



Hevostoiminnalla hyvinvointia ja oppimista perusopetuksessa

Erityisluokat tarjoavat tukea tarvitseville oppilaille pienemmän ryhmän ja yksilöllisempiä ratkaisuja, sekä oppimista ja hyvinvointia tukevia interventio-ohjelmia. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet (2014) kannustaa kehittämään koulun ulkopuolelle monipuolisia oppimisympäristöjä. Tässä tutkimuksessa talliympäristö toimi koulun ulkopuolisena informaalina oppimisympäristönä. Seuraavassa raportoin oppilaiden hyvinvointiin liittyviä tuloksia heidän osallistuttua yhteen kolmesta interventio-ohjelmasta: sosiaalipedagoginen hevostoiminta (EASE), Aggression Replacement Training® (ART) ja yhteistoiminnallinen matematiikka (MATH) tuloksia.

Teksti Ritva Mickelsson

Tutkimuksessani toteutin kolme interventiota ryhmätoimintana, koska ryhmäytymisen vahvistaminen ja yhteisöllisyyden kokemus edistävät itseohjautuvuusteorian (Ryan & Deci, 2000) mukaan osallistujan kiinnostusta sekä yhteyttä pysyviin arvoihin. Huomioiden itseohjautuvuusteorian kolmen keskeisen psykologisen perustarpeen – kyvykkyys, yhteisöllisyys ja autonomia – vaikutuksen motivaation kehittymiselle ei ole sattumaa, että ne on kirjattu Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteisiin (Opetushallitus, 2014). Kaikki kolme interventio-ohjelmaa sisälsivät yhteistyökäytäntöjä harjoittaen ryhmäytötä, vuorovaikutusta ja sosiaalisia taitoja.

Oppimis- ja tunne-elämän vaikeudet, heikko itsetunto sekä epäonnistumiset altistavat oppilaita erilaisille riskitekijöille kuten esimerkiksi syrjäytymiselle. Erityisen tuen tarve voi jopa vaikuttaa kielteisesti oppilaan opiskelumotivaatioon ja koulumenestykseen. Nämä oppilaat voivat hyötyä harjoituksesta, jotka sisältävät keinoja haasteista selviytymiseen, esim. merkityksellisiä ja käyttökelpoisia tehtäviä, jotka sisältävät mahdollisuuksia onnistua yhteistyössä ja ei-akateemisessa toiminnassa. Oppilaiden tunne-elämän kehittymistä on tuettu tutkimuksiin perustuen hevostoiminnalla kriittisessä nuoruusiässä (Trotter ym., 2008; Ewing ym., 2007).

Yksilön yhteistoiminnallista käyttäytymistä voidaan tukea tarjoamalla hänelle mahdollisuuksia omiin valintoihin. Oppimisen, onnistumisen, osallisuuden ja yhteisöön kuulumisen tunteen mahdollistamiseksi ja elämänlaadun parantamiseksi interventio-ohjelmien on

tarjottava osallistujille mahdollisuuksia tehdä omia valintoja. Tämä kannustaa-kin kouluja luomaan oppimisympäristöjä, jotka harjoittavat muun muassa seuraavia taitoja: valitseminen, ongelmanratkaisu, suunnittelu, tavoitteiden asettaminen, itsensä johtaminen ja itsetuntemuksen lisääminen. Näiden taitojen myötä oppilaat ovat valmiimpia tekemään itsenäisempiä ratkaisuja sekä koulussa että omassa elämässään. Tämän lisäksi psykologisten perustarpeiden, etenkin autonomian, toteuttaminen mahdollistaa sisäisen motivaation ennustuen parempaa koulumenestystä. Myös opettajat ovat työhönsä sitoutuneita, tyytyväisempiä ja motivoituneempia, jos heillä on kokemus, että he voivat tehdä omia ratkaisuja ja valintoja työssään. Nämä opettajat todennäköisimmin toteuttavat myös oppilaiden omia valintoja mahdollistavaa eli autonomista lähestymistapaa oppimisessa. Opettajien mahdollistamalla autonomian tunteella on todettu olevan vahvempi yhteys oppilaan akateemiseen suoriutumiseen kuin vanhempien tarjoamalla autonomialla. Mielekkään perustelun ja valinnanmahdollisuuden tarjoaminen on tärkeä osa autonomian tukea edistäen sitoutumista ja sisäistä motivaatiota. (Ryan & Deci, 2017.) Tämän vuoksi tutkimuksessa toteutetuissa interventioissa oppilaille oli mahdollisuus tehdä valintoja, mm. valita sillä hetkellä sopivalta tuntuva tehtävä, tai tehdä päätös, osallistuuko toimintaan vai seuraako vieressä.

Humane education on Yhdysvalloissa kehitetty väkivaltaa ehkäisevä ja vähentävä opetusmenetelmä, jossa oppilaiden empatiakykyä pyritään vahvistamaan kohtelemalla eläimiä lempeästi, koska



Kuvituskuva: Unsplash.

eläinten huonon kohtelun ja väkivaltaisen käyttäytymisen välillä on havaittu vahva positiivinen korrelaatio (Arbour ym., 2009). Samalla, kun oppiaineissa käsitellään eläinaiheita (esim. eläintarinoita tai hoidetaan eläimiä), tuetaan inhimillisyyttä ja positiivisia luontevahvuuksia. Suomessa eläinavusteinen oppiminen on vielä alkutaipaleella, vaikka monissa kouluissa koira toimiikin jo oheiskasvattajana. Opettajien kiinnostus ja tutkimuksen osoittama hyöty koirien työskentelystä kouluissa on ollut niin laajaa, että Opetushallitus on laatinut ohjeistuksen oppilaitoksille koira-avusteisesta toiminnasta. Tästä linjauksesta huolimatta kuntien näkemykset eläinavusteisen oppimisen mahdollistamisesta kouluissa vaihtelevat suuresti. Koira on siis jo koulussa, mihin tarvitaan hevosta? Hevosen ominaisuudet tekevät siitä ainutlaatuisen opettajan: se kiinnittää huomiota ja vetää puoleensa, se on suuri ja voimakas. Hevosen selässä istuessaan oppilas kokee olevansa muiden yläpuolella, jopa niiden aikuisten yläpuolella, jotka ohjaavat ja määräävät oppilaan toiminnasta.

Tällä voi olla vaikutusta oppilaan itsetuntoon ja -arvostukseen. Oppilas tarvitsee ja oppii taitoja hevosen kanssa toimimiseen: rauhoittuminen tilanteeseen, kommunikointi keholla sekä huomion kiinnittäminen hevoseen ja sen tarpeisiin. Tutkimuksissa on todettu, että ihmisen ja hevosen välille voi muodostua läheinen sidos, mikä mahdollistaa luottamuksen, kunnioituksen, itsevarmuuden ja itsehillinnän. Hevonen suhtautuu ja sopeutuu uteliaasti uusiin ihmisiin, vaikka se saaliseläimenä kiinnittää tarkasti huomiota ympäristön yksityiskohtiin. Hevonen on myös laumaeläin, jonka ainoa selviytymiskeino on luoda kiinteät sosiaaliset suhteen lauman muihin jäseniin. Hevonen toimii peilinä ihmisen tunteille ja antaa välitöntä palautetta. Se asettaa rajat käyttäytymiselle. Hevosen kommunikaatio perustuu ensisijaisesti kehonkieleen, joten hevosen kanssa työskentely tarjoaa kokemuksia sanattomasta viestinnästä. Vaikka hevosen kommunikaatio on monimutkaista, tutkimuksissa on havaittu ihmisten ymmärtävän hevosten eleiden merkitystä, ja

vastaavasti hevoset ovat ymmärtäneet ihmisen kehonkieltä. Hevosella on kyky käyttää kommunikaatiossa sosiaalisia ja emotionaalisia viestejä, joita ihminen voi ymmärtää. Voidaankin puhua kinesteettisestä empatiasta, joka voi syntyä sanattomassa vuorovaikutuksessa hevosen ja ihmisen välillä.

Menetelmät

Tutkimukseen osallistui 60 kolmas- ja seitsemäsluokkalaista, jotka opiskelivat alueellisissa erityisluokissa. Viisi erityisluokkaa seitsemästä osallistui kahdeksan kertaa kerran viikossa toteutettuun ryhmätoimintaan, kaksi ryhmää, 3. lk ja 7. lk, olivat vertailuryhminä. Sosiaalipedagoginen hevostoiminta (EASE) toimi informaalisena oppimisena hevosten kanssa toteutettavine harjoituksineen. Aggression Replacement Training® (ART) on kognitiiviseen käyttäytymisterapiaan pohjautuva ryhmämuotoinen interventio, jolla tavoiteltiin sosiaalisten taitojen kehittymistä ja aggression hallintaa. Yhteistoiminnallinen matematiikka (MATH) tarjosi oppilaille tavan toimia yhdessä matemaattisten ja ongelmanratkaisutehtävien parissa. Tutkimuksen päämittarina oli ASEBA ja sen rinnalla neljä muuta mittaria aggressiivisuudesta, empatiasta, hallinnan tunteesta ja yksinäisyyden kokemuksesta. Oppilaat täyttivät kyselylomakkeet ennen toiminnan alkamista ja heti jakson päätyttyä. Kaksi vertailuryhmää täytti lomakkeet samassa syklissä kevätlukukaudella 2010 kuin ART- ja MATH-ryhmät; EASE-interventio toteutettiin aiemmin eli keväällä 2009.

Tulokset

Muodostettaessa interventio-ohjelmiin (EASE, ART tai MATH) osallistuneista oppilaista yksi ryhmä havaittiin työllä vahvempi sisäisen hallinnan tunne ja pojilla vähemmän vetäytyneisyyttä, psykosomaattisia oireita, tarkkaavuuden ongelmia, aggressiivista käyttäytymistä sekä uhmakasta sääntöjä rikkovaa käyttäytymistä intervention jälkeen. Huolimatta siitä, että kaikki interventio-ohjelmat sisälsivät yhteistoiminnallisia harjoitteita, oppilaiden yksinäisyyden tunteessa ei havaittu muutosta interventiojakson jälkeen.

Kaikista ryhmistä ei saatu dataa kaikilta mittauskerroilta tai kaikista mittareista. Puuttuvan tiedon vuoksi interventioiden vaikutusta oppilaiden hyvinvointiin raportoitiin analysoimalla kunkin intervention (EASE, ART, MATH ja TAU) ja ryhmän omia tuloksia sen sijaan, että tuloksia olisi verrattu interventioiden ja ryhmien välillä (taulukko 1 ja taulukko 2, s. 42). Hevostoimintaan (EASE) osallistuneilla havaittiin muita ryhmiä enemmän hyvinvoinnin paranemista. Huolimatta siitä, että kontrolliryhmän (TAU) oppilaat eivät saaneet periodin aikana mitään erityistä toimintaa, myös heidän hyvinvoinnissaan havaittiin positiivisia muutoksia. Tätä tulosta voi selittää sellainen opettajan toiminta, joka parantaa oppilaiden sosiaalisia taitoja lisäten esimerkiksi oppilaiden empatiakykyä.

Pohdintaa

Koulun tehtävänä on muutakin kuin tarjota opetusta: koulu luo puitteet oppilaan kasvulle ja kehitykselle. Oppilaiden psykologiset perustarpeet (ky-

	EASE					ART*			MATH*			TAU				
	kaikki	pojat	tytöt	3.lk	7.lk	7.lk	pojat	tytöt	7.lk	pojat	tytöt	kaikki	pojat	tytöt	3.lk	7.lk
sisäistynyt oireilu																
vetäytyminen		+														
psykosomaattiset oireet		+														
ahdistuneisuus/masentuneisuus																
ajattelun häiriöt						+						+				
sosiaaliset ongelmat		+														
keskittymisvaikeudet	+	+			+											
ulkoistunut oireilu																
aggressiivinen käyttäytyminen		+														
uhmakkuus							+									

*Tähän mittaukseen osallistuivat vain 7. luokan oppilaat

Taulukko 1. ASEBA-mittarin tulokset eri interventio-ohjelmissä. Positiivinen (+) merkki tarkoittaa, että hyvinvointi lisääntyi ja negatiivinen (-) merkki tarkoittaa, että hyvinvointi heikkeni alkumittauksesta loppumittaukseen.

	EASE					ART					MATH *			TAU				
	kaikki	pojat	tytöt	3.lk	7.lk	kaikki	pojat	tytöt	3.lk	7.lk	7.lk	pojat	tytöt	kaikki	pojat	tytöt	3.lk	7.lk
aggressiivisuus																		
suuttumus																		
vihamielisyyttä																		
fysinen aggressiivisuus																		
verbaalinen aggressiivisuus																		+
empatia																		
haaveilu														+				+
näkökulman ottaminen																		
huolehtiminen																		
hallinnan tunne																		
ulkoinen																		
sisäinen		-																
yksinäisyys												-						

* MATH-ohjelmaan osallistui vain 7. luokka

Taulukko 2. Rinnakkaismittarien tulokset eri interventio-ohjelmissä. Positiivinen (+) merkki tarkoittaa, että hyvinvointi lisääntyi ja negatiivinen (-) merkki tarkoittaa, että hyvinvointi heikkeni alkumittauksessa loppumittaukseen.

vykkyyden tunne, yhteisöllisyyden kokemus ja autonomian tunne) täytävä koulukulttuuri tukee oppilaiden hyvinvointia ja motivaatiota (Ryan & Deci, 2017). Hevostoimintaan osallistuneet ryhmät olivat muita ryhmiä sitoutuneempia toimintaan. Itseohjautuvuusteorian mukaisesti oppilaat saivat valita, missä vaiheessa he osallistuivat toimintaan vai seurasivatko sivusta. Osalla motivaatio saattoi olla ulkoista (tallipäivänä oppilaat ”pääsivät” pois koululta), mutta osa saattoi kokea sisäisempää motivaatiota, koska he ilmaisivat haluavansa jatkaa hevostoimintaa vapaa-ajalla. Nämä oppilaat olivat myös

aktiivisimpia hevostoiminnassa.

Hevostoimintaintervention muistiinpanot tukivat aiempia tutkimuksia, joissa oli havaittu hevostoiminnan kannustavan oppimiseen (Hart, 2000). Tuloksissa hevostoimintaan osallistuneilla oppilailla keskittymiskyky oli parempi intervention jälkeen. Ensimmäisellä toimintakerralla oli käyty läpi turvallisuuskohdat sekä hevosen tapa kommunikoida. Oppilaiden oli toimittava rauhallisesti, keskityttävä ja kiinnitettävä huomiota hevosen kehon viesteihin, koska saaliseläimenä hevonen reagoi nopeasti ympäristön ärsy-

keisiin. Alussa oppilaat olivat varsin jännittyneitä hevosten parissa, mutta kiinnittivät huomiota hevosten käyttäytymiseen ja yrittivät tulkita, mitä kukin hevonen kertoi heille kehonkiellessään. Oppilaat myös muistuttivat toisiaan toimimaan maltillisesti, jotta hevoset pysyisivät rauhallisina. Yhteistoiminnallisuus oli ratkaisevaa hevostoimintatehtävissä onnistumisessa, mikä saattaa selittää sen, että poikien aggressiivisuus ja sosiaaliset ongelmat vähentyivät intervention jälkeen. Tätä tulosta vahvistivat myös muistiinpanot. Sen sijaan poikien sisäisen hallinnan tunne väheni hevostoiminnan jälkeen. Pojat eivät aina huomanneet oman toimintansa vaikutusta hevosten käyttäytymiseen, joten he saattoivat yllättyä hevosen reagoinnista tai tuntea, etteivät voineet kontrolloida tapahtumia tai kokivat hevoset jopa arvaamattomiksi. Harjoituksissa oppilailla oli suunnitelma, jota he joutuivat muuttamaan, jos hevoset eivät toimineetkaan odotetulla tavalla.

Opettajan ja oppilaan välinen suhde on merkittävä oppilaan taitojen määrittelyssä eikä sen tärkeyttä oppilaan tulosten ennustajana voida liikaa korostaa (Holfve-Sabel, 2014; Rubie-Davies ym., 2010). Oppilaat tarvitsevat koulussa aikuisia, jotka saavat heidät tuntemaan itsensä näkyviksi. Opettajat voivat tukea sosiaalisten kontaktien syntymistä luokkahuoneissa rakentamalla osallistavia oppimisympäristöjä ja luottamuksellisia suhteita oppilaisiin. Hevostoiminnassa oppilaiden ja aikuisten vuorovaikutus oli aktiivista kaikkien toimiessa tehtävien onnistumiseksi. Talli tarjosi strukturoidun oppimisympäristön tukien läheisiä suhteita sekä tarjosi puitteet ennakoitavalle toiminnalle ja mahdollisuudelle tehdä valintoja. Informaali talliympäristössä tapahtuva oppiminen tarjoaa oivan mahdollisuuden lisätä oppilaiden välisiä sosiaalisia kontakteja tavallisesta opetuksesta poikkeavine oppimistilanteineen.

Teksti perustuu kirjoittajan väitöskirjaan:

Mickelsson, R. (2023). *Lessons Learned from Horses: Three Pedagogical Interventions Promoting Well-being of Students with Special Educational Needs*. Doctoral Thesis. University of Helsinki. <https://helda.helsinki.fi/handle/10138/352403>

Lähteet

Arbour, R., Signal, T. & Taylor, N. (2009). Teaching kindness: The promise of humane education. *Society and Animals* 17, 136–148. <https://10.1163/156853009X418073>

Ewing, C. A., MacDonald, P. M., Taylor, M. & Bowers, M. J. (2007). Equine-facilitated learning for youths with severe emotional disorders: A quantitative and qualitative study. *Child Youth Care Forum* 36, 59–72. <https://10.1007/s10566-006-9031-x>

Hart, L. A. (2000). Methods, standards, guidelines, and considerations in selecting animals for animal-assisted therapy. Teoksessa A. Fine, *Handbook on Animal-Assisted Therapy: Theoretical Foundations and Guidelines for Practice* (s. 81–114). Academic Press.

Holfve-Sabel, M.-A. (2014). Learning, interaction and relationships as components of student well-being: Differences between classes from student and teacher perspective. *Social Indicators Research* 119, 1535–1555. <https://10.1007/s11205-013-0557-7>

Opetushallitus. (2014). *Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014*. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/perusopetuksen-opetussuunnitelman-perusteet>

Rubie-Davies, C. M., Blatchford, P., Webster, R., Koutsoubou, M. & Bassett, P. (2010). Enhancing learning? A comparison of teacher and teaching assistant interactions with pupils, *School Effectiveness and School Improvement*, 21(4), 429–449. <https://doi.org/10.1080/09243453.2010.512800>

Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000). Self-Determination Theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-Being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/https://10.1037/110003-066X.55.1.68>

Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2017). *Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness*. Guilford Press.

Trotter, K., Chandler, C. K., Goodwin-Bond, D. & Casey, J. (2008). A comparative study of the efficacy of group equine assisted counseling with at-risk children and adolescents. *Journal of Creativity in Mental Health*, 3(3), 254–284. <https://10.1080/15401380802356880>



Kirjoittaja

Ritva Mickelsson (FT, KM, erityisluokanopettaja) toimii rehtorina Kaitaan koulussa Espoossa.

Kirjoittajan kuva: Milla Turunen.