

Lapsen tunteiden sekä sosiaalisten taitojen kehittymistä koirat edistävät kiistatta. Tätä mieltä on nyttemmin jo tiedemaailmakin.

## Koira on merkittävä terveyden edistäjä

**Tukholmassa valotettiin koiran merkitystä ihmisen terveydelle ja hyvinvoinnille kahden päivän ”En hund för livet”-seminaarissa lokakuussa 2005. Seminaarin oli järjestänyt Ruotsin Kennelliitto yhdessä ruotsalaisen Manimalis-nimisen järjestön kanssa. Seminaari oli menestys. Paikalla oli noin 150 henkilöä kumpanakin päivänä.**

Teksti **Kaija Unhola** Kuvat **Tapani Romppainen**

**S**eminaariin osallistujista puolet kertoi työskentelevänsä terveydenhoitoalalla, puolet koiraan liittyvissä tehtävissä, mukana oli pari kansanedustajaakin. Luennoitsijoista osa toimi terapiatyössä, jossa heillä on koira apuna. Seminaarissa esiteltiin myös tutkimuksia, joissa koiran sosioekonominen merkitys nousi voimakkaasti esiin.

Seminaarin vetäjä Ul-

la Björnehammar kertoi avuksessaan lyhyesti, että Manimalis-organisaation tarkoituksena on lisätä tietoutta siitä, miten suuri vaikutus lemmikkieläimillä on yksittäiselle ihmiselle ja yhteiskunnalle niin taloudellisesti, psykologisesti, fysiologisesti kuin sosiaalisestikin. Tutkimusraportissa on otettu mukaan koirien lisäksi kissat, hevoset, jyrjsijät, linnut ja kalat.

Björnehammar muistutti, että koiranomistajilla on koirattomia parempi stressinsietokyky. Hän myös kertoi Manimaliksen tutkimusraportin osoittavan, että avustajakoina kohentaa vammaisen fyysistä kuntoa rohkaimmalla tätä liikkumaan. Samalla kohoaa itsetunto. Lisäksi Björnehammar luetti tutkimuksesta käyvän ilmi, että eläimet aktivoivat lapsia ja ikääntyneitä, että lapset

kypsyvät nopeammin lemmikin omistavassa perheessä ja että liikunta on merkittävä motiivi ottaa koira.

- Päiväkoteihin ja vankiloihin pitäisi voida ottaa koiria töihin. Erilaisilla terapiakoirilla on suuri organisaatio Englannissa. Ruotsiin pitäisi myös luoda tällainen organisaatio. Terapiakoiraa ei kouluteta tehtävänsä vain hyvän ohjaajan avulla, vaan ohjaajan täytyy myös ymmär-



1990-luvun alussa kouluttaa koiria avustamaan vammaisia. Lisäksi Buttram hoiti asiantuntijoiden kanssa autistilapsia ja vieraili Alzheimer- ja dementiapotilaiden luona koiran kanssa.

Buttram kertoi eräästä 1,5-vuotiaasta italialaisesta lapsesta, joka oli otettu huostaan, koska vanhemmat eivät olleet pystyneet huolehtimaan hänestä. Lapsi pysyi istumaan, mutta ei liikunut ollenkaan eikä puhunut. Buttram osallistui kerran viikossa 50 minuutin ajan sessioon, jossa koiran ja ohjaajan lisäksi oli läsnä mm. lasten neuropsykiatri ja psykologi. Aluksi käytettiin rauhallista kultaistanoutajaa. Kun lapsi edistyi, hänen luonaan vieraili vilkkaampi koira, labradori.

Koiran avulla lapsi saatiin motivoitua liikuttamaan. Aluksi lapsi alkoi istuma-asennosta ryömiä, sitten seistä tuettuna ja lopulta kävellä ilman tukea. Huomattiin, että koiran lapsessa aikaan saama stimulaatio perustui erityisesti koiran koskettamiseen. Ja lapsen muuttuminen avoimemmaksi eteni niin, että hän etsi ensin kontaktia koiraan ja siirsi kontaktinoton vähitellen niihin aikuisiin, jotka olivat sessiossa läsnä.

Buttram on alkanut vierailla koiran kanssa myös Alzheimerpotilaiden luona. Näiden käyntien on huomattu muuttavan potilaiden käyttäytymistä. Koirakäynnillä heidän mielialansa ei vaihdellut enää yhtä voimakkaasti ja heidän sosiaalinen

kanssakäymisensä eneni. Potilaiden luona on vierailtu kahdesti viikossa 90 minuuttia kerrallaan.

### **Terrorismin uhreja kuntoutettiin koiran avulla**

Israelilainen lääkäri ja psykologi Alon Wasserman hoitaa vastaanotollaan potilaita, jotka ovat käyneet läpi traumaattisen kokemuksen. Israelissa terroristi-iskut ovat viime vuosina jälleen yleistyneet. Niiden kohteiksi joutuivat sekä lapset että aikuiset. Apuna tällaisia ihmisiä tera- poimassa Wassermanilla on oma, koulutettu koira.

- Terapian tarkoituksena on saada potilaat rentoutumaan. Koiran läsnäololla on tällainen vaikutus. Usein potilailla, jotka ovat joutuneet >>

**Tavallista kotikoiraakaan saatetaan pitää aivan hyödyttömänä. On kuitenkin huomattu, että ihmiset kommunikoivat keskenään enemmän niissä perheissä missä on koira.**

tää eläintä. Ja koiria ei saa käyttää työtehtävissä niiden oman hyvinvoinnin kustannuksella, Björnehammar korosti.

### **Koira lasten ja vanhusten terapeutteina**

Floridasta Italiaan muuttanut Debra Buttram oli Yhdysvalloissa kouluttautunut hoitamaan vammaisia ihmisiä. Italiassa hän sitten alkoi



➤ pommi-iskun tai ampu-  
mavälikohtauksen uhrik-  
si, tulee syyllisyyden tunne  
siitä, että he säilyivät hengis-  
sä vaikka toiset kuolivat. Yl-  
lättävää on ollut, että toiset  
pystyvät helpommin puhu-  
maan asiasta koiralle.

Wasserman korosti sitä,  
että terapeutin pitää itse pys-  
tyä kouluttamaan koira, jo-  
ta hän käyttää apuna vas-  
taanotolla. - Terapeutin pitää  
lisäksi kontrolloida koiran  
käyttäytymistä. On tärkeää,  
että terapeutti käyttää omaa  
koiraansa.

- Koira vastaa käyttäyty-  
misellään terapeuttavan tun-  
teenpurkauksiin, kuten itk-  
kuun, vihaan, maaniseen  
käytökseen tai iloon. Koi-  
ra voi osoittaa empatiaa esi-  
merkiksi laittamalla päänsä  
potilaan polvelle, jos tämä it-  
kee. Jos on vaara, että potilas  
solmii liian voimakkaan si-  
teen potilaaseen, vien koiran  
huoneesta pois.

### **Koiran avulla emotionaalisesti normaaliin tilaan**

Wasserman kertoi pari esi-  
merkkiä. Eräs potilas oli 6-  
vuotias poika, jonka isä oli  
kuollut auto-onnettomuu-  
dessa. Poika käyttäytyi ag-  
gressiivisesti vastaanotol-  
la. Terapeutin koiran läsnä-  
olo rauhoitti poikaa. Koira oli  
paikalla viidellä ensimmäi-  
sellä hoitokerralla. Viimeisel-  
lä koirahoitokerralla Wasser-  
man kertoi, ettei koira tule

## **Professori Kurt M. Kotrschal Itävallas- ta sanoi, että tavallisia kotikoiria pide- tään usein hyödyttöminä, mutta lisäksi, että niillä on paljon tärkeitä tehtäviä.**

enää. Hän pyysi poikaan ot-  
tamaan seuraavalla kerral-  
la isän kuvan mukaan. Näin  
voitiin ajatella, että kun koi-  
ran henki oli läsnä, samalla  
tavalla läsnä oli myös pojan  
isän henki. Näin poika pys-  
tyi käsittelemään isänsä kuo-  
lemaa.

Toinen potilas oli 50-vuo-  
tias mies, joka oli joutunut  
ampumavälikohtauksen kes-  
kelle. Hän oli toiminut täysin  
ulkopuolisena niin, että oli  
ampunut yhden terroristin.  
Kun mies tuli Wassermanin  
vastaanotolle, hän vain itki.  
Mies inhosi koiria, mutta sal-  
li kuitenkin terapeutin koiran  
läsnäolon. Koira pani päänsä  
miehen syliin, kun tämä it-  
ki. Mies alkoi sietää koiraa ja  
Wassermanin oli helpompi  
terapoida miestä, kun tämä  
kiinnitti huomionsa koiraan.  
Kahden vuoden terapian jäl-  
keen mies pääsi emotionaa-  
lisesti normaaliin tilaan ja  
pystyi palaamaan töihin.

Vankilanjohtajana toi-  
minut Ann Britt Grunewald  
käytti kahta englanninsprin-  
gerspanielia vankilatera-  
peutteina. Hän näki työssään  
kuinka moni aggressiivinen

vanki muuttui normaalis-  
ti käyttäytyväksi ihmiseksi,  
kun hän kohtasi koiran.

- Jos vankiloissa panos-  
tettaisiin koirien hoitoon,  
vangeilla olisi jotain tekemis-  
tä. Huomasin monesti työ-  
säni, että vaikeatkin asiat oli  
helppo sanoa ääneen koi-  
raa rapsutella, Grunewald  
kertoi.

### **Tavallista kotikoira pidetään hyödyttömänä**

Professori Kurt M. Kotrschal  
Itävallasta sanoi, että tavalli-  
sia kotikoiria pidetään usein  
hyödyttöminä, mutta lisä-  
si, että niillä on paljon tärkei-  
tä tehtäviä. - Ne esimerkik-  
si edistävät lapsen tunteiden,  
sosiaalisten ja kognitiivisten  
taitojen kehittymistä.

Kotrschal korostaa, et-  
tä tutkimus koiran merki-  
tyksestä yhteiskunnalle luo  
hyvän pohjan tuoda asioita  
esille. Kotikoiran hän näkee  
lisäävän perheen liikkumista,  
ja antaa koiralle "fitness co-  
ach" -tittelin. Hän lisää, että  
ihmiset kommunikoivat kes-  
kenään enemmän perheissä,  
joissa on koira.

Lisäksi Kotrschal on las-

kenut, mitä koira-alan liike-  
vaihto on Itävallassa. Hän on  
päässyt sellaiseen lukuun,  
että Itävallan noin 700000  
koiraa pyörittävät noin 600  
miljoonan euron liikevaihtoa.  
Tällainen luku viittaa sii-  
hen, että koira on merkittä-  
vä osa modernia yhteiskun-  
taa. Siksi professori Kotrschal  
näki mielellään, että koirat  
pääsisivät vapaasti kaikkial-  
le, esimerkiksi ravintoloihin.  
- Kaupungeissa koiranpito  
on erityisen tärkeää. Koiran  
käyttäytymistä pitää opettaa  
jo tarhoissa ja kouluissa.

Charlotte Sommerfeld  
liikkui seminaarissa kah-  
den koiransa kanssa, jois-  
ta labradori on 10-vuotias ja  
kultainenoutaja 3-vuotias.  
Charlotte on näkövammainen  
ja kuulovammainen. Hän on  
kouluttanut itselleen avusta-  
jakoiran ja kuulokoiran. Mo-  
lempia hän käyttää apunaan  
seminaarissakin. Sommer-  
feld sanoo painokkaasti, että  
koirat ovat mainioita teknisiä  
apuvälineitä.

Yksi avustajakoira ei mak-  
sa Ruotsissa sen saajalle mi-  
tään, mutta koulutetun avus-  
tajakoiran hinta on Sommer-  
feldin arvion mukaan noin  
20000-50000 Ruotsin kruunun  
verran. Ruotsin Kennelliitto  
laittaa kortensa kehoon avus-  
tajakoirien hankintaan, ja ai-  
koo kerätä avustajakoirille  
kolmessa vuodessa miljoona  
kruunua. Tavoitteena on saa-  
da 16 avustajakoiraan niiden  
käyttäjille. ■