaaehtoiseen eläinavusteiseen työhön. Toimintaterapeutit sekä fysioterapeutit käyttävät eläimiä apunaan, kun he hoitavat tai kuntouttavat lapsia, nuoria, vanhuksia tai eri tavoin kehitysvammaisia. Varsinkin koira on suosittu tavallisilla koululuokilla, erityisluokilla, autististen sekä kehitysvammaisten parissa. Koiria työskentelee myös erilaisissa sosiaalitoimen laitoksissa. Monenlaiset eläimet ovat tärkeitä kumppaneita sijaisperheissä, lastenkodeissa ja perhekodeissa. Hoitolaitoksissa ja vanhainkodeissa koirat ovat ystävänä sekä innostajia liikkumiseen. Muistisairaant saavat koirista apua ja niitä on mukana myös mielenterveyskuntoutujien ryhmissä. Eläinten kanssa työskentelyyn löytyy paljon mahdollisuuksia, joissa hymy ja iloisuus leviävät herkästi. (Ikäheimo 2015, 7–8.)

3.1 Ihmisistä ja muista eläimistä

Eija Wagerin lähiluento 21.12.2020 Mäntsälässä oli yksi vaikuttavimmista kokemuksistani koulun aikana. Wager on upea, lämmin persoona ja hänen kertomuksiaan voisi kuunnella loputtomiin. Erityisen koskettava oli kertomus Wagerin koiran ja Alzheimeria sairastavan naisen välillä. Koira oli saanut hetkeksi naisen takaisin tähän maailmaan ja vielä puhumaan. Nainen oli kehunut koiraa kauniiksi ennekuin taas katosi omaan maailmaansa. Tämä kertomus kiteyttää itselleni sen valtavan voiman, mikä eläimessä on.

Luennon aihe, ihminen ja muut eläimet, antoi jo itsessään paljon ajateltavaa. Kuka onkaan ensimmäisen kerran keksinyt erottaa ihmisen näin vahvasti eläimestä? Antropologisten sekä arkeologisten todisteiden mukaan varhaiset metsästäjä-keräilijät eivät nähneet ihmisten ja muiden eläinten välillä minkäänlaista kuilua (Tukiainen 2018, 195). Useiden alkuperäiskansojen uskomuksissa eläimet ovat meidän esi-isiamme ja olemme polveutuneet niistä.

Tukiaisen (2018) mukaan sana eläin on johdos ikivanhasta elää-verbistä, tarkoittaen eläjää ja elävää olentoa. Tämän sanajohdoksen mukaan ihminenkin on siis eläin. Wagerin luennolla tuli vahvasti esille se, ettei eläintä käytetä välineenä eläinavusteiseen valmennukseen, vaan eläimen kanssa ollaan vahvassa vuorovaikutuksessa oleva työpari.

Wager luennoi myös ihmisen alkukantaisista tavoista. Hän kertoi siitä, miten ihminen asettuu mielellään selkä seinää vasten, ettei joutuisi yllätetyksi. Piiri-muodostelmakin juontaa juurensa siitä, miten nuotion ympärillä istuessa jokainen on voinut tarkkailla toinen toisensa selän taakse vaarojen varalta. Wager toi esille myös sen seikan, että ihminen on laumaeläin, jolla on elintärkeä tarve ryhmäytyä. Eläinmaailmassa laumasta erottaminen tarkoittaa yleensä varmaa kuolemaa. Tässä valossa tarkasteltuna koulukiusatun eristäminen ryhmästä on kuin kuolemantuomio.

Wagerin luennolla ymmärsin myös, miten valtavan suuri vastuu eläinavusteisella valmentajalla on asiakkaasta. Eläimen läsnäolo voi nostaa asiakkaalla pintaan vaikeita ja voimakkaita tunteita. Tapaamisen jälkeen asiakkaan on oltava emotionaalisesti turvassa. Ennen kuin voin harkitakaan tekeväni tätä työkseni, minun on opittava tuntemaan itseni sekä työparini mahdollisimman hyvin. Asiakkaan kanssa läsnä on myös kaikki se, mitä minä olen, tiedostamattanikin. En voi teeskennellä asiakastilanteessa. Hauraiden ihmisten kanssa pienimmätkin eleet ja ilmeet voivat olla ratkaisevia.

3.2 Rakusta

Luulin, ettei yli-innokkaasta koirastani Rakusta olisi koskaan eläinavusteiseen työhön. Tanja Paasosen (2020) luento ensimmäisenä lähipäivänämme muutti ajatuksiani. Ensimmäistä kertaa elämässäni minulla on ihmisiä rakastava koira, joka hakeutuu enemmän kuin mielellään ihmisten luo. Miksi en hyödyntäisi sitä?

Kaikessa viikkauudessaan koirasta on löytynyt monta lupaavaa merkkiä. Jos esimerkiksi käyn huomaamattani liikaa kierroksilla, koira rauhoittaa minut fyysisellä tyylillään nousemalla syliin. Olen monta kertaa huomannut

kolmekymmentäkiloinen, paikallaan makaava koira sylissäni, että minulla taisi mennä liian lujaa.

Lapsiemme ystävien ollessa kylässä Rakulla on tapana kulkea häntä heiluen jokaisen luona vuorollaan. Jos lapsi ei kiinnostu Rakusta, se jatkaa matkaa, mutta jos on tarvetta halaukselle ja märille pusuille, nekin onnistuvat.

Viime kesänä koiria arasteleva, ADHD-diagnosoitu poika oli kanssamme mökillä. Vauhti ja vaaralliset tilanteet vaihtuivat siihen, miten poika rauhallisesti ja väsymättä opetti Rakulle, miten antaa tassua. Oli mahtavaa nähdä, miten koira ja poika rauhoittivat toinen toisiaan. Raku oppi antamaan tassun ja poika sai olla ylpeä työnsä tuloksista.

Yllättävin hetki tapahtui kesken vaikeista aiheista keskustelun sukulaiseni kanssa. Raku nukkui vieressämme sikeästi, kunnes sukulaisnainen purskahti itkuun. Sillä sekunnilla Raku nousi ylös, laski päänsä hänen syliinsä ja jäi lohduttamaan.

Vaikka rauhallisiakin hetkiä löytyy, kaiken kaikkiaan Rakulla on vielä aivan liikaa virtaa asiakastoimintaa varten. Tämä näkyi ja kuului myös Mäntsälässä 12.9.2020. Raku haukkui vimmaisesti koko päivän, koska ei päässyt muiden koirien tai ihmisten luo. Kontaktin saaminen oli vaikeaa ja kontaktin pitäminen yllä vielä vaikeampaa. Positiivisina asioina mainittakoon, ettei sateenvarjon aukaisu tai pyörätuoli aiheuttaneet Rakussa pelokasta käytöstä. Saimme ohjeiksi harjoitella tervehtimään ihmisiä niin, että Raku käy vain koskettamassa kuonollaan vieraan kättä ja lähtee sen jälkeen kauemmas. Tätä olemmekin harjoitelleet ja se onnistuu silloin tällöin. Innokkuus vie vielä liikaa mukanaan.

Rakun päätyö on metsästyskoirana toimiminen ja siinä hän onkin kehittynyt jo aivan valtavasti. Ajatus ja unelma Rakusta eläinavusteisessa työssä kulkee myös vahvana rinnalla. Ei koskaan voi tietää, vaikka vastaan tulisi ihminen, joka löytäisi juuri Rakun kanssa sen tarvitsemansa yhteyden.



Raku mukana Mäntsälässä.

3.3 Hevosista

Aino Koivukunnas ja luento hevosavusteisesta toiminnasta lukeutuu yhdeksi suureksi, käännteentekeväksi tapahtumaksi matkani varrella. Onnekseni pääsin osallistumaan opiskelujeni aikana kahdelle Koivukunnaksen luennolle, lähipäivänä sekä etänä.

Koivukunnaksen (2020) luento nosti esille monia omia virheitäni, joita olen tehnyt hevosten kanssa. Muistelin surullisena kertoja, jolloin olen tulkinut hevosen käytöksen täysin väärin. Minut on kasvatettu hevosmaailmassa siihen uskoon, että hevoselle pitää näyttää, kuka on johtaja. Hevosta on rangaistu rai-palla, kovalla pohkeella, aina vain kovemalla kuolaimella ja huudolla. Omat pelkotilat hevosten kanssa olivat täysin sopimattomia tunteita. Jos pelkäsin jossain tilanteessa, olin huono ratsastaja, jolle naurettiin ratsastuksenopettajan johdolla. Olen onnellinen siitä, että nyt tiedän paremmin.

Oma hevoseni muutti jo osaltaan radikaalisti ajatuksiani. Toki useasti luulin sen kiukuttelevan ja uhittelevan, vaikka se yritti ainoastaan kertoa minulle, miten paljon sitä sattuu. Hevosen selkäkipujen takia tipuin muutaman kerran todella pahasti ennekuin ymmärsin, mistä tilanne johtuu. Yhtäkkiset pystyyn nousemiset lenkillä tai puremat kavioita putsatessa eivät olleetkaan tahallaan

ilkeää käytöstä. Hevonen yritti kertoa, että sitä sattuu. Käytöksen syynä ollut kaviokuume löytyi vasta, kun hevosen liikkuminen alkoi olla hankalaa. Koivukunnaksen ajatus siitä, että hevosen kuiskausta täytyy kuunnella tarkasti, ettei sen tarvitse huutaa, tulee säilymään ohjenuoranani koko loppuelämäni ajan. Sydäntäni raastaa se ajatus, miten kovaa ja tuskissaan oma hevoseni huusi, enkä kuitenkaan sitä kuullut.

Hevoseni sai vapautuksen ratsun työstä ja loppuelämänsä ajan se toimi silloin tällöin kärryhevosena, käsihevosena kävelylenkeillä, kaverina sienimetsällä sekä henkilökohtaisena terapiahevosena ja ystävänäni. Ympäristön paine tehdä hevosen kanssa jotakin niin sanotusti järkevää, kuten esimerkiksi ratsastaa, on todellakin valtava. Tästäkin keskusteltiin luennolla. Hevonen on aivan tyytyväinen ilman ratsastuslenkejäkin. Oli mahtavaa saada vahvistusta Koivukunnaksen luennolla siitä, että olin osannut myös toimia oikein oman hevoseni kanssa. Kivusta sulkeutunut hevonen muuttui ajan mittaan iloiseksi, pirteäksi ja mielellään lenkille lähteväksi.

Suurin paine ja ahdistus hevosharrastamisesta hävisi sillä hetkellä, kun vihdoin tunnustin itselleni, etten enää pahojen putoamisieni jälkeen uskalla ratsastaa omalla hevosellani. Olin kasvanut siihen uskoon, ettei koskaan saa pelätä ja että pelko on heikkouden merkki. Sillä hetkellä, kun tunnustin asian, heikkous muuttuikin vahvuudeksi.



Minä ja Klinton onnellisina vailla tekemisen pakkoa vuonna 2016. Aino Koivukunnaksen luennolla ymmärsin taas paremmin, miten valtavan suuri lahja Klinton olikaan.

Ratsastus on muutenkin jäänyt toissijaiseksi asiaksi nykyään. Oman hevosen hankkimisessa tärkeintä ei enää olekaan ratsastettavuus vaan se, miten me tulemme toimeen kaikessa muussa käsittelyssä ja toiminnassa. Ratsastan nykyään vain sellaisilla hevosilla, joiden kanssa on hyvä ja varma tunne. Uskallan sanoa, jos en halua mennä jonkun hevosen selkään ja olen siitä onnellinen. Koivukunnaksen luennoilta sain valtavasti varmuutta siihen, että olen täysin oikealla tiellä.

3.4 Luennoista

Edellä mainitsemani luennot olivat niitä suurimpia ja käänteentekeviä tapahtumia koulutuksen aikana. Olen kuitenkin saanut jokaisesta luentopäivästä aivan valtavasti eväitä matkalleni!

Jo ensimmäisenä lähiopetuspäivänä 6.6.2020 Tanja Paasosen lause, miten koira saa olla koira, oli paljon silmiä avaava. Toivoin, että olisipa joku kertonut minulle näitä samoja asioita jo 15 vuotta aiemmin. Olisin säästynyt monilta it-sesyytöksiltä ja vaatimuksilta. Koiran ei tarvitse osua mihinkään tiettyyn muotiin. Jos se ei tule toimeen joidenkin koirien kanssa niin sitten ei tule. Koira saa olla koira.

Eläinavusteinen työ ei enää tuntunutkaan niin vaikealta toteuttaa Paasosen luennon jälkeen. Ehdin jo miettiä pääni puhki, että mitä ihmettä asiakkaiden kanssa osaan tehdä. Asiakkaat eivät tarvitse sirkustemppeja kohtaamisen aikana, välillä pelkkä yhdessäolokin eläimen kanssa on enemmän kuin tarpeeksi.

Tein ennen ensimmäistä lähipäivää tehtävän, jossa piti reflektoida Antti S. Mattilan kirja, Näkökulman vaihtamisen taito. En osannut odottaa sitä, miten paljon kirja antoi minulle! Olen sukurasitteena perinyt tavan viljellä huumoria keskustelujen keskelle ystävien ja tuntemattomienkin kanssa. Välillä olen kokenut sen huonoksi tavakseni, mutta kirja opetti, että huumori on myös yksi äärettömän tehokas selviytymiskeino. Mattila toteaaakin (2006), miten huumori on yksi parhaista tavoista harjoittaa omaa kykyään uudelleenmäärittelyyn. Aion pitää huumorin mukana elämässäni ja tulevassa työssäni vahvasti läsnä.

22.8.2020 saimme viettää aivan mahtavan loppukesän päivän Kymenlaakson kesäyliopistolla Kotkassa. Hanna Paatero järjesti meille toiminnallisen päivän, jossa pääsimme kirjoittamaan, piirtämään, maalaamaan ja muotoilemaan savea. Aluksi heittäytyminen tehtäviin tuntui haastavalta, mutta kun vain päästi luovuutensa valloilleen, päivästä tuli hyvinkin antoisa. Tehtävät lähensivät meitä ryhmänä ja saimme aikaiseksi valtavan syvällisiä keskusteluja. Itkimme ja nauroimme paljon. Pelkkä äkkiä keksitty tarina tai jostain mieleen tullut piirros saattavat sisältää yllättävän paljon syvällisempiä merkityksiä, mitä alkuun ymmärsikään. Tulen varmasti käyttämään tarinankerrontaa ja kuvataidetta eläinavusteisen valmennuksen tukena.

Odotin kovasti päivää Loviisassa, Katriina Mähösen Villitarhassa 10.10.2020. Onneksemme, koronasta huolimatta, saimme nauttia näistä muutamista lähipäivistä!

Villitarhassa meitä odottivat alpakat sekä kanat. Alpakka on eläimenä minulle aivan vieras ja koko päivä olikin todellista uuden oppimista. Oli upeaa tutustua Katriina Mähösen tapaan harjoittaa eläinavusteista toimintaa. Se riittää, kun vain olemme alpakoiden lähellä ja tunnustelemme niiden energiaa. Teimme Villitarhassa tietoisien läsnäolon harjoituksia, jotka pysäyttivät ja rauhoittivat nauttimaan hetkestä. Pullakahvit ulkona, kuulaassa syysilmassa tekivät päivästä yhden tunnelmallisimmista.



Villitarhan upeita asukkaita.

Alpakat osoittautuivat valtavan herkiksi eläimiksi, jotka ovat maailmalla todella väärinymmärrettyjä. Mähönen oikaisi meille monia vääriä käsityksiä. Alpakka ei ole koskettelueläin, eikä ne kosketa edes toisiaan. Silti niitä käytetään monessa paikassa asiakkaiden silittelyä varten. Pelkotilassa alpukka kangistuu kauhusta. Olen itsekin nähnyt jossain tapahtumassa, miten alpukka makkaa keskellä aitaustaan ja olen luullut sen vain rauhassa

lepäilevän. Tosiasiassa alpakka on ollut äärimmäisen peloissaan. Mähönen kertoi myös, miten alpakan pieni koko mahdollistaa monet väärinkäytökset ja pakottamiset eri tilanteisiin. Vaikka alpakka ei olekaan perinteinen eläinavusteinen eläin, jota ihmiset pääsevät koskettamaan, se sopii silti täydellisesti tehtäväänsä. Mähönen kertoi, miten kaikki ihmiset eivät pidäkään siitä, että eläin tulee aivan lähelle. Pelkkä alpakoiden seuraaminen omassa puuhissaan laskee stressitasoa ja lisää ihmisten hyvinvoinnin tunnetta. Utelioiden alpakoiden kohtaaminen ovat monille ihmisille suorastaan elämys. Tätä se oli myös minulle.

16.1.2021 Tommi Wessman piti meille Kymenlaakson kesäyliopistolla Kotkassa luennon kehotietoisuudesta eläinavusteisessa valmennuksessa.

Kehotietoisuus on toki sanana tuttu, mutta kehotietoisuuden harjoittaminen on vierasta. Wessmanin luennolla ymmärsin, miten tärkeää kehotietoisuus on eläinavusteisen valmentaja kannalta. Valmentajan on hyvä tunnistaa asiakkaansa kehonkieli ja olotila, pitää olla herkkä aistimaan millainen olo asiakkaalla on. Myös työssä mukana olevan eläimen havainnointi on äärimmäisen tärkeää. Valmentajan on ymmärrettävä, milloin eläimen on saatava poistua tilanteesta. Wessmanin luento harjoituksineen oli oikein hyvän mielen päivä! Saimme taas nauraa ihan naurujoogaharjoituksenkin merkeissä. Rauhoittuminen oman kehon viestien kuuntelemiseen tulee jäämään minulle toivottavasti ihan päivittäiseen käyttöön.

Toisella luennollaan etänä 7.2.2021 Wessman kertoi eläinavusteisen valmentajan työstä käytännön tasolla. Saimme tärkeitä, konkreettisia esimerkkejä asiakkaiden saamiseksi, työtavoista ja työn hinnoittelusta.

4 RATKAISUISTA

4.1 Sosionomikoulutuksesta

Huhtikuussa 2020 ainut toiveeni oli, että vuoden päästä tietäisin edes vähän, mitä mahdollisesti alkaisin opiskella. En voinut uskoa, että uusi suunta löytyisi jo ennen vuoden loppua. Pikkuhiljaa esille noussut ajatus sosionomin ammattista alkoi kiinnostaa enemmän ja enemmän. Sosionomin kolme ja puoli vuotta kestävän koulutuksen aikana saisin kattavat eväät matkalleni.

Opintosuunnitelmaani Tanja Paasosen kanssa läpikäydessämme mietimme myös tulevaisuuttani ja totesimme sosionomin ammatin olevan monipuolinen pohja sosiaalialalle. Sain rohkeutta ilmoittautua yhteishakuun ja muutaman kuukauden perehtyminen valintakokeen alueisiin tuotti tulosta ja sain opiskelupaikan.

4.2 Irtisanoutumisesta

Tarkoitus oli käydä koulua töiden ohella, niin, että olisin tehnyt koulun lähipäiviin kuluvia tunteja takaisin esimerkiksi viikonlopputöiden tai tuplavuorojen muodossa. Nivelkipujen kanssa ajatus tuntui kyllä absurdilta. Työterveyslääkärini ehdotti, jos hakisin uudelleen koulutustukea vakuutusyhtiö Ilmarisen kautta. Hain tukea taas ajatuksella, että kannattaa yrittää. Tein tarkan selonteon työnteostani ja kipujen vaikutuksesta siihen. Lääkäri lähetti todistuksensa suoraan Ilmariselle. Vain puolitoista viikkoa myöhemmin sain myönteisen päätöksen. Uskon jo olemassa olleen opiskelupaikan olleen päätökseen vahvasti vaikuttava syy.

Olisin saanut mahdollisuuden jäädä palkattomalle virkavapaalle edellisestä työstäni, mutta koska tarkoitukseni on löytää kokonaan uusi työ uudella alalla, päätin irtisanoutua. Tämä päätös vaati rohkeutta, mutta onneksi uskalsin.

Tammikuussa 2021 aloitin opiskeluni monimuotona Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulussa, Mikkelin kampuksella. Koen mielenterveys- ja päihde-työn kutsuvan minua tällä hetkellä eniten. Olen jo valinnut niihin sekä kriisityöhön ja vammaistyöhön liittyviä lisäopintoja. Mikkelissä on myös upea

mahdollisuus ottaa valinnaisiksi opinnoiksi luontolähtöisen työn perusteet. Sitä mahdollisuutta en jätä käyttämättä. Uudelleen kouluttautumistukeksi ansiosta saan nyt keskittyä täysin pelkästään opiskeluun. Harjoitteluihini yritän etsiä eläin- ja luontolähtöisiä paikkoja, jotka antaisivat eväitä kohti tulevaa.

En usko, että olisin uskaltanut lähteä opiskelemaan, tai edes hakea kouluttautumaan, sosionomiksi ilman tätä eläinavusteisen valmentajan koulutusta. Tämä koulutus antoi minulle sen rohkeuden mitä tarvitsin, jotta pystyin tekemään ratkaisuja elämäni suunnasta.

5 TULEVAISUUDEN UNELMISTA

Näen mielessäni ison talon metsän keskellä, parhaimmillaan järven rannalla. Isot majoitustilat mahdollistaisivat ryhmävierailut, leirikoulut tai jopa jonkinlaisen tuetun asumisen. Pihassa olisi myös muutama pihatto suurilla laitumilla ja metsätarhoilla varustettuina. Pihatoissa elelisi ainakin hevosia. Pihapiiristä löytyisi lisäksi kanoja, ankoja, koiria ja kissoja. Sisätiloja ilahduttaisivat lemmikkirotat. Heti talon ympäriltä lähtevät, vanhat kuusimetsät toimisivat näyttämönä kaikenlaiselle toiminnalle asiakkaiden kanssa. Unelmissani tekisimme pieniä retkiä metsään eläimet mukamme. Hevoset näyttelisivät suurta roolia työssäni yhdessä ihmisten kanssa.

Valtava kiinnostukseni kansanperinteisiin, mytologiaan sekä henkimaailmaan saisi näkyä tulevaisuudessani vahvasti. Jos saisin yhdistettyä nuo elementit yhteen eläinavusteisen valmennuksen sekä luontolähtöisen työn kanssa, olisin täysin unelmatyössäni.

5.1 Yrittäjyydestä

Edellä kuvailemani unelma ei ole mitenkään muuten mahdollinen, kuin yrittäjyyden kautta. Mitään ruusuista kuvaa minulla ei yrittäjyydestä ole. Yrittäjän arkea vierestä seuranneena olen nähnyt ne onnistumiset, mutta myös ne karikat, joihin koko yritys voi upota. Tämänhetkinen tilanne ympäri maailman ei myöskään kannusta yrittäjyyteen. Koronakriisi on aiheuttanut pelon myös Suomen kansantalouden romahtamisesta, yrittäjien konkurssiaallosta, työttömyydestä ja paljon pahemmasta lamakaudesta kuin 1990-luvulla (Turunen, R. 2020, 1). Onneksi yrittäjyys ei ole vielä ajankohtaista. Ehdin hyvin seurata, mihin suuntaan maailma muuttuu ennen kuin olen perustamassa yritystä.

5.2 Lisäopiskeluista

Eläinavusteisen valmentajan koulutuksen ollessa loppusuoralla tuli mahdollisuus ilmoittautua muuntokoulutukseen. Sen suoritettuani minusta tulisi eläinavusteinen ratkaisukeskeinen neuropsykiatrinen valmentaja. Koulutus antaisi mahdollisuuden toimia ratkaisukeskeisenä neuropsykiatrisena valmentajana. Tuuli Paltemaan upea luento ratkaisukeskeisyyden perusteista 13.6.2020

herätti suuren kiinnostuksen aiheeseen. Paltemaan mukanaolo koulutuksen toisena vastuukouluttajana varmisti sen, että ilmoittauduin mukaan.

Vaikka sosionomiopintoni ovatkin vasta alussa, mielessäni itää jo ajatuksia jatko-opiskelujen suhteen. Terapeutin ammattinimikkeellä asiakkaiden saaminen Kelan tuen kautta olisi mahdollisesti helpompaa. Aika näyttää, onko se sitten toimintaterapiaa tai ratkaisukeskeistä terapiaa vai jotain ihan muuta. Menen sitä kohti, mikä hyvältä tuntuu.

6 LOPUKSI

Olen saanut itse eläinavusteisen valmentajan koulutuksesta aivan valtavasti voimavaroja tulevaan. Pelkästään koulutuksen kautta läpikäydyt aiheet ovat auttaneet aukomaan monia solmuja myös oman mieleni sisällä. Korona-aika teki omat haasteensa opiskeluun, mutta en usko, että jäin mistään paitsi. Kaikki hoitui upeasti!

Opiskelujeni alussa alan sopivuus juuri minulle oli täysi arvoitus. Mitään ei voinut sanoa varmaksi, kun pohjalla ei ollut ollenkaan kokemusta sosiaalialalta. Arvelin saavani vastauksen vuoden mittaan.

Koulutuksen alussa asiakastyö tuntui jopa hieman pelottavalta. Olen aina ollut asiakaspalvelutyössä, mutta tällä alalla ihmisten kohtaamisessa on jotain niin paljon suurempaa ja vastuullisempaa. Sitä mukaan, kun koulutus eteni ja sain lisää tietoa, myös mielenkiinto eläinavusteista työtä kohti on kasvanut lisää. Koen vahvasti, etten olisi ollut tähän työhön henkisesti valmis vielä kaksikymmentävuotiaana. Tarvitsin hieman elämäkokemusta pohjalle, että voisin käsitellä niitä rankkojakin asioita, joiden kanssa ihmiset joutuvat painimaan.

Vielä muutama kuukausi sitten koin, että minun olisi vastuutonta aloittaa asiakastyö nyt. Koin, etten olisi lähellekään valmis. Opiskeluni sosionomiksi ovat kestäneet vasta vähän aikaa, mutta ne ovat jo ehtineet muuttamaan ajatustani. Olen valmis kohtaamaan ihmisiä. Yhteinen sävel löytyy varmasti juuri oikeiden ihmisten kanssa ja oikealla tavalla. Yritän mahdollisuuksien mukaan löytää työharjoitteluun paikkoja, jossa pääsisin mukaan eläinavusteiseen toimintaan.

Vuoden mittaan olen ymmärtänyt, että olen oikealla tiellä. Vuosien ajan tuntui, etten löydä millään sitä minun omaa alaani. Kun sitten löysin eläinavusteisen valmentajan koulutuksen, palaset loksativat kohdalleen aivan valtavalla vauhdilla. Tämä on se minunalani, oma tieni, jota sydän kääkee kulkemaan.

LÄHTEET

- Fagerström, N. 2019. Hevosavusteinen psykoterapia ratkaisukeskeisessä viitekehyksessä. Teoksessa Ylilauri, M. & Yli-Viikari, A. (toim.) Kohti luonnollista hyvinvointia. Näkökulmia luontoperustaisen toiminnan kehittämiseen. 112–134.
- Ikäheimo, K. 2015. Eläimen ja ihmisen suhde. Teoksessa Ikäheimo, K. (toim.) Karvaterapiaa – Eläinavusteinen työskentely Suomessa. 5–9.
- Koivukunnas, A. 2020. Hevonen eläinavusteisessa työssä. Mäntsälä 16.8.2020. Luento.
- Koivukunnas, A. 2021. Hevonen eläinavusteisessa työssä. 7.2.2021. Verkko-luento.
- Koskenniemi, V. A. 1992. Vaeltava viisaus. 16. painos. Helsinki: WSOY.
- Mattila, A. S. 2006. Näkökulman vaihtamisen taito. Helsinki: WSOY.
- Mähönen, K. 2020. Alpakat ja kanat eläinavusteisessa työssä. Loviisa 10.10.2020. Luento.
- Niemelä, M. 2019. Luonto puhuttelee ihmisen sielua. Teoksessa Ylilauri, M. & Yli-Viikari, A. (toim.) Kohti luonnollista hyvinvointia. Näkökulmia luontoperustaisen toiminnan kehittämiseen. Vaasa: Vaasan yliopisto, 22–28.
- Paasonen, T. 2020. Koira eläinavusteisessa työssä. Mäntsälä 6.6.2020. Luento.
- Paasonen, T. 2020. Käytännön koulutus koirille. Mäntsälä 12.9.2020. Luento.
- Paatero, H. 2020. Kuva, tarina ja eläin. Kotka 22.8.2020. Luento.
- Paltemaa, T. 2020. Ratkaisukeskeisyyden perusteet. 13.6.2020. Etäluento.
- Tukiainen, M. & Frey, M. 2018. Pohjolan voimaeläimet. Jyväskylä: Tuuma.
- Turunen, R. Muuttaako koronakriisi asennetta konkurssiin? WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://jyx.jyu/bitstream/handle/123456789/68982/Muuttaako%2520koronakriisi%2520asennetta%2520konkurssiin%2520%25E2%2580%2594%2520Humanistis-yhteiskuntatieteellinen%2520tiedekunta.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [viitattu 3.2.2021].

Wager, E. 2020. Ihminen ja muut eläimet. Mäntsälä 21.11.2020. Luento.

Wessman, T. 2021. Kehotietoisuus eläinavusteisessa valmennuksessa. Kotka 16.1.2021. Luento.

Wessman, T. 2021. Hevonen eläinavusteisessa työssä. 7.2.2021. Etäluento.