



Kaikenkarvaiset ystäväni

MITÄ?

Eläinavusteinen interventio on kattokäsite, jolla tarkoitetaan eläimen, esimerkiksi koiran kanssa toteutettavaa suunnitelmallista ja tavoitteellista toimintaa.

Interventioihin osallistuu työntekijöiden ohella eläinavusteisiin menetelmiin soveltuvaksi todettu ja koulutettu eläin sekä ohjaaja. Eläinavusteisen toiminnan puitteissa tehdään tavoitteellisia käyntejä ja vierailuja.

Eläinavusteista toimintaa toteutetaan usein vapaaehtoistyönä, jolloin on tärkeää, että eläimen ohjaaja ymmärtää intervention tarkoituksen asiakkaan kannalta ja osaa ohjata eläintä vuorovaikutustilanteissa.

MIKSI?

Eläimen ja ihmisen välisen vuorovaikutuksen vaikutukset ilmenevät psyykkisellä, fyysisellä, sosiaalisella ja tunteiden tasolla. Eläimen ja ihmisen välinen vuorovaikutus vaikuttaa yleisesti stressiä lieventävästi ja sosiaalisuutta lisäävästi.

Ihmisen ymmärrys oman mielen ja kehon välisestä suhteesta syvenee, kun herkkävaistoinen eläin reagoi ihmisen käyttäytymiseen ja tunteisiin. Eläimet tuovat mielihyvää ja yhdistävät ihmisiä.

Tavoitteena voi olla esim. työntekijän hyvinvoinnin lisääminen, motivaation parantaminen, sosiaalisen kanssakäymisen edistäminen ja empatian vahvistaminen.

Tutkimusten mukaan hyvin lyhyetkin yksittäiset vuorovaikutustilanteet esimerkiksi koiran kanssa voivat alentaa stressiä ja kohentaa mielialaa jopa pelkkää ihmiskontaktia tehokkaammin. Harjoitteet eläimen kanssa voivat edistää keskittymiskykyä, lisätä turvallisuuden tunnetta ja luottamusta sekä lievittää jännitystä sosiaalisissa tilanteissa. Pitkällä aikavälillä vastustuskyky voi parantua ja työpoissaolot vähentyä.

MITEN?

Hankkeessa tarjottiin mahdollisuus koira-avusteiseen toimintaan kahden viikon aikana 20 min / viikossa.

Intervention tuloksia seurattiin kyselyin.

"Ihan mukava piristys päivään. Itseasiassa mainio 😊"

"Hauska kohokohta!"