

Anita Mutila

VAPAAEHTOISTYÖN KEHITTÄMINEN LEMPÄÄLÄN KUNNAN
VANHUSPALVELUISSA

Vanhustyön koulutusohjelma
2019

VAPAAEHTOISTYÖN KEHITTÄMINEN LEMPÄÄLÄN KUNNAN VANHUSPALVELUISSA

Mutila, Anita
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Vanhustyön koulutusohjelma
toukokuu 2019
Sivumäärä: 43
Liitteitä: 12

Asiasanat: auttaminen, avustustoiminta, hyväntekeväisyys, vapaaehtoistyö

Tässä projektimuotoisessa opinnäytetyössä esitellään vapaaehtoistyön kehittämistä Lempäälän kunnan vanhushuolituksissa vuoden 2018 aikana. Vapaaehtoistyön kehittämistä tehtiin vanhushuolituksissa aiemminkin, mutta vuosien saatossa ja vapaaehtoistyöntekijöiden ikääntyessä toiminta hiipui hyvin pienimuotoiseksi.

Vuoden 2017 lopulla koottiin tiimi vapaaehtoisista hoitajista, joiden työpisteet olivat eri puolilla vanhustyötä. Osa oli jo aiemmin toiminut vapaaehtoisten yhteyshenkilöinä, ja muut olivat muuten kiinnostuneita kehittämään vapaaehtoistyötä. Tarkoituksena oli kehittää vapaaehtoistyötä tehostettuun palveluasumiseen ja kotihoitoon.

Vapaaehtoistyön kehittäminen osaksi kunnan toimintaa oli haastavaa ja aikaa vievää. Tarvittiin paljon etukäteissuunnittelua, koulutusta ja saman pöydän ääressä istumista ennen kuin ensimmäinen info tilaisuus oli saatu kasaan ja kiinnostuneita paikalle. Tässä työssä tarkasteltiin myös toista vastaavaa vapaaehtoistyötä, joka toteutettiin yksityisellä sektorilla.

Prosessi eteni hitaasti, mutta eteni kuitenkin rauhallisesti suunnitelmista ilmoitusten tekoon, koulutuksien suunnitteluun ja vapaaehtoistyöstä kiinnostuneiden ihmisten rekrytointiin. Rekrytointiin kuului myös vapaaehtoistyöntekijöiden henkilökohtaiset haastattelut, heidän koulutuksensa tehtävään sekä lopulta jalkauttamiseen varsinaiseen vapaaehtoistyöhön. Jalkauttamisen jälkeen tapaamiset jatkuivat verkostoitumisen muodossa.

Ensimmäisellä rekrytointi kerralla mukaan lähti kuusi vapaaehtoista. Heidän vapaaehtoistoiminnan tehtävänsä oli laajasti eri vanhustyön toimipisteissä. Kotihoidon osalta vapaaehtoisten määrä on vielä vähäinen. Haasteeksi vapaaehtoisilla ilmeni toisen kotiin menemisen vaikeus. Vapaaehtoisista tuntui helpommalta tulla tehostettuun palveluasumiseen tapaamaan vanhusta kuin mennä yksin hänen kotiinsa. Ajatuksena onkin, että tulevaisuudessa haetaan erikseen vapaaehtoistyöntekijöitä kotihoidon puolelle. Tällöin on mahdollista jo koulutuksessa kiinnittämään huomiota asiaan ja ajan kanssa vapaaehtoinen voi sopeutua vieraan ihmisen kotiin menemisen ajatukseen.

Kehittämistyön onnistumisia oli mm. näkyvyyden lisääminen kunnan nettisivuilla ja erilaisten kiinnostuneiden yhteydenottojen määrän lisääntyminen sekä sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden mukaan ottaminen Lempäälän vapaaehtoistyöhön. Lisäkehittämistä tarvitaan vielä mm. vapaaehtoisten määrän lisäämisessä, verkostoitumisessa toisten toimijoiden kanssa mm. seurakunnat sekä tehostaa vapaaehtoistyön organisoinnin kehittämisessä.

DEVELOPING VOLUNTARY WORK OF ELDERLY CARE SERVICES IN THE MUNICIPALITY OF LEMPÄÄLÄ

Mutila Anita

Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in Elderly Care

May 2019

Number of pages: 43

Appendices: 12

Key words: charity work, helping, voluntary work, volunteering

This thesis introduces the project in which the voluntary work was developed in elderly care services in the municipality of Lempäälä during the year 2018. There has been development in this area previously, but the volunteers aged, and activities decreased over the years. Also, another similar project in private sector was observed in this thesis.

A team of nurses working in different sectors of elderly care services, was gathered close to the end of the year 2017. Some of the participating nurses had already been contact persons of voluntary work and the others had interest in developing voluntary work. The aim was to develop voluntary work for intensified sheltered housing and home care.

The development of the voluntary work as a part of the operations of the municipality was challenging and took time. It took a lot of planning, training and meetings before the first information session was prepared and interested people were present.

The process took time, but slowly the planning and advertising led to the recruitment of volunteers. Volunteers were interviewed individually, and they were trained and prepared for the voluntary work. After the launch, the meetings with volunteers continued offering the opportunity for networking.

Six volunteers joined during the first recruitment round. They work in different elderly care service centres. The number of volunteers in home care is still low. The volunteers felt more comfortable working in a sheltered housing to meet the elderly compared to going to their homes. In the future, volunteers for home care will be searched separately, making it possible to pay attention to the matter already during the trainings. Therefore, volunteers may get used to the idea of going to the home of a stranger.

Successes of the development process were e.g. increased visibility in the website of the municipality, the increased number of contacts from interested people and health care students' involvement in the voluntary work in Lempäälä. More work is still needed for increasing the number of volunteers, networking with other actors, such as local churches, and organizing the voluntary work development.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	VAPAAEHTOISTYÖ.....	7
2.1	Mitä vapaaehtoistyö on?	7
2.2	Miksi yleensä lähteä mukaan vapaaehtoistoimintaan?	10
2.3	Vapaaehtoistyö Pirkanmaan hoitokodilla	11
2.4	Vapaaehtoistyöntekijän valinnoissa havaittuja hyviä kriteerejä	13
3	VAPAAEHTOISTYÖN LISÄÄMINEN PROSESSINA	14
3.1	Prosessin taustaa ja käsitteiden avaamista	14
3.1.1	Yhteistyökumppani Lempäälän kunta	15
3.1.2	Toiminnallisen opinnäytetyön metodista ja aineiston keruusta.....	16
3.1.3	Ikäihmiset.....	18
4	KEHITTÄVÄN TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN PROSESSIN KUVAUS	19
4.1	Projektin aloitus ja alustavat suunnitelmat	19
4.1.1	Suunnittelu.....	20
4.1.2	Ensimmäinen palaveri esimiesten kanssa.....	22
4.1.3	Vanhustyössä toimivien vapaaehtoistyöntekijöiden tapaaminen	24
4.1.4	Ensimmäinen suunnittelupalaveri tiimin kanssa	26
4.1.5	Tiedottaminen.....	27
4.2	Infotilaisuus.....	27
4.2.1	Esittelyillan kulku.....	28
4.2.2	Vapaaehtoistyöntekijöiden haastattelut	29
4.2.3	Vapaaehtoistyöntekijöiden koulutukset.....	30
4.2.4	Vapaaehtoisten valinta asiakkaille	33
4.3	Kehittämistyön arviointi	34
4.3.1	Onnistumiset kehittämisessä	36
4.3.2	Haasteita ja kehittämispolkuja.....	37
4.3.3	Vapaaehtoistyöprosessien vertailua (Benchmarking).....	39
5	POHDINTA.....	40
5.1	Kehittämistyön eettinen pohdinta	42
5.2	Oman ammatillisuuden kehittyminen prosessin aikana.....	43
5.3	Tulevaisuuden visiot	43
	LÄHTEET.....	46
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

Vapaaehtoistyön merkitys on tärkeässä roolissa monen vanhuksen elämässä. Usein vanhuksen omaiset eivät asu samalla paikkakunnalla ja välimatkat läheisiin voivat olla jopa satoja kilometrejä, eikä vanhus voi pyytää arkeen läheisiltä apua ja tukea. Vanhukset viettävät usein pitkiäkin aikoja yksin ilman, että olisi ketään, jonka kanssa voisi vaihtaa kuulumisia, mennä kauppaan tai muuten vain ulos kävelylle, keskustella arkisista asioista eli lähellä ei ole ketään, joka kysyisi edes päivän vointia. Osalla ikääntyneistä päivän tai viikon ainoa kontakti toiseen ihmiseen on kotihoidon tai kotisairaanhoidon työntekijä. Tämäkin kontakti toteutuu vain tapauksissa, joissa ikääntynyt on kotihoidon palvelujen piirissä ja tarvitsee päivittäisissä toiminnoissaan apua. Muuten ikääntyneen kontakti toisen ihmisen kanssa ovat hyvin satunnaisia kaupan kassalla kassahenkilö tai hississä tervehditty naapuri. Tapahtuuko nämä spontaanit kontaktit joka päivä, luulen ettei tapahdu. Näihin tilanteisiin vapaaehtoistyöllä on tilaus: olla lähellä ikääntynyttä ihan vain vapaaehtoisesti.

Vapaaehtoistyön tarpeesta on puhuttu usean vuoden ajan eri tilanteissa ja eri medioissa paljon, silti ihmetyttää, kuinka vähän vapaaehtoistyöntekijöitä toimii kuntien vanhustyönpalvelujen rinnalla. Rinnalla siksi että, vapaaehtoistyö ei korvaa ammattilaisen tekemää työtä, mutta tekee paljon asioita mihin ammattilaisten aika ei riitä tai se ei kuulu toimenkuvaan. Varsinkin vaalien alla vanhusten yksinäisyys nousee otsikoihin, mutta hyvin vähän asialle konkreettisesti lopulta tehdään, lupauksista huolimatta.

Kyselin ennen opinnäytetyön aloittamista Lempäälän vanhustyön eri toimijoilta vapaaehtoistyön tarpeesta, tilanteesta ja toimivuudesta. Yleisin vastaus oli, että tarve on todella suuri, mutta kukaan ei ehdi oman työnsä ohella organisoimaan vapaaehtois-

työntekijöiden toimimista tehostetussa palveluasumisessa tai vanhusten kodeissa. Vapaaehtoistyö on aiemmin ollut aktiivista, mutta jossakin vaiheessa huomattiin, että kaikki vapaaehtoistyöntekijät ovat lopettaneet tai lähteneet toisiin organisaatioihin tekemään tätä arvokasta työtä. Lienee syynä vapaaehtoistyön organisoinnin puute. Miksi? Jos ongelma on tiedossa, niin miksi asialle ei tehdä mitään tai miksi siihen ei nähdä tarvetta panostaa vai mistä se on kiinni? Mikäli haluaa saada jonkun asian toimimaan, niin siihen tarvitsee aluksi perehtyä ja panostaa enemmän työaikaan, jotta pohjatyö saadaan tehtyä hyvin. Tämän jälkeen, perustyön tekeminen vähenee ja voidaan keskittyä hienosäätöihin ja esim. rekrytoinnin lisäämiseen, vapaaehtoisten ryhmäytymiseen ja eri vapaaehtoisten ryhmien suunnitteluun. Jotta vapaaehtoistyöntekijöiden määrää saadaan poistumista huolimatta pidettyä samana tai parhaassa tapauksessa se saataisiin lisääntymään, vaatii se työtä ja panostusta asiaan.

Ensimmäiset kosketukset vapaaehtoistyöhön sain jo suorittaessani Saattohoidon lisäkoulutusta Hämeen Ammattikorkeakoulussa Hämeenlinnassa. Koulutukseen kuului vierailu saattohoitokodissa. Silloin vuonna 2010 muistan pohtineeni kuinka hienoa, että Terhokodissa on niin paljon vapaaehtoistyöntekijöitä. Luulen, että sain sieltä jo kipinän siihen, että jotakin vapaaehtoistyölle tarvitsee tehdä myös Lempäälän vanhustyössä. Vuosia kului ja lopulta Satakunnan Ammattikorkeakoulussa Geronomi opinnoissa koin, että ajatuksen voisi viedä loppuun. Lukuisat keskustelut eri toimijoiden kanssa ovat olleet innostajinani tässä projektissa.

Kirjallista aineistoa olen kerännyt eri koulutuksista ja niistä saamistani luento muistiinpanoista. Lisäksi olen lukenut muiden jo vapaaehtoistyötä kehittäneiden oppaita mm. ”Onnistunut vapaaehtoistoiminta”, joka on tehty vapaaehtoistyön kehittämishankkeen VETY:ssä saatujen kokemusten perusteella lisäksi vapaaehtoistyötekevien julkaisuja mm. Koivupirttisäätiön ”Vapaaehtoistoiminnan toimintakäsikirja vanhustyöhön” sekä Varmasti vapaaehtoinen -opas, joka on koottu Sitran 2015 julkaisun pohjalta. Opas on tarkoitettu vapaaehtoistyötä ikäihmisten parissa tekeväille. Lisäksi vuosien varrella olen lisännyt omaa tietotaitoani lukuisilla aiheita käsitteleviä lehtikirjoituksia lukemalla.

Tarve vapaaehtoistyöntekijöille on siis suuri, mutta syystä tai toisesta vapaaehtoistyöntekijät puuttuvat ikääntyneiden arjesta. Toisaalla taas on eläkeläisiä, työttömiä, opiskelijoita tai kotiäitejä, joilla olisi tarve tehdä jotakin ”hyödyllistä” vapaa-ajallaan, mutta miten saada tarve ja tekijät kohtaamaan. Tästä tilanteesta Lempäälässä lähdettiin liikkeelle. Tiedettiin, että jonkun pitää tehdä jotakin, jotta Lempäälän kunnan vanhustyöhön saataisiin toimiva vapaaehtoistyön rinki eli ihmisiä, jotka haluavat antaa omaa aikaansa ikääntyneiden hyväksi.

Opinnäytetyöni on toiminnallinen. Tavoitteena oli vapaaehtoistyön kehittäminen toimivaksi kokonaisuudeksi Lempäälän kunnan vanhustyössä. Tehtäväni oli aluksi kerätä vapaaehtoistyöstä kiinnostuneita hoitajia hoitohenkilökunnan keskuudesta tiimiin ja sitten suunnitella miten vapaaehtoistyötä olisi aikomus viedä eteenpäin. Vapaaehtoisten löydyttyä lehti-ilmoitusten kautta, haastattelimme heidät ja jatkoimme järjestämällä koulutuksia. Tavoitteena lopulta oli yhdistää tarve ja tekijät erilaisissa tilanteissa, joissa vapaaehtoistyöntekijät voivat toimia.

Opinnäytetyöni esittelee kehittämisen ideointia, suunnittelua ja toteutusta. Matkan varrella vastaan tulleista haasteista huolimatta pystyimme pitämään vapaaehtoisille suunnitellut koulutukset sekä lopulta jalkauttamaan heidät varsinaiseen vapaaehtoistyöhön vanhusten arjen iloksi.

2 VAPAAEHTOISTYÖ

2.1 Mitä vapaaehtoistyö on?

- Vapaaehtoistyö määritellään yleisesti seuraavasti:

”Vapaaehtoistoiminta on yksittäisen ihmisen tai yhteisöjen hyväksi tehtyä toimintaa, josta ei saa palkkaa tai palkkiota ja jota ei tehdään ilman pakkoa tai velvollisuutta perhettä tai sukua kohtaan.” (Päijät-Hämeen vapaaehtoistoiminnan www-sivut 2019).

”Vapaaehtoistoiminta on osallistumista vuorovaikutukseen perustuvaan organisoituun auttamistoimintaan. Tarkoituksena on henkisen ahdingon lievittäminen tai tuoda helpotusta elinoloihin liittyvään puutteeseen.” (Päijät-Hämeen vapaaehtoistoiminnan www-sivut 2019).

”Vapaaehtoistoimintaa ei myöskään tehdä taloudellisena yritystoimintana, eikä erityisenä harjoitteluna, auttajan motiivi tulisi pohjautua ajatukseen, että hän voi olla avuksi, saada sisältöä omaan elämään ja oppia tai oivaltaa avustettavalta jotakin todella tärkeää mitä muuten ei välttämättä edes huomaisi.” (Päijät-Hämeen vapaaehtoistoiminnan www-sivut 2019).

”Vapaaehtoistoiminta on ennen kaikkea omasta halusta lähtevää, palkatonta toimintaa, jota tehdään omia arvoja vastaavan yhteisön hyväksi. Se on merkki halusta osallistua ja vaikuttaa ja sen tulisi olla avointa kaikille, kuka tahansa voi ryhtyä vapaaehtoistyöntekijäksi.” (Päijät-Hämeen vapaaehtoistoiminnan www-sivut 2019).

”Vapaaehtoistyöntekijällä on oikeus valita tehtävänsä ja sitoutua siihen itselle sopivaksi ajaksi, itselle sopivana ajankohtana. Apua voi antaa kerran, satunnaisesti tai säännöllisesti. Etukäteen sovittuna ajankohtana tai pyydettyessä. Vapaaehtoisella on myös oikeus kieltäytyä tehtävästä tai lopettaa auttaminen, jos se ei hänelle sovi jostakin syystä enää sovi.” (Päijät - Hämeen vapaaehtoistoiminnan www-sivut 2019).

Vapaaehtoistyö mielletään usein työksi, jota varten irrottaudutaan omasta palkkatyöstä ja lähdetään pidemmäksi aikaa, johonkin kehitysmaahan tai muihin isompiin avustus-tehtäviin ja tehdään vapaaehtoistyötä siellä. Näin se ei onneksi ole. Vapaaehtoistyötä voi tehdä myös lähellä omaa kotia, työpaikkaa, omia arvoja vastaavan yhteisön hyväksi, vaikka omassa urheiluseurassa, kirkossa, vanhusten tai kehitysvammaisten parissa. Mahdollisuuksia on rajattomasti. Vapaaehtoistyötä voi tehdä kerran viikossa, kerran kuukaudessa, säännöllisesti tai kertaluonteisesti ihan, miten itse jaksaa ja haluaa. Vapaaehtoistoiminta on jonkin tahon organisoimaa ja se on kaikille avointa. Se tehdään yksittäisen ihmisen tai yhteisön hyväksi. Vapaaehtoistoimintaan riittää tavallisen ihmisen tiedot ja taidot. Vapaaehtoistoiminnalla tarkoitetaan ihmisten auttamista ja tukemista eri elämäntilanteissa. Vapaaehtoistyöntekijänä voi toimia, kuka tahansa ihminen, joka haluaa antaa osaamistaan ja aikaansa yhteiseen hyvään. Vapaaehtoistoiminta on ihmisten välistä vuorovaikutusta, johon tavallisen ihmisen taidot riittävät.

Vapaaehtoistoiminta keskittyy moneen eri työhön ja siinä korostuu ihmisen vastuu itsestään ja toisista ihmisistä (Päijät-Hämeen vapaaehtoistoiminta 2019).

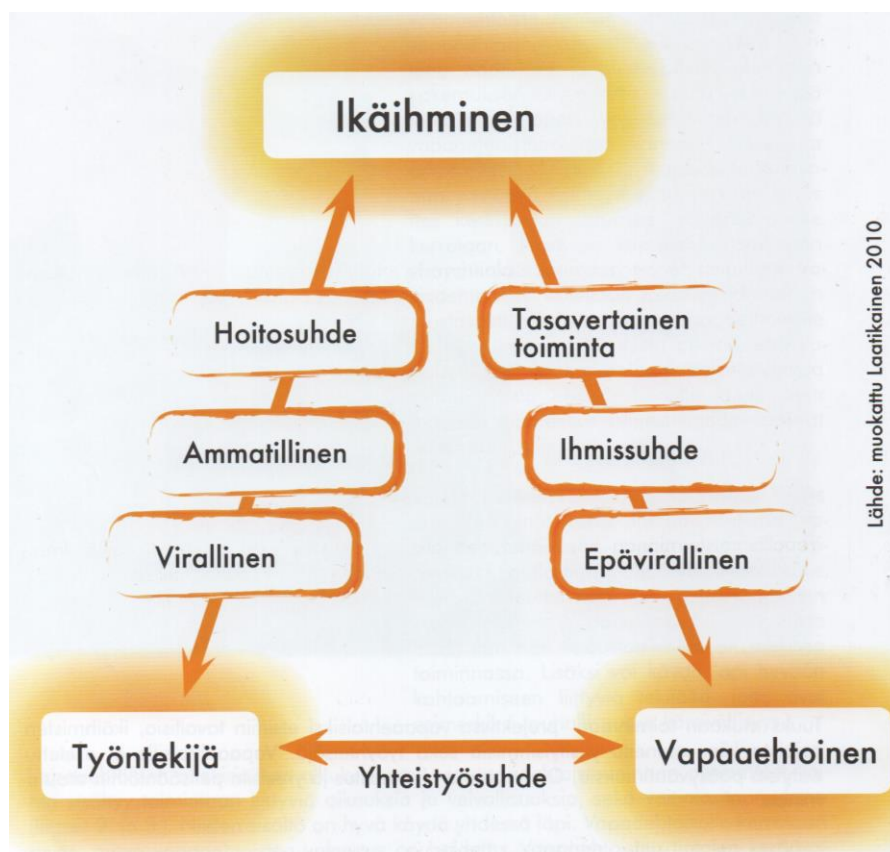
Vapaaehtoistyötä ei tehdä taloudellista korvausta vastaan. Sitä voi tehdä niin usein ja paljon kuin itse haluaa. Se tehdään aina omasta vapaasta tahdosta ilman minkäänlaista pakkoa. Vapaaehtoistyön pitää olla palkitsevaa tekijälleen ja sen laadukkuus syntyy ihmisten viihtymisestä (Innala 2017).

Monesti varsinkin ympärivuorokautisessa tehostetussa palveluasumisessa on tarkat aikataulut eri toiminnoille. Aamutoimet, aamiainen, lounas, päivälepo, päiväkahvi, päivällinen sekä iltapala ja iltatoimet ovat tarkkaan suunniteltu eri ohjeistuksien mukaan ja perustuvat esim. hyvään päivittäiseen ateriarytmiin. Se onko tarkkojen aikataulujen noudattaminen aina asiakaslähtöistä, yksilöllistä tai ihmisarvoa kunnioittavaa on sitten toinen asia. Tarkkojen päivärytmien vuoksi vapaaehtoistyöntekijän voi olla joskus haasteellista tehdä vapaaehtoistyötä itselle sopivina ajankohtina tämän kaltaisissa yksiköissä. Vapaaehtoistyöntekijällä pitäisi olla mahdollisuus etukäteen sopien tulla itselle sopivana ajankohtana tekemään vapaaehtoistyötä ei vain esim. päiväkahvin ja päivällisen välisenä aikana.

Toisinaan muistisairaiden luona käydessä vapaaehtoinen törmää tilanteeseen, jolloin henkilökunta kertoo, että tänään on huono päivä esim. käyttäytymishäiriöiden vuoksi. Tällöin vapaaehtoinen voi kieltäytyä menemästä suorittamaan vapaaehtoistoimintaa ja palata asiaan toisena päivänä paremmalla menestyksellä. Vapaaehtoistyöntekijän ei tarvitse mennä tilanteeseen, jossa hän kokee riittämättömyyttä, pelkoa tai kokee olonsa ylitse pääsemättömän epämukavaksi.

”Tuuks mukaan?” Vapaaehtoistoiminnan toimintakäsikirjassa Tanja Laatikainen oli kuvannut vapaaehtoistoiminnan rajapintoja mielestäni todella hyvin. Alla olevasta kaaviosta (Kts. Kuvio 1) on helppo havaita hoitajan ja vapaaehtoistyöntekijän yhteisen kohteen eli ikäihmisen auttamisen, vaikka lähestyminen on erilainen. Hoitajan suhde ikäihmiseen on virallinen ja ammatillinen, kun taas vapaaehtoistyöntekijän on tasavertainen ihmissuhde usein se ainoa ystävä, joka pysähtyy vierelle. Silti hoitaja ja vapaaehtoinen tekevät yhteistyötä ikäihmisen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin puolesta. Onnistuessaan tämä yhteistyö antaa paljon osallisuutta lisääviä tapahtumia sekä mielekkäitä kohtaamisia vapaaehtoistyön kohteena olevalle ikäihmiselle ja vapaaehtoiselle.

Hoitosuhteessa olevalle tämä yhteistyösuhde takaa hyvinvoivan ja elämäänsä tyytyväisen asiakkaan, koska hänellä on ympärillä hänestä välittäviä ihmisiä, jotka ajattelevat hänen parastaan.



Kuvio 1. Vapaaehtoistyön yhteistyösuhde (Laatikainen 2011, 9.)

2.2 Miksi yleensä lähteä mukaan vapaaehtoistoimintaan?

Suurten ikäluokkien jäädessä eläkkeelle ja työvoiman vähentyessä vapaaehtoistoiminnan merkitys kasvaa. Hoitajilla on tulevaisuudessa hoitotyön ohessa yhä vähemmän aikaa tehdä muuta, joten ikääntyneet viettävät yhä enemmän aikaa yksin. Vapaaehtoistoiminnan avulla parannetaan ikäihmisten osallisuutta ympäröivään yhteiskuntaan ja ennen kaikkea heidän elämänlaatuaan hoitoyhteisössä.

Osallisuus tuo edelleen lisää positiivisia asioita elämään ja mukavaa yhdessäoloa. Vapaaehtoistoiminta tuottaa mielihyvää tekijälle itselle sekä kaikille muille, joiden kanssa vapaaehtoinen toimii (Laatikainen 2011, 12)

2.3 Vapaaehtoistyö Pirkanmaan hoitokodilla

Varsinainen vapaaehtoistoiminta saattohoitokodeissa sai alkunsa Englannissa hospice-liikkeestä ja ennen kaikkea Cicely Saundersin toiminnasta jo vuonna 1967. Hänen ideologiansa mukaista vapaaehtoistoimintaa viriteltiin Suomessa 1980-luvulla Turussa, Helsingissä ja Tampereella. Ensimmäiset vapaaehtoiset Pirkanmaan hoitokodille tulivat vuonna 1988. Oman vapaaehtoistoiminnan ohjaajan Pirkanmaan hoitokoti sai vuonna 1991. Silloin alkoi varsinainen työ vapaaehtoisten rekrytoinnin osalta ja heidän toimintansa jalkauttamiseksi osaksi hoitokodin arkea. Vuonna 1991 mukana oli muutama aktiivinen vapaaehtoistyöntekijä. Nyt heitä on yli sata aktiivista. Ikäjakama vapaaehtoistyöntekijöillä on 20-80 vuoden välillä. Mukana on opiskelijoita, työkäisiä, eläkkeellä olevia ahkeria vapaaehtoisia, joiden joukossa on miehiä n.15 ja naisia yli 100 (Colliander 2017).

Vapaaehtoistyöllä on Suomessa muutenkin pitkät perinteet. Sotien aikana, kun miehet palvelivat rintamalla Lotat apunaan, työskenteli vapaaehtoisina paljon muitakin naisia. Meillä oli naislääkäreitä, sairaanhoitajia, sotilaskotisisaria. Lisäksi naisia oli vapaaehtoisessa työpalvelussa kenttäsairaalassa, evakuointitehtävissä, tarvikkeiden ja vaatteiden ompelussa sekä muonituksessa. Myös erilaisissa siivoustalkoissa työskenteli paljon naisia ilman erillistä korvausta. (Iltalehti, 2009)

Tampereella toimiva Pirkanmaan hoitokoti on esimerkki siitä kuinka innostuneella ja hyvin organisoidulla toiminnalla vapaaehtoisten määrä ja heidän antama panos arjessa lisääntyy. Vapaaehtoisten tekemä työtuntimäärä oli vuonna 2016 21 295,5 tuntia eli ajallisesti n.12 henkilötyövuotta ja keskimäärin 410 tuntia viikossa (Colliander 2017).

Pirkanmaan hoitokodilla vapaaehtoistoiminta on yksi saattohoitopotilaan hoitopolun ydinprosesseista. Vapaaehtoistoiminnan ohjaaja vastaa toiminnan johtamisesta (arviointi, suunnittelu, viestintä, toteutus). Vapaaehtoistoiminnan ohjaaja Colliander on tehnyt prosessikuvauksen, johon voit tutustua liitteissä (liite 1). Hoitokodilla vapaaehtoistoiminnan ajatuksena on ”kun ei ole enää mitään tehtävissä, on vielä paljon tekemistä”- periaatteen mahdollistaminen kaikille sinne tuleville. Saattohoitopotilaiden

hyvän olon edistäminen ja hyvän saattohoidon täydentäminen vapaaehtoistoiminnalla on ohjenuorana vapaaehtoistoiminnan ohjaajalle. Vapaaehtoistyöntekijät toimivat kaikissa Pirkanmaan hoitokodin tarjoamissa osa-alueissa, kotisaattohoidossa, vuodeosastolla sekä omaisten tukena järjestäen heille virkistystoimintaa ja ollen heille tukena vaikeassa elämän vaiheessa. Vapaaehtoistyöntekijät osallistuvat myös varainhankintaan sekä pr-toimintaan. Se mikä tuntuu erityisen hienolta, on vapaaehtoisten säännöllinen tukeminen. Säännöllinen tukeminen tarkoittaa henkilökohtaisia keskusteluja ohjaajan kanssa, työnohjausta, koulutuksia sekä virkistystapahtumia. Vapaaehtoistyön laadukkuutta pidetään yllä palautteita keräämällä omaisilta, työntekijöiltä, potilailta, vapaaehtoistyöntekijöiltä sekä koulutuksiin osallistuneilta. Myös muualla Suomessa vapaaehtoistyö on lisääntynyt vuosien varrella. Tutkimuksen mukaan kokonaisuudessa 1,4 miljoonaa suomalaista on mukana vapaaehtoistyössä eli joka kolmas tekee pitkäkestoista vapaaehtoistyötä, mutta vielä on paljon niitä, jotka haluaisivat tehdä, mutta eivät vielä ole löytäneet oikeaa paikkaa työn tekemiselle (Colliander 2017; Grönlund 2015; Stranius 2019).

Minulla oli ilo osallistua Pirkanmaan hoitokodilla järjestettävään vapaaehtoistoiminnan organisointikurssiin vuonna 2017. Tuo kurssi oli silmiä avaava. Monta asiaa, joista jo aiemmin hieman tiesin, vahvistuivat entisestään. Varsinkin se kuinka tärkeää on antaa tehtävään valitulle työntekijälle aikaa vapaaehtoistyön organisointiin, jotta saadaan parhaimmat tulokset. Mikäli tätä työtä tehdään ohimennen vasemmalla kädellä, tulokset jäävät valitettavasti laihoiksi. Eli kurssin käyminen kannatti todellakin. Ajankohta oli paras mahdollinen, juuri ennen oman työpaikan vapaaehtoistoiminnan käynnistämistä. Kurssin käymisellä pystyimme ennaltaehkäisemään monta alun virhettä.

Kurssilla paneuduttiin vapaaehtoistyöhön kokonaisuutena ja uuden vapaaehtoistyön organisointiin. Kävimme läpi toiminnan menneisyyttä ja nykyisyyttä. Tässä koulutuksessa selvisi se kuinka tärkeää työtä vapaaehtoistyön koordinoija tai ohjaaja tekee pitäessään langat käsissään ja organisoidessaan vapaaehtoistyöntekijöiden toimintaa, tuloja, menoja, virkistäytymisiä jne. Ohjaaja hoitaa myös vapaaehtoistyöntekijöiden rekrytoinnit, haastattelut ym. Kävimme päivän aikana läpi yleisiä Pirkanmaan hoitokodin toimintatapoja vapaaehtoistoiminnasta. Tämän lisäksi vapaaehtoistyöntekijän urakehitystä ja sen jatkumoa, miten siihen haetaan, siinä kehitytään ja lopulta luovutaan. Lopuksi käsitelimme vapaaehtoistoiminnan organisointia, sen rakennetta, tavoitteita,

periaatteita, lainsäädäntöä, suunnittelua ja toteutusta. Kuulimme, miten toimintaa arvioidaan vuositason tasolla. Pirkanmaan hoitokoti on hyvä esimerkki siitä, kuinka hyvällä organisoinnilla ja oikean henkilön palkkaamisella tehtävään saadaan ihmeitä aikaan. Muutamasta vapaaehtoistyöntekijästä on kasvanut jo sadan henkilön aktiivinen vapaaehtoisten joukko (Colliander 2017).

2.4 Vapaaehtoistyöntekijän valinnoissa havaittuja hyviä kriteerejä

Puhutaan ensimmäisestä tapaamisesta vapaaehtoistyöntekijän kanssa haastatteluna tai alkukeskusteluna, niin tavoite on sama: tutustuminen tulevaan vapaaehtoistyöntekijään henkilökohtaisesti. Usein haastattelutilanteessa kokeneelle haastattelijalle syntyy heti kuva siitä, onko vapaaehtoistyöntekijäksi hakeva oikea ihminen juuri ko. vapaaehtoistyöhön. Vaikka vapaaehtoistyöntekijälle ei aseteta erillistä pääsyvaatimuksia ja kriteerejä, niin siitä huolimatta haastattelijan on hyvä vastailta seuraaviin kysymyksiin haastattelua tehdessään, jottei keskustelu mene vain pelkällä mututuntumalla. (Colliander 2017):

- Mikä vapaaehtoisen motivoituneisuus on tulla tekemään vapaaehtoistyötä?
- Aikaisemmat elämäkokemukset? Monesti aikaisemmat elämäkokemukset auttavat vapaaehtoista kohtaamaan avustettava henkilökohtaisemmin, esim. läheisensä menettäneen on helpompi ymmärtää toista läheisensä menettänyttä. Nuorilla vapaaehtoisilla on myös oma paikkansa esim. ikäihmisten vapaaehtoistyöntekijänä. Monet ikääntyneet nauttivat heidän läsnäolostaan ja ammentavat heiltä energiaa omaan elämäänsä.
- Omat keskeneräiset surutyöt. Puhutaan vuoden määräajasta, joka on hyvä olla oman menetyksen jälkeen. Vasta sen jälkeen aikaisintaan on hyvä aloittaa vapaaehtoistyö varsinkin saattohoitopotilaiden keskuudessa.
- Toisen ihmisen kuuntelutaito, vuorovaikutustaidot. Tätä taitoa tarvitaan kaikkialla elämässä, mutta vapaaehtoistyössä se on erityisen tärkeä.
- Käytöstavat. Vapaaehtoistyöntekijän tulee osata käyttäytyä toisia kunnioittavasti kaikissa tilanteissa mitä eteen tulee.

- Toisen ihmisen näkemysten, elämäkatsomuksen ja hengellisyyden kunnioittaminen
- Ajalliset resurssit (perhe, työ, koulu, harrastukset). Toisinaan haastattelutilanteessa huomaa kuinka haastateltava kertoo kiireisestä arjestaan ja siitä, ettei aika riitä perusasioiden hoitamisiin. Tällöin haastattelijan tulee olla se realisti, joka kyseenalaistaa haastateltavan edellytykset vapaaehtoistyöhön.
- Fyysiset resurssit (terveyden tila). Omat vakavat sairaudet saattavat vaikuttaa vapaaehtoisen jaksamiseen ja kykyyn tehdä vapaaehtoistyötä.
- Henkiset resurssit. Toisinaan oma vakava masennus tai muut oman mielenterveyden vaikeuttavat vapaaehtoistyöntekijänä toimimista.
- Hengelliset resurssit. Hengellisen vakaumuksen yhdensuuntaisuus vapaaehtoistyötä tekevän organisaation kanssa on tärkeä.
- Huomiota herättämätön olemus. Mm. ikääntyvien kanssa työskentelevältä vapaaehtoistyöntekijältä toivotaan yleensä huomiota herättämätöntä olemusta, vaikka ikääntyneet ovat useimmiten hyvinkin suvaitsevia, niin kunnioituksesta heitä kohtaan, kiinnitetään huomiota tähän ulkoiseen seikkaan (Colliander 2017).

3 VAPAAEHTOISTYÖN LISÄÄMINEN PROSESSINA

3.1 Prosessin taustaa ja käsitteiden avaamista

Geronomi-opiskelujeni toisena vuonna, 2017, suoritin Projektityön-kurssia, jossa yhtenä tehtävänä oli suunnitella projekti, johonkin omalla työpaikalla jo olemassa olevaan tarpeeseen. Tehtävä toteutettiin parityönä. Nopeasti löysimme Kangasalla tehostetussa palvelutalossa työskentelevän luokkakaverini kanssa yhteisen projektin aiheen toimimattomasta vapaaehtoistyöstä. Alun perin suunnitelmissa oli vapaaehtoisten rekrytointi saattohoitotilanteisiin ja tähän projektikurssin tehtävä rajattiinkin.

Kiinnostuin vapaaehtoistyön kehittämisestä tehtävää tehdessäni niin paljon, että osallistuin samanaikaisesti kurssin vielä ollessa käynnissä Lempäälän Ehtookodossa järjestettävään ”Vapaaehtoiseksi saattohoitoon”- koulutuskokonaisuuteen, joten ajatukseni ja intoni saivat myös siellä vahvistusta.

Opettajalta saamani palautteen pohjalta aloin tutustua vielä lähemmin Lempäälän kunnan vanhuspalveluissa toimivaan vapaaehtoistyöhön. Huomatessani sen puutteellisuuden ajatus sen kehittämistarpeesta heräsi.

3.1.1 Yhteistyökumppani Lempäälän kunta

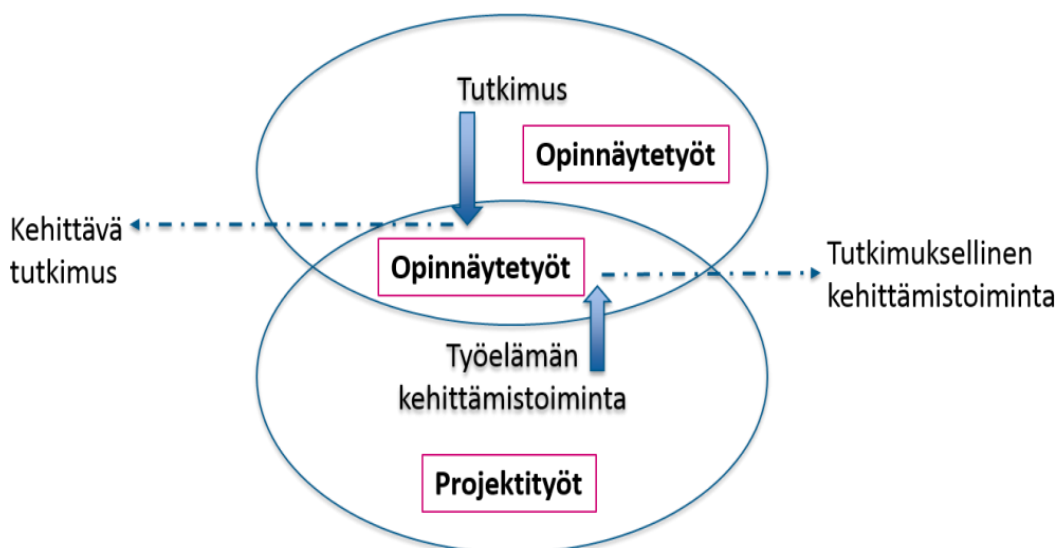
Yhteistyökumppanina tässä kehittämistyössä toimi Lempäälän kunnan vanhuspalvelut. Vapaaehtoisten toiminta sijoittuu aluksi pääasiassa tehostetun palveluasumisen alueelle, mutta tavoitteena tulevaisuudessa on laajentaa se palvelemaan myös kotihoiton asiakkaita.

Lempäälässä kunnallisia tehostetun palveluasumisenyksiköitä on kaksi, joista isompi on Himminkoto (n.76 asuntoa) ja toinen on Sääkskoto (12 asuntoa). Kunnassa toimii lisäksi kaksi senioritaloa, joihin on molempiin mahdollista saada tehostetusti apua kotihoiton työntekijöiltä. Kunnassa toimiva kotihoito on jaettu kahteen tiimiin, Pohjoiseen ja Eteläiseen.

Lempäälä on nauhataajama, joten matka Lempäälän keskustassa sijaitsevasta Himminkodosta Sääksjärvellä sijaitsevaan Sääkskotoon on n.15km. Välimatkan vuoksi vapaaehtoisten rekrytointi molempiin taloihin yhtä aikaa osoittautui varsin haasteelliseksi. Omalla autolla matkan taittaminen on helppoa, mutta silloin, kun sen taittamiseen käytetään polkupyörää tai linja-autoa niin kynnyks lähteä 15 km päähän on suuri. Tämän vuoksi suunnittelimme ensisijaisesti vapaaehtoisten rekrytoinnin keskittämistä Lempäälän keskusta alueelle ja myöhemmin laajentaisimme toimintaamme myös Sääksjärven alueelle. Tulevaisuuden suunnitelmien vuoksi vapaaehtoistyönteimissä on kaksi hoitajaa, toinen myös Sääksjärven suunnalta.

3.1.2 Toiminnallisen opinnäytetyön metodista ja aineiston keruusta

Opinnäytetyöni lähti halusta kehittää uudelleen toimintaa, joka aiemmin oli toiminut hyvin, mutta syystä tai toisesta oli nyt lähes loppunut. Kehittämistyön tavoitteena oli vapaaehtoistyö ja vapaaehtoistyöntekijöiden määrän lisääminen sekä heidän työskentelynsä mahdollistaminen Lempäälän kunnan vanhuspalveluissa. Menetelmäksi on valittu toiminnallinen menetelmä, joka perustuu työelämälähtöiseen toimeksiantoon (Kananen 2015, 64). Tässä opinnäytetyössä toimeksiantajana oli Lempäälän kunnan vanhustyö. Toiminnallisessa opinnäytetyössä on tarkoitus saada aikaan tuotos, jolla herätetään eloon jo hiipunut toiminta: tässä tapauksessa vapaaehtoistyöntekijöiden määrän lisääminen sekä antaa tilaajalle kehittämisehdotuksia, jotta toiminta jatkuisi myös tulevaisuudessa. Tavoitteena on lisäksi se, että opinnäytetyön tulee täyttää opinnäytetyölle asetetut kriteerit ja osoittaa sen tekijän asiantuntijuutta ja korkeakoulutasoista osaamista.



Kuvio 1 Tutkimuksellinen kehittämishanke opinnäytetyönä (Tuomi & Latvala 2019)

Kutsunkin omaa toiminnallista opinnäytetyötäni projektiksi, joka määritellään seuraavasti: Projektityö on työtä, jota nimetyt projektityöntekijät tekevät organisaatiossa,

joka on asettanut työntekijöille projektin määräajan sekä sen tavoitteet, projektiresurs-
sin ja aikataulun.

Projektityön tunnusmerkkejä ovat:

1. Projekti on aina ainutlaatuinen ja ainutkertainen. Vastaavanlaista uudelleen ke-
hittämistä tämän tiimin kanssa ei ole ollut aiemmin.
2. Se on rajattu ajallisesti ja aihe sisältöisesti. Projekti valmistui keväällä 2018,
jolloin vapaaehtoistyöntekijät jalkautuivat asiakkaiden käytettäväksi.
3. Sen tavoite on määritelty. Tavoitteena oli vapaaehtoistyöntekijöiden määrän
lisääminen ja toiminnan yhtenäistäminen.
4. Se on suunniteltu. Suunnitelmat tehtiin ennen projektin aloittamista ja hyväk-
syttiin toimeksiantajalla, joka tässä on Lempäälän kunnan vanhustyönjohtaja.
5. Nimetyt työntekijät tekevät projektin. Projektiin valittiin tiimi työntekijöistä,
jotka olivat halukkaita kehittämään toimintaa. Tiimiin kuuluvista työntekijöistä
myöhemmin vielä lisää.
6. Työ on ryhmätoimintaa. Työryhmä koostui neljästä lähihoitajasta sekä kirjoit-
tajasta, jonka geronomi – opintojen toiminnallisesta opinnäytetyöstä on kyse
ja joka toimi projektivastaavana.
7. Projektin aikana on kehitelty uusi asia. Tässä tapauksessani vanhan asian uu-
delleen kehittäminen ja toiminnan nykyaikaistaminen (Salonen 2013).

Keräsin opinnäytetyön aineistoa eri vapaaehtoistyötä käsittelevistä koulutuksista. Mm.
”Vapaaehtoiseksi saattohoitoon” oli Lempäälän kunnan ja Lempäälän Ehtookodon jär-
jestämän kurssi, jossa kävimme läpi vapaaehtoistyön määritelmät ja periaatteet. ”Va-
paaehtoistoiminnan pitää olla palkitsevaa tekijälleen ja laadukkuus syntyy ihmisten
viihtymisestä” (Innala 2017). Tämä lause on yksi ohjenuorani vapaaehtoistyön kehit-
tämisessä ja vapaaehtoisten tapaamisissa. Kaikilla pitää olla mukava tunne lähtiessä
tapaamisesta, jotta he palaavat mielihyvin jälleen takaisin. Koulutuksessa keskusteltiin
paljon tuntemuksista, toiveista ja haasteista. Huomasin, että ihmisillä, jotka olivat kiin-
nostuneita vapaaehtoistyöstä, oli aito halu antaa omaa aikaansa ja läsnäoloansa toisten
hyväksi.

3.1.3 Ikäihmiset

Ikäihmiset ovat kasvava, moninainen ryhmä. Nykyään puhutaan paljon ikääntyvien toimintakyvystä, mutta tärkeä osa, mielen hyvinvointi jää usein liian pienelle huomiolle, vaikka se on osa toimintakykyä. Itse ikäihmiset pitävät hyvinvointinsa perustana ja edellytyksenä juuri mielenterveyttä. Ikääntyminen on kokonaisuudessaan pitkäelämän vaihe, johon mahtuu hyvinvointia vahvistavia kuin sitä heikentäviäkin asioita (Suomen mielenterveysseuran www-sivut 2019).

Ympäri Suomea on erilaisia järjestöjä, jotka tekevät vapaaehtoistyötä ikäihmisten parissa. Helsinki Missio on yksi näistä hyvää tekevästä toimijoista, joka on julkisesti lähtenyt taistelemaan varsinkin ikääntyneiden yksinäisyyttä vastaan. Helsinki Missio toimii pääasiassa vapaaehtoistyöntekijöiden panostuksella. Vaikka Helsinki Missio ojentaa auttavan käden kaikenikäisille yksinäisille, niin suuri joukko heidänkin puoleensa kääntyneistä avun tarvitsijoista on ikäihmisiä.

Vuosien kuluessa vapaaehtoistoimintaa varten on painettu, jos jonkinlaisia oppaita, joista voi hakea tietoa vapaaehtoistyöstä. Mm. ”Onnistunut vapaaehtoistoiminta” joka keskittyy erityisesti vapaaehtoistoiminnan kehittämiseen yhteisöissä. Se on tehty pääkaupunkiseudulla järjestetyssä VETY- hankkeessa (vapaaehtoistoiminnan kehittämishanke) saatujen kokemusten pohjalta. Lisäksi Koivupirtti säätiö on tehnyt projektistaan ”Tuuks mukaan ”painetun version. Tämä projekti on tehty vuosina 2009-2011 neljän eri Tamperelaisen järjestön yhteistyönä. Kaikki oppaat, opukset ja projektit ovat todella hyviä, jos niiden avulla saadaan vierellä kulkija jollekin ikääntyneelle.

Suurin vapaaehtoistyötä tarvitsevien joukko on siis ikäihmiset. Ihminen tarvitsee toisen ihmisen seuraa, mutta toisinaan ikääntyvän elämässä tapahtunut tapahtuma tai yllättävä iso muutos saa ikääntyneen helposti vetäytymään ja jäämään yksin neljän seinän sisälle. Myös ihmisen oma arkuus kohdata toisia ihmisiä lisää yksinäisyyden ko-

kemista. Yksinäisyys on henkilökohtainen kokemus eikä sitä ole kovin helppoa määrittellä. Yleensä se koetaan ahdistavana, epämiellyttävänä ei toivottuna olotilana. Yksinäisyyden kokeminen vaikeuttaa myös kotona selviytymistä ja lisää useimmissa tapauksissa laitoshoidon tarvetta (Levo 2019).

4 KEHITTÄVÄN TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN PROSESSIN KUVAUS

4.1 Projektin aloitus ja alustavat suunnitelmat

Ehtookodolla järjestettävä koulutus oli alkusysäys isommalle. Koulutus oli suunnattu vapaaehtoistyöntekijöiksi saattohoitotilanteisiin aikoville. Koulutusyhteistyön tarkoitus oli rekrytoida vapaaehtoisia kunnan ja säätiön eri toimijoille. Koulutus sisälsi faktatietoa vapaaehtoistyöstä, erilaisia keinoja lähestyä kuolevan kanssa oman tahdon mukaista kuolemaa ja suunnitella sitä hänen kanssaan olla näin myös henkilökunnan apuna tiedonkeruussa. Keskustelujen lomassa jokainen sai koulutuksessa pieniä pohdintatehtäviä, jotta pystyi miettimään rauhassa, onko ko. vapaaehtoistyö varmasti itselle oikeanlainen tapa tehdä vapaaehtoistyötä.

Projektia aloittaessamme Lempäälän kunnan vanhustyössä oli suunnitelmissa vapaaehtoistyöntekijöiden rekrytointi ainoastaan saattohoitotilanteisiin, mutta pian huomasimme, ettei se tule onnistumaan. Hoitohenkilökuntaa haastatteleamalla saimme selville, että heille oli iso kynnyks pyytää ns. ”vieras” kuolevan vierelle. Kuolevan, joka oli heille tuttu ja välillä jopa vuosien hoitosuhteen aikana hyvin läheiseksi tullut ihminen. Pohdin, voisiko hoitohenkilökunnan henkisen kynnyksen madaltamiseen jotenkin vaikuttaa. Parhaimmaksi tavaksi nousi vapaaehtoistyöntekijöiden jalkauttaminen aluksi osaksi muuta toimintaa. Arkipäiviin jalkauttamisen jälkeen tavoitteena on, että hoitohenkilökunnan olisi helpompaa soittaa heitä avuksi myös saattohoitotilanteisiin, olemaan läsnä kuolevan vierellä silloin, kun omaiset ja henkilökunta eivät ehdi.

4.1.1 Suunnittelu

Aloittelin vapaaehtoistyötä omassa työpaikassani ja ensimmäisenä tehtävänäni oli tiimin kokoaminen. Ennen varsinaista tiimin kokoamista kartoitin Himminkodossa jo aiemmin vapaaehtoistyötä organisoineet hoitajat. Kysely osoitti, että yksi lähihoitaja geriatriselta osastolta hoiti yhteyshenkilön tehtävää kirkon, SPR:n, poikakerhon sekä kaikkien muidenkin eri organisaatioiden kanssa, jotka tekivät Lempäälän kunnan vanhustyössä vapaaehtoistyötä. Hän oli heti innokkaasti lähdössä mukaan kehittämiseen. Kotihoidosta kaksi lähihoitajaa oli kanssani Pirkanmaan hoitokodin vapaaehtoistyön organisointikurssilla syksyllä 2017. He liittyivät tiimiin. Lisäksi Ehtookodon (nyk. Kotokampus) kevään 2017 koulutuksessa, ”Vapaaehtoiseksi saattohoitoon”, kanssani ollut hoitaja halusi lähteä kehittämistyöhön mukaan. Kaikilla tiimiin kuuluvilla oli tavoitteena vapaaehtoistyöntekijöiden lisääminen vanhustyössä. Toiset olivat enemmän innokkaita toiset vähemmän, koska tiedettiin työajan käytön mahdollisuus tehtävään. Työajan käytön mahdollisuus oli riippuvainen niin monesta tekijästä ja siksi hyvin haasteellista, mm. kolmivuorotyössä vapaapäivät osuvat väkisin arkipäiville, työvuorosuunnittelu tapahtui ennen tapahtumien lukkoon lyömistä ja se toi haasteita, koska ylítőitä ei saanut tulla ja työvuorosta ei voinut olla pois vapaaehtoistyön vuoksi.

Pidimme muutaman palaverin vapaaehtoistyön tiimiläisten kanssa, jossa sovimme, että kukin kerää ajatuksia ja keskustelee omassa yksikössään vapaaehtoistyöstä ja sen kehittämisestä. Ennen keskusteluja pohdimme yhdessä seuraavia kysymyksiä keskustelujen tueksi. Miltä ajatus vapaaehtoistyöntekijöiden tuleminen yksikköön tuntuu? Miten henkilökuntana voimme edesauttaa vapaaehtoistoiminnan onnistumisen? Kuka yksikössä asuvista tarvitsisi vapaaehtoisen vierailuja? Miksi emme ottaisi vastaan vapaaehtoistyöntekijöitä?

Tiimin jäsenet keskustelivat työpisteittensä hoitohenkilökunnan kanssa vapaaehtoistyön alkamisesta. Keskustelimme tiimissä ajatuksista mitä kukin oli kuullut ja ne olivat todella kiinnostavia ajatuksia. Erikoisinta oli, että ilmoille heitetyt ajatukset olivat enemmän negatiivisia kuin positiivisia. Osa hoitajista oli sitä mieltä, että vapaaehtoistyöntekijöistä olisi enemmän haittaa, kuin hyötyä. Milloin pelättiin vapaaehtoisten olevan häiriökäyttäytyjiä, jotka pelottelevat asukkaita, milloin vapaaehtoiset tulevat jo

valmiiksi rollaattorin kanssa, kun oma liikuntakyky on niin huono. Vaikka vapaaehtoistyöntekijöiden saapuminen yksikköön ei lisää hoitajien tehtäviä, vaan päinvastoin, kokevat hoitaja asiassa paljon uhkakuvia. Yksi syy pelkoon töiden lisääntymisestä on vapaaehtoistyöntekijöiden rajoite ”hoitaa” asiakkaita. Vapaaehtoistyöntekijä ei vie asiakasta vessaan, pue asiakkaan päälle päivä- tai ulkovaatteita. Ulkovaatteet voi toki halutessaan avustaa asiakkaan päälle. He voivat avustaa halutessaan asiakasta ruokailussa jne. Kaikki heidän toimintansa perustuu vapaaehtoisuuteen. Heidän tehtävänä on tuoda ihmisen läsnäoloa yksinäisille ikäihmisille, jotka ovat vaikka rauhattomia yksinäisten hetkien vuoksi. Vapaaehtoistyöntekijä voi olla ainoa, joka istuu viereen ja kuuntelee juuri häntä. Tämä on mielestäni yksi parhaista tavoista helpottaa vanhuksen yksinäisyydestä johtuvaa ahdistusta. Toivon, että saisimme toiminnan aloittamisen jälkeen käännettyä henkilökunnan asenteet positiivisempaan suuntaan. Osastoilla ja kotihoidossa hoitajien kanssa käytyjen keskustelujen ja siellä pidettyjen lyhyiden esitelyjen lisäksi henkilökuntaa informoitiin sähköpostin välityksellä, jossa kerrottiin vielä yksityiskohtaisesti tulevat suunnitelmat ja ajatukset. Sähköpostilla siksi, että mikäli henkilökunnalla herää kysymyksiä niin sähköpostilla olisi helpompi kysyä kuin kasvotusten erilaisista käytännön järjestelyistä (Ahokas 2012, 34).

Heti suunnittelujen käynnistyttyä aloimme tiimin kanssa miettiä tulevan infotilaisuuden näkyväksi tekemistä. Tarkoitus oli vuoden lopussa julkaista lehti-ilmoitus paikallislehdessä (liite 2). Tämän lisäksi vanhustyön tiedottaja laittoi ilmoitukset sosiaaliseen mediaan (liite3) ja itse teimme ja toimitimme ilmoituksia eri ilmoitustauluille lähiympäristöön (liite 2).

Vapaaehtoistyön info tilaisuus olisi tarkoitus pitää jo tammikuun lopussa 2017 eli ensimmäisestä lehti ilmoituksesta oli aikaa noin kuukausi infotilaisuuteen. Tiukasta aikataulusta huolimatta ehdimme hyvin saamaan ihmiset kiinnostumaan asiasta sekä hoitamaan ilmoittautumiset, suunnitella ja jakaa tehtävät kaikille tiimiläiselle, jotta saisimme infotilaisuuden hoidettua.

Infotilaisuudessa jaoinme kaikille kiinnostuneille vapaaehtoistyön hakemukset (liite 7). Heillä oli myös mahdollisuus täyttää ja jättää hakemus samalla kertaa. Myöhemmin saman viikon aikana kävimme tiimiläisten kanssa kiinnostuneiden hakemukset läpi ja tutustuimme hakijoiden kirjoittamiin ajatuksiin etukäteen.

Seuraavien viikkojen isoimpia tehtäviä olivat vapaaehtoisten haastattelut, heidän koulutuksensa (4x) sekä perehdyttämisen ja jalkauttamisen työhön. Tein hieman omia muistiinpanoja haastattelujen lomassa, mutta suurin tiedon lähde oli hakemus (liite 7), jonka hakijat kirjoittivat haastattelujen aluksi.

4.1.2 Ensimmäinen palaveri esimiesten kanssa

Lokakuun alussa 2017 olleessa palaverissa tapasin vanhustyönjohtajan sekä oma lähiesimieheni. Palaverin tarkoitus oli asettaa tarkat raamit sille, miten ja millä taloudellisilla ja ajallisilla resursseilla vapaaehtoistyö voisi lähteä liikkeelle.

Taulukko 1. Esimiesten palaverissa esiin tulleita asioita, joihin olisi hyvä kiinnittää huomiota kehittämistyön aikana.

Lehti-ilmoitus tulevasta info-tilaisuudesta ja rekrytoinnista	Joulukuussa 2017	Lempäälän-Sanomien julkaisi tulevasta tapahtumasta jutun Hali-liitteessä 3/17 sekä erillisen ilmoituksen lehdessä 10.1.17
Rekrytointi ja ilmoittautumisten vastaanotto	Tammikuussa 2018	Vapaaehtoistyölle eli tiimin vetäjälle perustetaan oma puhelinnumero, johon kaikki yhteydenotot voidaan ohjata suoraan, ettei soittajan tarvitse kertoa asiansa montaa kertaa tai esim. palautteen kulkeutua useamman henkilön kautta asianosaisille. Samaan numeroon otetaan myös vapaaehtoistyön koulutuk-

		sien ilmoittautumiset. Numero jää vapaaehtoistyön käyttöön ns. ”viralliseksi” puhelimeksi. Puhelin on mukana aina kulloinkin työvuorossa olevalla tiimiläisellä, pääasiassa kuitenkin tiimin vetäjällä.
Vapaaehtoistyön tiimiläisten työajasta sopiminen.	Koko projektin keston ajan.	Vapaaehtoistyön organisoitiin projektinvetäjällä olisi aikaa n. 3h/vko. Tarvittaessa sen voi ylittää esim. koulutusviikkoina. Tiimiläiset käyttävät aikaa tarpeen mukaan ja sopivat asiasta aina erikseen oman lähiesimiehensä kanssa.
Infotilaisuuden tulosteet, tietokone, videotykki, osallistujille tarjottavat välipalat jne.	Tammikuussa 2018	Tulosteet voi ottaa vanhus-työn verkkotulostimella, tietokone ja tykki löytyvät luentotilasta. Tarjottavat infotilaisuuteen osallistujille hoitaa talon oma keittiö.
Koulutukset ja niistä aiheutuvat kustannukset	Kevät 2018	Koulutuksissa pyritään ensisijaisesti hyödyntämään organisaation omaa osaamista. Fysioterapeutti opastaa apuvälineiden hallinnassa, muistisairaiden kohtaamisen opetan minä muistihoitajana jne. Geriatri tilataan muualta ja

		tämä saattaa aiheuttaa hie- man kustannuksia
Vapaaehtoistyöntekijöiden pal- kitseminen. Kiitokseksi heidän tekemästään vapaaehtoistyöstä heille tarjotaan esim. jouluate- ria/-kahvit, laskiaisena yhteinen kahvittelu, grilli - hetki, syn- tymä-/ystävöpäivä- /joulukortit jne.	Projektin alusta lähtien	Vapaaehtoistyölle ei ole tehty omaa budjettia, joten oman budjetin puuttuessa sovimme, että pidämme kustannukset mahdollisim- man alhaalla, karsimatta mistään vapaaehtoisille tär- keästä esim. verkostoitu- mistapaamisia kahvilassa.

Palaverin jälkeen olimme osallistujien kesken edelleenkin yhtä mieltä siitä, että vapaaehtoistyön rooli hoitotyön tukena on suuri ja sen merkitys korostuu vielä tulevaisuudessa. Sitä tarvitsee kehittää ja kehitystyö tarvitsee vanhustyön johdon täyden tuen. Ilman tukea kehitystyötä on vaikeaa ja turhaa viedä eteenpäin. Palaverin jälkeen tunnelmat olivat hyvät eli tästä on hyvä jatkaa.

4.1.3 Vanhustyössä toimivien vapaaehtoistyöntekijöiden tapaaminen

Lempäälän kunnan vanhustyössä toimi ennen tämän projektin aloitusta muutama vapaaehtoistyöntekijä, jotka olivat halukkaita tulemaan saattohoito tilanteisiin vapaaehtoiseksi. Heidät oli rekrytoitu syksyllä 2017 Ehtookodossa järjestetyn Vapaaehtoiseksi saattohoitoon -kurssin jälkeen. Marraskuiseen palaveriin saapui kolme vapaaehtoista eli kaikki ne, joita odotettiin. Heistä jokainen oli jo aiemmin toiminut eri organisaatioissa vapaaehtoistyössä, joten he olisivat avainasemassa kertomassa, miten työtä voitaisiin aloittaa ja kehittää yhdessä.

Tavoitteena ennen toiminnan varsinaista alkamista oli selvittää mitä asioita he kokivat tärkeiksi vapaaehtoistyöntekijöinä. Mikä saa heidät liikkeelle tekemään vapaaehtoistyötä? Mitkä asiat harmittivat ja ovat vapaaehtoistyön varjopuolia? Miten he toivoisivat, että organisaatio toimisi asiassa?

Keskustelimme Himminkodossa jo toimivien vapaaehtoistyöntekijöiden kanssa siitä, kuinka toiminnan organisoimattomuus harmitti heitä eniten ja se nousi myös heidän mielestään suurimmaksi uhaksi vapaaehtoistyön kehittämiseksi. Se, ettei kukaan oikein tiedä mitä, milloinkin tapahtuu ja mitä yleensä tehdään vapaaehtoistyössä. Toiseksi, jos vapaaehtoiset eivät tiedä kenen puoleen kääntyä kysymyksinensä tai vaikka eteen tulevissa ongelmatilanteissa. Tuen tai tukihenkilön puuttuessa näissä tilanteissa he helposti kokevat, ettei heidän työtään arvosteta ja he ovat vain tiellä sekä lisärasitteena henkilökunnalle.

Asiakkaan siirtyessä kunnan asumisyksiköstä toiseen vapaaehtoistyöntekijät toivoivat mahdollisuutta “ystävyyssuhteen jatkamiseen eli toivottiin, että vapaaehtoistyöntekijälle kerrotaan muutosta ja sen ajankohdasta. Vapaaehtoistyöntekijä voi sitten itse arvioida pystyykö tai haluaako hän jatkaa käyntejä asiakkaan luona myös muuton jälkeen.

Toisinaan vapaaehtoistyöntekijät kokivat olevansa taakka työntekijöille toiveineen ja kysymyksineen. He toivoivat, että työntekijät voisivat kaiken kiireen keskellä edes hetkeksi pysähtyä ja auttaa heidät alkuun asiakkaan kanssa, vastuu pukemisesta ja vesareissuista, siirtymisistä ym. ei ole vapaaehtoisuustyöntekijällä vaan hoitajalla (Laatikainen 2011). Vapaaehtoistyöntekijät toivoisivat myös voivansa lisätä virkistystoimintaa erilaisilla tempauksilla ja tapahtumien järjestämisillä vanhuspalveluihin. Tähän toivottiin ja tarvittiin apua ja tukea hoitajilta ja muulta henkilökunnalta. Toivomuksena oli tulevaisuudessa saada tilastotietoa siitä, kuinka paljon vapaaehtoiset tekevät työtä kuukaudessa (tähän asiaan voi palata vasta ensimmäisen toimintakauden jälkeen, kun ensimmäiset ajat on kirjattu muistiin).

4.1.4 Ensimmäinen suunnittelupalaveri tiimin kanssa

Ensimmäisessä palaveri vapaaehtoistyön vetotiimin kanssa järjestettiin joulukuun alussa 2017. Tiimi koostui neljästä vanhuspalveluissa toimivasta lähihoitajasta sekä itsestäni, joka tässä tilanteessa toimi projektin vetäjänä. Pohdimme, miten saisimme mahdollisimman paljon näkyvyyttä tulevalle infotilaisuudelle. Aikaa suunniteltuun aloitusajankohtaan ei ollut paljoa, mutta halua toteuttaa suunnitelmat oli sitäkin enemmän. Vanhustyön tiedottaja vinkkasi, että joulukuun lopussa Lempäälän kunnassa ilmestyisi Hali-lehti, jossa voisi julkaista artikkelin vapaaehtoistyön suunnitelmista ja niin tehtiin (Liite 4).

Esitin myös oman logon (liite 5) suunnittelemista vapaaehtoistyölle liitettäväksi ilmoituksiin, ajatukseni ja toiveeni oli, että siinä olisivat auttavat kädet. Sain muutaman suunnitelman vanhustyön tiedottajalta, joita katsellessa tiesin mikä sopisi vapaaehtoistyön logoksi. Se olisi sydän, jonka ympärillä olisivat kädet. Logo oli juuri sen kaltainen mitä minulla oli ajatuksissa. Auttavat kädet, jotka tekevät työtä sydämellä (liite 5).

Suunnittelupalaverin lopuksi ideoimme tiiminä koulutuksia vapaaehtoistyöntekijöiden näkökulmasta eli mistä olisi eniten hyötyä vapaaehtoisten tulevia tehtäviä ajatellen. Koulutuksia järjestettiin apuvälineistä ja niiden käytöstä, vapaaehtoistyön yleisistä asioista, mm. lait ja velvollisuudet, lääkärin luento, joka käsitteli yleisesti vanhenemisen tuomia muutoksia ja niiden kanssa selviytymistä. Lopuksi tapaamisessa käsitelimme vapaaehtoistyöstä aiheutuvia kustannuksia, vapaaehtoistyöntekijöiden ajankäyttöä, vapaaehtoistyöntekijöiden kahvinkeitto mahdollisuutta, tarjoaako talo kahvit tms., liivien hankintaa, jotta vapaaehtoistyöntekijät erottuvat hoitajista, nimilappujen hankintaa ja vapaaehtoistyöntekijöiden muistamisia.

Alusta asti yhteistyö tiimin kanssa sujui hyvin ja suunnittelimme, että Himminkotoon pyritään perustamaan toiminnan laajentuessa kolme erilaista ryhmää erilaisiin tilanteisiin. Ryhmiä voisi olla mm. ulkoiluryhmä, hemmotteluryhmä ja kirjallisuusryhmä. Näille ryhmille pyrittäisiin löytämään vapaaehtoistyöntekijöistä ns. tiiminvetäjät, mutta tämän aika olisi vasta joskus tulevaisuudessa. Suunnittelupalaverissa olivat

läsnä kaikki vapaaehtoistyön kehittämistä kiinnostuneet hoitajat. Keskustelujen lomassa sain heiltä myös todellista tietoa vapaaehtoistyön tarpeesta ja tarvitsijoiden suu-
resta määrästä.

4.1.5 Tiedottaminen

Tiedottamisessa sekä ilmoitusten tekemisessä saimme apua vanhustyön toimistossa työskentelevältä tiedotuksen ammattilaiselta. Hänen avustuksellaan ja ammattitaito-
aan hyväksi käyttäen tiedotteet menivät myös kunnan intranettiin sekä muihin kunnan
käyttämiin sosiaalisen median kanaviin. Lisäksi tiedotteet pyörivät kunnan terveyses-
kuksen ja vanhustyön tiloissa olevissa info-tv -ruuduissa PowerPoint sarjoina (Liite
6). Jalkauduimme myös itse viemään julisteita (Liite 2) oman ja lähikuntien kauppojen
ilmoitustauluille. Tiedottaminen onnistui hyvin, sillä vapaaehtoistyöstä kiinnostuneita
ilmoittautui tammikuussa järjestettyyn infotilaisuuteen noin 20 henkeä.

4.2 Infotilaisuus

“Vapaaehtoistyön organisointi”- kurssilla, joka pidettiin Pirkanmaan hoitokodilla syk-
syllä 2017, oivalsin yhden asian vapaaehtoisten rekrytoinnissa. Tuo oivaltamani asia
on henkilökohtaisuus vapaaehtoistyöntekijää kohtaan. Se, että vapaaehtoistyöstä kiin-
nostuneet kohdataan yksilöinä, henkilökohtaisesti, on avain sitoutumiselle ja sille, että
vapaaehtoinen kokee itsensä arvostetuksi ja tervetulleeksi.

Tiedustelut ja henkilökohtainen ilmoittautuminen esittelyiltan oli 16.1. ja 17.1.2018
klo 8.00 - 17.00 vapaaehtoistyön puhelinnumeroon. Ilmoittautumisen yhteydessä kes-
kustelin puhelimesta hetken jokaisen soittajan kanssa ajatuksista, elämäntilanteesta,
kiinnostuksen kohteista eli kaikista asioista mistä ilmoittautajat vain halusivat kertoa
ja keskustella. Tiedostin kyllä, etteivät kaikki, joiden kanssa keskustelin, aloita vapaa-
ehtoistyöntekijöinä, mutta oli hienoa huomata, että kiinnostusta oli.

4.2.1 Esittelyillan kulku

Esittelyilta pidettiin 25.1.2018 klo 17.30 Himminkodon juhlasalissa.

Osallistujia tuli runsaasti paikalle. Mukaan oli kutsuttu myös muita vapaaehtoistyö tekevien ryhmien vetäjiä mm. Lempäälässä toimivan poikakerhon vetäjä sekä Lempäälän SPR:n vetäjä. Tarkoituksena olisi tehdä tulevaisuudessa myös heidän kanssaan tiivistä yhteistyötä vapaaehtoistyön merkeissä.

Aloitimme illan kahvilla, jotta turha jäykkyys karisisi osallistujista. Kahvin lomassa minulla vetäjän ominaisuudessa oli mahdollisuus tervehtiä henkilökohtaisesti lähes kaikkia mukana olijoita. Kahvittelun jälkeen toivotin kaikki vielä yhteisesti tervetulleeksi. V.t. vanhustyönjohtaja käytti puheenvuoron vanhustyössä olevasta suuresta avustavien käsiparien tarpeesta. V.t. vanhustyönjohtajan puheen jälkeen kerroin yleistä informaatiota vapaaehtoistyöstä. Mitä vapaaehtoistyö on ja mitä vapaaehtoistyöntekijältä toivotaan ja odotetaan. (liite 7).

Vapaaehtoistyön tiimiläiset olivat aluksi kovin arkoja kertomaan omasta toimipisteestään ja itsestään, mutta onneksi kuvien ja toistensa tuella kaikki saivat esittelynsä hoidettua kunnialla. Ajatuksena oli tehdä koko tiimi näkyväksi ei vain minua tiiminvetäjänä vaan myös muut samalla esitellen eri toimipisteitä mihin vapaaehtoistyöntekijöitä tarvittiin.

Minä vapaaehtoisena, oli keskustelun pohjustus yleiselle keskustelulle, jota kävimme loppuillan. Siinä kaksi vapaaehtoistyöntekijää kertoi ajatuksiaan vapaaehtoistyöstä. Toinen oli toiminut jo pidemmän aikaa toisessa organisaatiossa vapaaehtoisena ja oli nyt tulossa myös vapaaehtoistyöntekijäksi vanhustyöhön. Toinen, joka oli vähän aikaa aiemmin eläköitynyt hoitaja, halusi lähteä tekemään vapaaehtoistyötä eläkepäiviensä ajankuluksi. Heidän mielteensä kirvoitti antoisan yleisen keskustelun. Keskusteluissa pohdittiin kokonaisuudessa vanhuspalvelujen tilaa. Lehdet olivat jo jonkun aikaa kirjoittaneet hoivakotien heikentyneestä hoidon tasosta. Nämä kirjoitukset olivat yksi syy

miksi kiinnostus vapaaehtoistyöhön oli herännyt. Osa keskustelijoista pohti omaa rooliaan vapaaehtoistyöntekijänä, koska on ihan ”maallikko” eikä osaa oikein mitään. Osa taas sitä, kun on ollut hoitaja ennen eläköitymistä niin pelottaa, jos vaikka häntä vaaditaan osallistumaan hoitotoimenpiteisiin eikä hän oikein tiedä miten voi kieltäytyä,

Lopuksi kaikille jaettiin hakemukset ja kynät, jotta halukkaat voivat heti täyttää hakemuksen vapaaehtoistyöntekijäksi sekä varaamaan ajan haastatteluun. Haastattelujen oli tarkoitus alkaa jo seuraavan viikon aikana.

4.2.2 Vapaaehtoistyöntekijöiden haastattelut

Ensimmäinen tapaaminen vapaaehtoistyöhön haluavan kanssa on aina tärkeä ja se kutsutaanko tapaamista alkukeskusteluksi, vai haastatteluksi ei ole olennainen asia vaan se, että jokainen vapaaehtoiseksi haluava kohdataan henkilökohtaisesti. Haastattelussa on hyvä olla läsnä vapaaehtoistyöstä vastaava ja vapaaehtoinen. Keskustelun henkilökohtaisuus mahdollistaa vapaaehtoiselle kertoa omista toiveistaan, miten hän haluaisi tehdä vapaaehtoistyötä, missä hän tarvitsee tukea ja yleensä hänelle tärkeistä asioista. Lisäksi vapaaehtoistyöstä vastaava voi kartoittaa vapaaehtoisen toiveet, kiinnostuksen kohteet, odotukset ja mahdolliset aiemmat kokemukset. Vapaaehtoisen kanssa kannattaa keskustella myös eri motiiveista lähtä mukaan vapaaehtoistyötä (Laatikainen 2011, 10).

Lisäksi vapaaehtoistyöntekijän kanssa käydyssä henkilökohtaisessa keskustelussa on hyvä keskustella vapaaehtoistyöntekijän omista toiveista, siitä mitä hän toivoo saavansa vapaaehtoistyöstä. Onko se auttamisen halua, vastavuoroisuus, itsensä toteuttaminen vai itselle auttamisesta saatava hyvänolon tunne. ”Joskus, mutta onneksi harvoin on hakijalle joutunut vastaamaan kielteisesti”, kertoi Pirkanmaan saattohoitokodin vapaaehtoistyön ohjaaja. ”Tällöin syynä ei ole ollut hakijan sopimattomuus tehtäviin vaan hakijan oman elämäntilanteen epätasapaino, jonka vuoksi hän ei olisi jaksanut tehdä vapaaehtoistyötä” (Colliander 2017).

Esittelyillassa saatujen hakemusten (liite 8) perusteella otin yhteyttä henkilökohtaisesti helmikuun alussa jokaiseen hakemuksen täyttäneeseen ja sovin heidän kanssaan tapaamisen. Tapaamisessa oli hyvä käydä läpi talon toiminnan yleisiä periaatteita. Hänelle oli myös hyvä kertoa heti, ettei hänen tehtävänsä ole missään vaiheessa korvata ammattilaista eikä hänelle kuulu ammattitaitoa vaativat tehtävät (Laatinen 2011, 10). Kiinnostuneiden kanssa tapaamisissa vaihdettiin ajatuksia vapaaehtoistyöstä ja siitä, miten kiinnostuneet halusivat sitä toteuttaa samalla, kuuntelin heidän toiveitaan ja odotuksiaan vapaaehtoistoiminnalle. Tapaamisen yhteydessä käytiin myös läpi vapaaehtoistyön sopimus (liite 9) ja allekirjoitettiin vaitiolovelvollisuus lomake (liite 10) lisäksi tarvitaan lupa henkilötietojen esillä oloon vapaaehtoistoiminnan käyttötarkoituksissa (liite 11).

Haastateltavia oli alussa 5. He olivat innokkaita vapaaehtoisia, joiden toiveena oli päästä heti tekemään oikeaa vapaaehtoistyötä. Heistä neljä oli naista ja yksi mies. Myöhemmin kesken koulutusta mukaan liittyi vielä yksi mies ja myöhemmin ilmoitautui vielä yksi nuori nainen joukkoon mukaan. Henkilökohtaisen keskustelun merkitys korostuu entisestään sitten, kun vapaaehtoistyöntekijöitä on paljon. Kasvotusten on helpompi tutustua, keskustella ja pyytää allekirjoituksia sekä selvittää kaikkien papereiden ja allekirjoitusten tarkoitukset.

4.2.3 Vapaaehtoistyöntekijöiden koulutukset

Vapaaehtoisten ensimmäinen koulutuskerta oli torstaina 15.2.2018. Ensimmäiseen koulutuskertaan sisältyi mm. Lempäälän kunnan vanhustyön kaavio, jotta kokonaisuuden hahmottaminen olisi helpompaa. Vanhustyössä on paljon toimintoja, jotka eivät välttämättä näyttäytyä niin selkeästi talon ulkopuolelle. Ensimmäiseen iltaan kuului myöskin vapaaehtoistyön määritelmät ja periaatteet sekä keskusteleminen siitä, mitä vapaaehtoistyö oikein tavalliselle ihmiselle tarkoittaa ilman hienoja määritelmiä.

Ryhmässä pohdittiin myös valinnoista ja siitä voiko vapaaehtoistyöntekijä tehdä valintoja asukkaan puolesta. Keskustelussa tultiin tulokseen, ettei voi. Asukas tekee aina itse valinnat. Muistisairailta näiden valintojen tekemisessä auttaa tutut hoitajat tai omaiset. Illan aikana yhdeksi tärkeimmistä keskusteluista nousi vaitiolovelvollisuus ja

luottamuksellisuus. Asumme ja toimimme pienessä kunnassa, jossa kaikki pidempään asuneet ovat melkein pä tuttuja keskenään. Tästä syystä on todella tärkeää miettiä mitä puhuu, missä puhuu ja kenen kanssa puhuu. Luottamus on helppo menettää, mutta todella vaikea saada takaisin, joten pienet tai suuret lipsahdukset väärässä seurassa saavat helposti suuret merkitykset. Tämä eettinen periaate jatkuu vielä avustettavan kuolemankin jälkeen.

Illan lopuksi keskustelimme myös vapaaehtoistyöntekijän velvollisuuksista varsinkin siitä tärkeimmästä, että pidetään sovituista asioista kiinni. Kotiläksyksi osallistujat saivat pohtimistehtävän: "Pohdi mitä omat vahvuutesi ovat vapaaehtoistyössä".

Torstaina 22.2.2018 oli toinen koulutuskerta. Aloittelimme silloin fysioterapian ti-loissa tutustuen erilaisiin ikääntyneiden käyttämiin apuvälineisiin sekä niiden kanssa oikeaoppiseen liikkumisen avustamiseen. Nämä ohjeistukset ja neuvot antoi fysioterapeutti. Tutustuimme fysioterapeutin avustuksella rollaattoriin, pyörätuoliin, Fordiin eli korkeaan kävelytelineeseen, nousutukeen, joka kiinnitetään vuoteen reunaan ym. Rollaattori ja pyörätuoli opittiin laittamaan jopa kasaan, mikäli jossakin kauppareis-sulla tulisi yllättävä tarve ko. toiminnolle. Myös apuvälinelainaamon käyttömahdollisuudet ja sen rajoitukset kävimme läpi. Vapaaehtoiset olivat tyytyväisiä, kun näkivät itse apuvälineiden kirjoa. Näin heillä olisi mahdollisuus ohjeistaa avustettaviaan paremmin.

Toinen samalle illalle suunniteltu aihe oli vierailijoiden saapuminen Pirkanmaan hoitokodista. Sieltä saapui vapaaehtoistoiminnan ohjaaja sekä muutama vapaaehtoistyöntekijä kertomaan meille, minkä takia he ovat lähteneet vapaaehtoistyöhön mukaan. Saimme kuulla vapaaehtoistoiminnan ohjaajalta, kuinka heillä Pirkanmaan hoitokodilla vapaaehtoistyö on lähtenyt lisääntymään muutamasta henkilöstä aina tämän hetkiseen yli sataan aktiiviseen vapaaehtoiseen. Tilastoinnin mukaan heillä oli v. 2016 vapaaehtoistyön tekemiseen käytetty 21 295,5 h eli noin 12 henkilötyövuotta. Tuntimäärä on ollut lähes sama kymmenen edellistäkin vuotta. Vapaaehtoistyöntekijät olivat edelleen innokkaita tekemään tätä työtä, vaikka erään rouvan kertoman mukaan: *"...välillä tuntuu työltä, kun vierailee hoitokodissa eri ihmisten luona 4 - 5 x/viikko, mutta aina hoitokodista pois lähtiessä mieli on niin hyvä, että haluaa mennä uudelleen."* (V1, vapaaehtoinen 1).

Osa tekee koko työpäivän eli kahdeksan tuntia päivässä, osa tekee lyhyempää päivää. Mikäli työskentelee yli 4h, tarjoaa talo ruuan ja kahvin. Saunojen yhteydessä järjestetään hemmotteluja. Hoitajat hoitavat saunotuksen, mutta vapaaehtoiset ottavat asiakkaat sen jälkeen haltuun, rasvaten käsiä ja jalkoja, tarjoten takassa paistettua makkaraa, lakaten kynsiä jne.

Pirkanmaan hoitokodissa on paljon eri ryhmiä, joita vapaaehtoiset olivat esittelemässä. ”*Eräs talossa toimiva ryhmä, johon vapaaehtoinen voi kuulua on liinavaateitiimi, jonka tehtävänä on saunapäivinä vaihtaa vuoteisiin puhtaat liinavaatteet sekä niiden saavuttua pesulasta järjestellä ne kaappeihin oikeisiin paikkoihin. Lisäksi liinavaateitiimi pitää vuoteet myös asiakkaan kuoleman jälkeen puhtaaksi.*” (V2).

Mielestäni oivallus tarjota kullekin vapaaehtoistyöntekijälle heille soveltuvia työtehtäviä on loistava, koska kaikki vapaaehtoistyöntekijät eivät halua vain lukea tai istua ja kuunnella asiakasta. Toiset tarvitsevat fyysistä työtä kokeakseen olevansa tärkeä ihminen oikealla paikalla ja tekevänsä oikeaa työtä. Oli vapaaehtoistyö sitten pullanleipomista, hiusten laittamista, polttopuiden pilkkomista, tai mitä vain, kaikille on oma paikkansa ja oma tehtävänsä. Halutessaan Pirkanmaan hoitokodissa vapaaehtoistyöntekijä voi vaihtaa ryhmää tai tehdä työtä useammassa ryhmässä samanaikaisesti.

Keskiviikkona 7.3.2018 saimme vieraaksemme geriatriin, lääkäri Pirkko Jäntin. Geriatriin saaminen luennoimaan vanhenemisen muutoksista oli sen verran harvinaista, että päätimme tarjota osallistumismahdollisuuden laajemmin kuin vain vapaaehtoistyöntekijöille. Paikalle saapuikin lähes kolmekymmentä ikääntymisestä kiinnostunutta kuuntelijaa. Luento oli kokonaisuudessaan täyttä asiaa. Saimme kuulla kuinka näkö- ja kuuloaistin heikentyminen vaikuttaa kaikkeen liikkumiseen ja yleiseen huomiokykyyn. Lisäksi luento sisälsi tietoa siitä, kuinka tasapaino ei enää ole ihan samanlainen kuin kymmenen vuotta sitten. Lihasmassan heiketessä se muuttuu ja ennen kaikkea siitä kuinka paljon ihminen pystyy itse vaikuttamaan valinnoillaan omaa selviytymiseen iän tuomien haasteiden edessä: pitämään itsestään ja toimintakyvystään huolta sekä henkisesti että fyysisestikin. Geriatriin mielestäni ikä on vain numeroita, joskin sen mukana tulevat muutamat krempat. (Jäntti 2018.)

Torstaina 15.3.2018 oli viimeinen koulutuskerta. Kävimme läpi koulutuksessa mieleen nousseita ajatuksia ja kysymyksiä. Esittelin vapaaehtoisille asukkaat, jotka kaipaivat juttukaveria tai ulkoilukaveria. Olimme tiimiläisten kanssa pohtineet etukäteen henkilöiden yhteensopivuutta ja jaoin viimeisellä koulutuskerralla kaikille halukkaille ”oman kohteen”. Muutamat vapaaehtoistyöntekijöistä kokivat, etteivät vielä halua ”omaa” vaan osallistuvat aluksi mieluummin vain isompien tapahtumien järjestelyihin ja ovat siellä asukkaiden seurana ja avustamassa liikkumisessa paikasta toiseen. Lopuksi jaettiin todistukset (liite 12) ja nautittiin kakkukahvit. Aluksi osallistujia hieman huvitti ajatus todistuksesta, mutta todistuksen noudon yhteydessä huomasin, kuinka tuntui tärkeältä saada todistus siitä, että oli osallistunut ja sitoutunut johonkin. Vapaaehtoistyö antoi osallistujille juuri sen mitä sen pitikin, uusia sosiaalisia kontakteja, uusia kokemuksia, elämänhalu lisääntyy (Kuikka 2018, 25).

Eräs vapaaehtoinen tokaisi todistuksen saatuaan, että *”taidanpa laittaa todistuksen kehyksiin ja seinälle. On näet edellisestä todistuksen saamisesta jo lähemmäs 50 vuotta, niin kelpaahan tätä nyt esitellä jälkikasvulle”*. (V1)

Iso koulutusrupeama oli nyt takana. Tunteja kului aikaa paljon, kun oli järjestettävä ja selvitettävä asioita ennen jokaista koulutusta sekä niiden jälkeen, mutta lopputulos oli hyvä ja kaikki olivat tyytyväisiä koulutuksen antiin. Kaikki olivat valmiita lähtemään todelliseen työhön, vapaaehtoistyöhön.

4.2.4 Vapaaehtoisten valinta asiakkaille

Kartoitin henkilökunnan kanssa asukaskuntaa, jotka hyötyisivät vapaaehtoistyöntekijän vierailuista. Kartoituksen tuloksena löytyi saman tien kuusi asukasta, jotka halusivat ottaa vapaaehtoistyöntekijän vastaan. Pohdin yhdessä muiden tiimiläisten ja hoitohenkilökunnan kanssa sitä, kuka vapaaehtoistyöntekijä olisi kenellekin asukkaalle paras vaihtoehto. Pohdinnan jälkeen jokaiselle halukkaalle löytyi sopiva. Oli ilahduttavaa nähdä, kuinka asukkaana olevat miehet aktivoituivat ja halusivat itselleen juttukaverin. Yksi heistä oli sotaveteraani, jonka liikuntakyky oli mennyt täysin, mutta hän

kaipaisi juttuseuraan itselleen tai oikeastaan kuuntelijaa, jonka kanssa muistella men-nyttä elämää. Samoin oli toisenkin miesasukkaan kanssa. Pääasiassa hän puhui ja va-paaehtoistyöntekijä kuunteli. Toisinaan samat jutut puhuttiin uudelleen ja uudelleen, kun muisti ei enää oikein toimi, mutta se ei haittaa. On tärkeää, että on joku, joka ehtii istua lähellä ja kuunnella.

Erään muistisairaahan asiakkaan ulkoilut olivat jääneet hyvin vähälle ja oli hienoa, kun nyt hänelle voitiin tarjota yksi tai kaksi kertaa viikossa ulkoiluseuraa. Oikean balans-sin löytyminen kävelylenkkien pituuksiin oli hieman haasteellista. Ensimmäisillä ker-roilla asukas käveli itsensä ihan näännyksiin eikä vapaaehtoinen hennonut määrätie-toisesti ohjata määrätietoista miestä kääntymään aiemmin kotiinpäin. Vapaaehtoista ohjeistettiin olemaan ikään kuin isähahmo ja sen jälkeen yhteistyö alkoi sujua. Myö-hemmin lenkit lyhenivät ja suuntautuivat lähikahviloihin tai -kauppaan. Ja kaikki oli-vat tyytyväisiä tilanteeseen.

Muutos, mikä asukkaassa oli nähtävissä, oli huima. Asukas tuli aktiivisemmaksi ja muisti parantui. Useimpina viikkoina hän muisti viikonpäivän, milloin “ystävän” pi-täisi tulla ulkoilemaan hänen kanssaan.

4.3 Kehittämistyön arviointi

Kehittämistyötä arvioidessa palaan alkupisteeseen ja alussa olleeseen valtavaan innos-tukseeni. Tuntui, että kaikki on mahdollista ja asiat etenevät hienosti ilman minkään-laisia ongelmia. Yllättäen kuitenkin kaikki toiminta pysähtyi ja tultiin tilanteeseen, ettei mitään tapahtunutkaan niin ripeästi kuin aluksi ajateltiin. Jouduin kyselemään toimintatapoja useammalta eri taholta moneen eri kertaan. Vapaaehtoistyön kehittämi-nen isommalla volyymilla oli vanhuspalveluissa uusi tilanne ja siksi moni asia piti pohtia ja kysellä tarkkaan ennen kuin varsinainen rekrytointi pääsi vauhtiin. Huoma-sinkin, että tiimin jäsenillä ja muulla henkilökunnalla, jotka odottivat kovasti vapaa-ehtoistyöntekijöitä, ei meinannut kärsivällisyys riittää alun hitaaseen etenemiseen. Keskustellessani henkilökunnan kanssa huomasin, että hoitajat eivät uskoneet mitään tapahtuvankaan alun hitaan etenemisen vuoksi. Välillä ajauduin itsekin ajattelemaan

näin, mutta koska itse pohdin aina seuraavaa askelta, mikä on prioriteeteissa seuraavaksi tärkeitä, sain aina motivoitua itseni odottamaan seuraavaa siirtoa ja tavoittelemaan sitä intensiivisesti. Suunnitteluvaiheessa projekteissa ei välttämättä tapahdu mitään näkyvää. On vain paljon ajatuksia, joita ruvetaan jäsentelemään järkevään järjestykseen. On valitettavaa, ettei näihin tilanteisiin voi aina ottaa koko tiimiä mukaan, vaikka silloin he tietäisivät tarkalleen, missä mennään missäkin suunnittelun vaiheessa. Toki tapasimme tiimin kanssa suunnittelun merkeissä kaksikin kertaa, mutta selvittämiset ja suunnitelmien yhteen niputtaminen jne. jäivät minulle projektin vetäjänä.

Vapaaehtoistyön kehittämisessä törmättiin moneen projektin tunnusmerkkeihin. Kehittämistyön ainutlaatuisuus teki suunnitelmien etenemisestä välillä hidasta. Kouluksien ja tarpeiden rajaaminen oli haasteellista, mutta kannatti tehdä koska sillä saatiin raamit koko tekemiselle. Lisäksi tavoite, joka määriteltiin aluksi, oli realistinen.

Vertailukohtana kehittämistyön etenemisen onnistumisesta minulla on yksityisessä tehostetussa palveluasumisessa tehty vastaava kehittämissuunnitelma. Tosin näitä kahta kehittämistyötä ei voi suoraan verrata toisiinsa, koska tahot, johon kehittämistyön tein, ovat aivan eri kokoiset. Ero on jo pelkästään organisaation koossa ja tämän takia päätösten teko ja tiedottaminen oli kovin erilaista isommassa organisaatiossa. Työ on isossa organisaatiossa paljon hitaampaa ja työläämpää. Pienessä asioista pystyi tiedotuksen hoitaa suurimmalle osalle pitkälti yhteisen kahvipöydän ääressä, kun taas isossa organisaatiossa tiedottaminen hoidettiin pääasiassa sähköpostilla ja kiertämällä eri yksiköitä osastopalavereissa. Molemmissa oli toki riski, että aina joku jäi pimettiin tiedoista. Tiedotus on asia mihin erityisesti isossa organisaatiossa pitää kiinnittää huomiota, koska tiedonkulku on muutenkin hitaampaa kuin pienessä organisaatiossa. Miten varmistaa, että tieto tavoittaa kaikki, joita se erityisesti koskee?

Keräsin molemmissa kehittämissuunnitelmissa vapaaehtoistyöntekijöiltä palautetta hyvistä ja huonoista asioista, jotta niihin olisi helpompi sitten kiinnittää huomiota ja kehittää toimintaa vieläkin paremmaksi. Positiivista palautetta tuli mm. tiedottamisesta, tiimin jäsenien helposti lähestyttävyydestä ja jälkimmäisessä paikassa suuren positiivisen kommentin sai käyttöön ottamani "piffaus"-kahvit eli ennen suurempaa tapahtumaa

vapaaehtoistyöntekijät kutsuttiin kahville, jossa he saivat aikataulun tulevasta tapahtumasta sekä siitä, mitä heiltä odotetaan tuona päivänä. Tämän haluan ottaa myös Lemppälässä käytännöksi, koska palaute yksityisen vapaaehtoistyöntekijöiltä oli niin hyvä.

Yllättävintä palautteiden kyselemisessä oli se, että molemmissa paikoissa henkilökunnan suhtautuminen vapaaehtoistyöntekijöihin sai negatiivista palautetta. Palaute ei toki koskenut koko henkilökuntaa eikä kaikkia vapaaehtoistyöntekijöitä, mutta kuitenkin osalla henkilökunnasta oli palautteen mukaan kurja tapa kohdella vapaaehtoistyöntekijää epäasiallisesti, ohittamalla, vastailemalla tönkeästi jne. Kokonaisuutena negatiiviseen tai välinpitämättömään suhtautumiseen vapaaehtoistyöntekijöitä kohtaan tulee tulevaisuudessa myös kiinnittää erityistä huomiota, koulutuksella, tiedottamisella ja satsaamalla henkilökunnan asenneilmapiirin kehittämiseen.

4.3.1 Onnistumiset kehittämisessä

Kehittämistyön käynnistymisen jälkeen se onnistui kokonaisuudessa hyvin. Puolen vuoden aikana saimme kasvatettua vapaaehtoisten joukkoa muutamasta vähemmän aktiivisesta kuuteen aktiiviseen toimijaan. Tähän täytyy olla tyytyväinen. Vapaaehtoiset kertoivat yhteisissä tapaamisissa siitä, kuinka kiva on voida toimia ja tavata samanhenkisten kanssa, vaihtaa kuulumiset, pohtia avustettavien kanssa kohtaamisia, jakaa positiivisia kokemuksia ja saada tukea negatiivisiin kohtaamisiin.

Saimme luotua kehittämistyön aikana kannustavan, tukevan ja tasavertaisen vertaistukiympäristön vapaaehtoistyössä toimijoille. Puheensorinasta aina huomaa, että tavoiteltu yhteys vapaaehtoisten välillä on syntynyt. Vapaaehtoistyöntekijät aloittivat innolla säännölliset itsenäiset vierailut laitoksessa asuvien luona lähes saman tien koulutuksen loputtua. Eri tapahtumissa oli hieno huomata, kuinka yhteinen osallistuminen vanhuksen kanssa osa antoisaa ja kivaa niin vanhukselle kuin vapaaehtoistyöntekijällekin.

Moni asukas odottelee vapaaehtoistyöntekijän tapaamista innolla. Muuan vanhempi mies laskee päiviä siihen, kun vapaaehtoistyöntekijä on tulossa tapaamaan häntä.

Vapaaehtoistyön kehittäminen kiinnosti myös omaisia. Osa kiinnostuneista lähestyi hoitohenkilökuntaa kysellen voisiko itse tulla mukaan vapaaehtoistyöhön tai tuttavapiirissä on ystävä, joka haluaisi tulla mukaan toimintaan. Oli hienoa huomata, kuinka saimme näkyvyyttä omaistenkin keskuudessa. Omaisille välittyvä positiivinen viesti vapaaehtoisten vierailuista lisää omaisten kiinnostusta vapaaehtoistyöhön ja he kuljettavat tätä positiivista viestiä eteenpäin omalle ystäväpiirilleen. Luulen, että ns. puskaradion kautta saadaan vielä monta uutta vapaaehtoistyöntekijää mukaan toimintaan.

4.3.2 Haasteita ja kehittämispolkuja

Vapaaehtoistyön kehittämisen haasteeksi osoittautui henkilökunnan negatiivinen suhtautuminen vapaaehtoistyöntekijöiden jalkautumiseen osastoille. Kärkevintä toimintaa oli eräällä osastolla, kun vapaaehtoinen muusikko saapui musisoimaan osastolle. Hänet ohjattiin toiselle osastolle, koska henkilökunnan kahvitauko oli juuri alkamassa eikä asukkaita ollut valmiina kuuntelemassa. Osalla henkilökunnasta on tapana ”paeta” vapaaehtoisia, jotta eivät joudu olemaan heidän kanssaan tekemisissä tai tekemään mitään ”ennalta suunnittelematonta. Nämä ovat niitä kärjistyneimpiä tapauksia, mutta hämmästyttävän paljon erilaista epäasiallista käytöstä on ilmaantunut aloittamisen jälkeen. Onhan se totta, että me ollaan erilaisia ihmisiä ja reagoidaan myös uusiin tilanteisiin eri lailla.

Toinen haasteellinen tilanne mikä kehittämistehtävän aikana tuli eteen, oli vapaaehtoistyöntekijän puolelta. Vapaaehtoistyöntekijän asenne saattaa muuttua myöhemmin henkilökuntaa kohtaan ”määräävämmäksi” mikäli hän kokee, ettei ammattilaiset kuuntele hänen avustettavansa toivomuksia riittävällä intensiteetillä. Lisäksi vapaaehtoistyöntekijän kemiaat henkilökunnan kanssa eivät aina kohtaa ja tulee helposti väärin ymmärryksiä puolin ja toisin.

Kolmantena haasteena koimme ajankäytön rajallisuuden. Henkilökunnasta koostuneen tiimin jäsenet eivät tarkkaan tienneet, koska voivat olla perustehtävästä pois ja koska eivät. Tiedonkulku katkosten ja aikataulujen vuoksi kaikkia tapahtumia ei saatu

laitettua tiimiläisten työvuorosuunnitteluun valmiiksi ja tämän takia he joutuivat jättäytymään toisista tapaamisista tai tapahtumista pois.

Miten näitä kolmea asiaa voidaan kehittää? Ensinnäkin henkilökunnan asennemuutos tapahtuu hyvin hitaasti eri tilanteissa ja eri ihmisten toimesta, puhumalla henkilökohtaisesti, keskustelemalla yleisellä tasolla, kouluttamalla ja yhteisistä pelisäännöistä sopimalla jne. Asennemuutos on osittain kiinni johdon ja lähiesimiehen kiinnostuksesta vapaaehtoistyötä kohtaan ja ennen kaikkea siihen, kuinka nopeasti asenteet muuttuvat. Toisinaan on niin, ettei lähiesimies olen vielä täysin huomannut vapaaehtoistyön merkitystä ikääntyneiden arjen virkistäjänä ja silloin henkilökuntakaan ei ole motivoitunut olemaan asiasta positiivisesti kiinnostuneita. Ajatusmallin muuttaminen siten, että vapaaehtoinen on voimavara ja lisäksi asukkaiden henkisen ja fyysisen hyvinvoinnin turvaamisessa on oivallettava yleisesti. Tällöin heitä ei koeta enää rasitteena ja hoitajien lisätyöllistäjänä.

Kehitettävänä kohtana nousi myös esille vapaaehtoistyöntekijän “määräilevä/määrätietoinen” – asenne, kun hän esittää asukkaan toiveita tai omia huomioitaan hoitohenkilökunnalle. Se voi toisinaan olla todella ärsyttävää ja toiset hoitajat ovat herkempiä ärsyyntymään toisten sanomisista, mutta tässä on mielestäni hyvä huomioda vanha sananlasku” Niin metsä vastaa, kun sinne huudetaan”. Asiallisella suhtautumisella ja yhteisten pelisääntöjen muistuttamisella yhteistyö vapaaehtoisen ja hoitajien välillä onnistuu varmasti. Toisinaan hoitaja joutuu katsomaan hieman sormien välitse asioita, jotka tekisivät itse eri tavalla, mutta mikäli asukas toimii hyvässä yhteistyössä vapaaehtoistyöntekijän kanssa, niin onko sillä väliä, jos hoitaja toimisi erilaisesti. Asiakkaan mielipide ja hyvinvointi ovat tärkeitä.

Työelämän ajankäytöstä keskustellaan monissa eri tilanteissa ja niin myös tämän vapaaehtoistyön kehittämisen kohdalla. Esimiehet ja johtoporras määrittelevät yhdessä sen, miten he resursoitavat aikaa kehittämistyön tekemiseen. Tosin heille tiedottamisen kohdalla vastuu on täysin vapaaehtoistyötä organisoivan henkilön ja sitä tekevän tiimin. Jotta esimiehet ja johtoporras osaavat resursoida ajan oikein on heille tiedottaminen oltava ajantasaista ja rehellistä. Miten he voivat tietää lisääntyneen ajan tarpeesta, jos heille ei kerrota siitä?

4.3.3 Vapaaehtoistyöprosessien vertailua (Benchmarking)

Työskentelin viime vuoden aikana kahdeksan kuukautta yksityisessä tehostetussa palvelutalossa, jossa myös yhtenä työtehtävänäni oli vapaaehtoistyön kehittäminen sekä vapaaehtoistyöntekijöiden määrän lisääminen. Ero näiden kahden talon välillä oli huomattavan suuri jo pelkästään henkilökunnan ja asukkaiden määrässä tarkasteltuna. Eroja kehittämistyön onnistumisessa oli mm. siinä, miten ja kuinka paljon työnantaja on valmis satsaamaan aikaa vapaaehtoistyölle, millä aikataululla ja minkälaisiin tilanteisiin vapaaehtoistyöntekijöitä toivotaan tulevan. Isossa talossa asiat tapahtuvat aina hitaammin kuin pienessä. Henkilökuntaan vaikuttamismahdollisuudet ovat myös isossa talossa haastavammat kuin pienessä talossa. Pienessä organisaatiossa työntekijöiden ja esimiesten asenteeseen vapaaehtoistyöntekijöitä kohtaan on helppo vaikuttaa, koska jo muutaman vapaaehtoisen saapuminen taloon huomataan ja koetaan konkreettisesti. Isommassa organisaatiossa saattaa olla työntekijöitä, jotka eivät edes tiedä, että vapaaehtoisia ollaan rekrytoimassa. Henkilökunnan asenteen vaikutus vapaaehtoistyön kehittämiselle on todella suuri.

Näissä eri organisaatioissa olen huomannut myös lähiesimiehen roolin tärkeyden monessa eri asiassa, mutta ennen kaikkea kehittämisen edistämisessä ja varsinkin silloin, kun pyritään vaikuttamaan työntekijöiden tapoihin ja asenteisiin. Tärkeää on toki johtajankin suhtautuminen, mutta lähiesimiehet ovat avainasemassa. Tiedottaminen tulevaisuudessa tapahtuvasta kehittämistyöstä ja sen etenemisestä, ohjauksesta eli miten hän toivoo, että vapaaehtoistyöntekijää kohdellaan, kyselee ajatuksia ja toivomuksia henkilökunnalta ja välittää ne sitten vapaaehtoistyön organisoijalle.

Toinen iso asia on ajankäytön mahdollisuudet kehittämistyöhön. Kunnallisella sektorilla uuden vakanssin perustaminen esim. vapaaehtoistyötä varten on lähes mahdotonta ja isossa organisaatiossa asia ratkaistaan useimmiten jakamalla vapaaehtoistyön eri

tehtäviä eri työntekijöiden kesken. Mikäli jako onnistuu hyvin ja mukana oleva tiimi toimii, estetään tilanne, ettei kenelläkään vapaaehtoistyötä tekevällä ei ole kokonaiskuvaa asiasta. Tosin kaikkea ei voi eikä kannata tehdä yksin, vaan työtä kannattaa jakaa, mutta huolehtia koko ajan, että jollakin on kokonaisuus hallussa. Tehdään kehittämistyötä isossa organisaatiossa tai pienessä niin tehtävät, haasteet ja kiitollisuus vapaaehtoistyöntekijöitä kohtaan on samat.

5 POHDINTA

Vapaaehtoistyön kehittäminen osoittautui hyvin mielenkiintoiseksi projektiksi. Aluksi oli tunne, että kyllähän tämä menee tässä työn ohella vasemmalla kädellä, mutta tosin kävi. Projektin aikana toiset tilanteet muodostuivat alun ajatuksia haasteellisemmiksi. Yksi suurimpia haasteita oli perustyön ja vapaaehtoistyön yhteen sovittaminen. Ei ollut yksi eikä kaksi kertaa, kun olin asiakasta avustamassa aamutoimilla, kuin vapaaehtoistyön puhelin soi ja siellä vapaaehtoistyöntekijä tai siitä kiinnostunut, halusi kysellä mahdollisuudesta päästä mukaan työhön. Näissä puheluissa kesti aina tovi tai sitten jouduit pahoittelemaan, ettet juuri sillä hetkellä ehdi puhua. Mietinkin tähän tilanteeseen parasta ratkaisua ja se olisi soittoajan sopiminen ennalta niille päville, kun perustyötä ei ole.

Toinen asia, joka nousi haasteeksi alun kehittämisen jälkeen, oli kehittämistyön seuranta ja jatkoprosessointi. Nämä jäivät aivan keskeneräisiksi, nyt se johtui siitä, että jäin työvapaalle omasta työstäni juuri kun kehittäminen oli kiivaimmillaan. Työvapaan aikana työskentelin yksityisessä tehostetussa palveluasumisessa. Työvapaan aika toi haasteen siksi, kun vapaaehtoistyön kehittäminen jäi osaltani täysin alkukuoppiinsa sekä siellä aloittaneiden viiden vapaaehtoisen kanssa, että mahdollisten uusien vapaaehtoistyöntekijöiden rekrytoimiseksi.

Lempäälän vapaaehtoistyötä tarkastellessa tuntui, että kaikki sujui kokonaisuutena oikein hyvin. Tiimin kanssa yhteistyö onnistui ja lähiesimiehen kanssa ei ollut ongelmia

työajan käytön sopimisessa tapahtumia ja koulutuksia järjestäessä. Suurin yllätys tuli henkilökunnan puolelta ja se oli vapaaehtoistyön arvostamattomuus. En tiedä oliko se pelkoa outoa asiaa kohtaan. Itse oli kovin sinisilmäinen asian onnistumisen suhteen eikä minulla ollut oikeastaan ollenkaan ennakko-odotuksia varsinkaan negatiivisia. Siksi olikin yllätys, että vapaaehtoiisiin voidaan yleensä reagoida niinkin negatiivisesti kuin nyt tapahtui.

Lempäälä on nauhataajama, joten matka Lempäälän keskustassa sijaitsevasta Himinkodosta Sääksjärvellä sijaitsevaan Sääkskotoon on noin 15 km. Välimatkan vuoksi suunnitelmamme vapaaehtoisten rekrytoinnin keskittämistä Lempäälän keskusta alueelle onnistui hyvin. Suurimmalla osalla rekrytoituista vapaaehtoisista ei ole omaa autoa ja siksi heistä on mukavaa tehdä vapaaehtoistyötä kodin lähellä.

Toimintaympäristössä kehittämistyön aikana tapahtui muutoksia niin kuin aina organisaatiossa on tapana tapahtua kehittämisen aikana. Hoitohenkilökunta vaihtui hieman joka osastolla ja sen tähden tiedonkulun varmistaminen oli haasteellista, jotta myös uudet työntekijät saisivat ajankohtaista tietoa. Toimintaympäristössä haasteelliseksi muodostui talon suuri koko henkilökunnan kuin asiakasmääränkin osalta. Voihan se olla hyvä opetella vähän kuin kantapään kautta, mikä on paras tapa jalkauttaa vapaaehtoistyöntekijöitä toimintaympäristöön ja näin jälkepäin huomata, että tekisin nyt eri lailla. Aloittaisin vapaaehtoisten jalkauttamisen ainoastaan yhdeltä neljästä osastosta (20 asukasta) en yrittäisikään rekrytoida ja jalkauttaa vapaaehtoistyöntekijöitä koko taloon samalla kerralla.

Itselleni tuli jossakin vaiheessa suuri riittämättömyyden tunne, koska vapaaehtoistyöntekijän seuraa tarvitsevia oli niin paljon. Välillä kävi mielessä, että pitääkö tässä lähteä oman työn ohessa tekemään vielä vapaaehtoistyötä omalle työpaikalleen niin tiukkaa se teki henkisesti. Toisaalta opin sen, että vapaaehtoistyöntekijöiden lukumäärään kannattaa kasvattaa vähitellen, jotta ne ”vanhat” vapaaehtoistyöntekijät voivat olla sitten tutoreina taloon tuleville uusille vapaaehtoistyöntekijöille.

Kokonaisuutena projekti onnistui hyvin, joten kaikki sivulla 16 olevat projektin tunnusmerkit täyttyivät. Vapaaehtoistyön kehittäminen Lempäälän kunnan vanhuspalveluihin oli suunniteltu, ainutlaatuinen ja tavoitteiltaan hyvin määritelty projekti, jonka

toteuttivat nimetyt työntekijät ryhmätoiminnalla. Kehittelyn tulos oli vapaaehtoistoiminnan kehittäminen ja nykyaikaistaminen.

5.1 Kehittämistyön eettinen pohdinta

Mikäli vapaaehtoistyön kehittämisestä haetaan plussia ja miinuksia, niin yksi miinus koetaan kehittämistyön aloittamiseksi olevan se, ettei se ei ole ns. tuottavaa työtä, se on vain kuluerä. Miksi näin koetaan? Jokainen vapaaehtoistyöntekijä, joka viettää aikaa ikääntyneen tai nuoren avuntarvitsijan kanssa, tekee nimenomaan tuottavaa työtä. Vapaaehtoistyöntekijän läsnäolo on korvaamaton monissa tilanteissa, vaikka sitä ei välttämättä huomata, ellei näitä aikoja laiteta selkeästi tilastoiksi, kuten Pirkanmaan hoitokoti on tehnyt. Näitä arvokkaita arjessa tapahtuvia vapaaehtoistyöntekijöiden tehtäviä, jotka säästävät työnantajalta selvää rahaa ovat, kun vapaaehtoistyöntekijä on saattajana lääkäreissä, avustaa ruokailuissa, on kävelyllä, seurana tapahtumissa tai keskustelemassa arjen asioista.

Moni vapaaehtoistyöntekijä jättää avustustyöt heti alussa kesken, koska he jännittävät niin paljon tulevia tilanteita. Ohjaajan rooli tukihenkilönä onkin todella tärkeä, jotta osaa lukea näitä tilanteita ja olla henkisenä tukena uudelle vapaaehtoistyöntekijälle ja auttaa tarvittaessa tutustumisessa eteenpäin. Alun jännityksen jälkeen useimmat vapaaehtoistyöntekijät löytävät asukkaasta itselleen ystävän, joka antaa vapaaehtoistyöntekijälle aivan yhtä paljon kuin vapaaehtoistyöntekijä asukkaalle.

Projektin edetessä näin monta kohtaamista ja monta odotuksen hetkeä, kun asukas odotteli vapaaehtoistyöntekijän saapumista. Ja sitten, kun vapaaehtoistyöntekijä saapui, niin riemun määrä oli sanoin kuvaamaton: odotettu ystävä saapui vierailulle. Toinen tilanne missä työ palkitsi uurastuksen, oli silloin, kun yksityisellä työskentelyni aikana järjestimme muutaman isomman ulkoilutapahtuman mm. laskiaisena ja vapuna. Näissä tapahtumissa vapaaehtoisten panos oli aivan korvaamaton kuljettamisessa (tavaroiden ja asukkaiden), syömisessä avustamisessa ja seurana pitäjinä. Ilman vapaaehtoisia osa asukkaista olisi joutunut jäämään tapahtumasta pois. Sydäntä lämmitti, kun näki sen asukkaiden kiitollisuuden, kun pääsi ulkoilemaan. Samoin moni

vapaaehtoinen oli niin kiitollinen päivästä, että halauksia jaeltiin puolin ja toisin. Auttamisen ilo on yksi niitä parhaimpia iloja, sillä antaessaan saa.

5.2 Oman ammatillisuuden kehittyminen prosessin aikana

Oma ammatillisuuteni kehittyi projektin aikana lähinnä kärsivällisyyden kasvattamisen ja toisten työhön luottamisen osalta. Projektin alussa minulla oli tunne, että minun pitää tiukasti pitää kaikki langat käsissä, mutta hiljakseen opettelin antamaan eri tehtäviä toisille ja luottamaan siihen, että asiat hoituvat kyllä delegoimalla ja tehtäviä jakaenkin. Yksityisessä ympärivuorokautisessa tehostetussa palveluasumisen yksikössä oli ns. vapaammat kädet suunnitella ja toteuttaa erilaisia tapahtumia. Tosin porukka määrä oli pienempi kuin vakituksessa työssäni. Silti eri tehtävät tarvitsivat eri tekijät ja tämän asian opin siellä olo aikanaani, siirtämään tehtäviä selkeästi itseltäni toiselle. Kaikkea ei tarvitse eikä pysty tekemään itse. Pidin kyllä narut käsissäni, mutta annoin tarpeen tullessa yksi kerrallaan niistä toiselle hoidettavaksi. Se toinen saattoi olla vapaaehtoinen tai joku henkilökuntaan kuuluva. Näin saimme järjestettyä hienoja tapahtumia.

Kärsivällisyyttä opettelin ihan konkreettisesti siinä, etten varmistellut jatkuvasti onko toinen tehnyt sovitut asiat. Saatoin kysäistä jossakin vaiheessa ohi mennä, että onko asia hoidettu, mutta lakkasin stressaamasta siitä, tekeekö kaikki oman osuutensa. Silti kaikki tekivät mitä sovittiin, koska heille oli annettu ohjeet asiaan ja he tiesivät miksi joku asia tarvitsee tehdä.

5.3 Tulevaisuuden visiot

Tulevaisuudessa toivoisin, että Lempäälän kunnan vanhustyössä olisi suuri joukko vapaaehtoistyöntekijöitä, jotta siellä voitaisiin järjestää erilaisia virkistys tapahtumia heidän avustuksellaan. Tämän tilanteen saavuttamiseen kuluu vielä tovi aikaa, mutta toivottavasti pystyn jatkamaan vapaaehtoistyötä siitä mihin jätin sen työvapaalle jäädesäni syksyllä 2018. Suurimmissa visioissa eri talot ja toimijat voisivat avoimemmin tehdä yhteistyötä ikäihmisten hyvinvoinnin turvaamiseksi ja arjen virkistykseksi ja tietääkseni eri vanhustyön tahot ovat tällaisesta yhteistyöstä kehittelemässä.

Lisäksi haluaisin edelleen kehittää eri vapaaehtoistyöntekijöiden verkostoitumista toistensa kanssa tehokkaammaksi. Tähän tarvitsisi järjestää erilaisia yhteisiä tilaisuuksia, kahvihetkiä ym. Tosin aina on vapaaehtoistyöntekijöitä, jotka eivät halua osallistua näihin yhteisiin tapaamisiin, mutta taas toiset, jotka osallistuvat niihin mielellään kokevat löytäneensä hyviä ystäviä toisista vapaaehtoistyöntekijöistä. He kokevat, että on helppo puhua ihmiselle, jolla on myös kokemusta vapaaehtoistyöstä. Ei tarvitse turhaan selitellä tuntemuksiaan ja ajatuksiaan toiselle, jotta tämän ymmärtäisi mitä tarkoitetaan.

Tulevaisuudessa toivon, että Lempäälän kunnassa olisi vireä vapaaehtoistyö, jonka avulla voitaisiin toteuttaa sitä unelmaa, ettei kenenkään vanhuksen tarvitsisi elää aina yksin vaan vierellä olisi ihminen, jonka kanssa voisi kulkea osan loppumatkasta. Yksin kunnan toimesta tämä ei onnistu vaan siihen tarvitaan kaikkia kunnassa toimivia tahoja mukaan. Kolmannen sektorin mukaan tulo olisi ensiarvoisen tärkeää.

Visio on hyvin lähellä toteutua, koska keväällä 2019 vapaaehtoistyötä tekevä taho koontui Lempäälässä saman neuvottelupöydän ääreen. Kokoon kutsujana toimi seniorineuvosto. Tarkoituksena oli kartoittaa olisiko mahdollista tehdä laajempaa yhteistyötä kunnan, seurakunnan ja yksityisen palvelun tarjoajan kesken vapaaehtoisten rekrytointia ja koulutuksia mietittäessä, jotta turhia päällekkäisyyksiä vältettäisiin. Onneksi muutkin tahot olivat havahtuneet yhteistyön mahdollisuuksiin, joten kaikki olivat yhtä mieltä tavoitteesta. Tämä on hienoa, yhdessä toimien saadaan enemmän aikaiseksi. Toiminnan aloitus ajankohtana on alustavasti vuosi 2020. Tuntuu hienolta olla mukana kehittämässä jotakin ainutlaatuista tapaa tehdä vapaaehtoistyötä. Yhteistyönä. Yhdessä.

Oli ja on todella hienoa olla luomassa jotakin mikä kantaa hedelmää myös Himminkodon asukkaille asti. Tosin itselläni olisi ja on vieläkin halua ja intoa kehittää asioita edelleen pidemmälle ja ennen kaikkea hankkia lisää vapaaehtoistyöntekijöitä ikäihmisten iloksi. Tämän toteutuminen jää vielä nähtäväksi ja se, kuinka paljon meitä lopulta vuosien jälkeen on.

Se mitä itse sain kehittämistyötä suunnitellessa ja ennen kaikkea toteuttaessani sitä olivat ne lukuisat ihmiset, joihin olen jo saanut tutustua tänä aikana. Lisäksi ne monet kiitokset, jotka sain vapaaehtoistyöntekijöiltä, kun he pääsivät osallistumaan vanhusten arkeen. Monelta kuulin, kuinka heillä oli niin ihanaa ja mukavaa, kun saivat olla mukana

ja nähdä kuinka asukas virkistyi ja nautti tapahtumasta. Tämä on myös minulle itselleni paras kiitos tehdystä kehitystyöstä, jonka tarkoituksena oli saada avuntarjoaja yhteen avuntarvitsijan kanssa.

Koen suurta kiitollisuutta työnantajaani kohtaan, joka antoi mahdollisuuden käynnistää vapaaehtoistyö uudelleen Lempäälän kunnan vanhuspalveluissa. Onneksi onnistuimme tehtävässä ja toivottavasti voin ja voimme jatkaa kehittämistyötä innolla yhä edelleen uuden projektin muodossa.

LÄHTEET

Ahokas, S. 2012. Vapaaehtoistyön merkitys Kustaankartanon vanhainkodin henkilökunnan näkökulmasta. Opinnäytetyö. Metropolia.

Colliander, J. 2017. Vapaaehtoistoiminnan organisointikoulutus. Pirkanmaan hoitokoti 5.10.2017

Colliander, J. 2018. Vapaaehtoistoiminta saattohoidossa. Vapaaehtoistyötekijöiden koulutuksessa Lempäälässä 22.2.2018

Grönlund, H. 2015. Vapaaehtoistyön tekeminen Suomessa. Viitattu 20.9.2019. <https://www.helsinkimissio.fi/tiedotteet/tutkimus>

Innala, T. 2017. Vapaaehtoistyöntekijänä saattohoidossa. Ehtookoto ry. Lempäälässä 8.3.2017.

Jäntti, P. 2018. Vanhenemisen tuomat muutokset. Vapaaehtoistyöntekijöiden koulutuksessa Lempäälässä 7.3.2018

Kananen, J. 2015. Opinnäytetyön kirjoittajan opas. Tampere, Suomen Yliopistopaino Oy-Juvenes Print.

Kuikka, M. 2018. Voimaannuttava Vapaaehtoistoiminta. Pro gradu- tutkielma. Lappeen yliopisto/sosiaalityö

Laatikainen, T. 2011. Vapaaehtoistoiminnan toimintakäsikirja vanhustyöhön. Koivupirttisäätiö. Tampere. PK-Paino oy

Levo, T. 2019. Ikäihmisten yksinäisyys. Viitattu 29.3.2019. <https://elakeliitto.fi/tieto/ikaantyneen-mielenterveys/ikaihminen-yksinaisyys>

Naiset pitivät Suomen pystyssä. Iltalehti 04.12.2009, Viitattu 10.3.2019. <https://www.iltalehti.fi/talvisota>

Päijät-Hämeen vapaaehtoistoiminnan www-sivut. 2018. Viitattu 16.2.2019. <https://phvapaaehtoistoiminta.fi>

Pääkaupunkiseudun Kierrätyskeskuksen VETY-hankeen www-sivut. 2014. Viitattu 20.4.2019. https://www.kierratyskeskus.fi/files/8928/Onnistunut_vapaaehtoistoiminta_opas_VETY_0514web.pdf

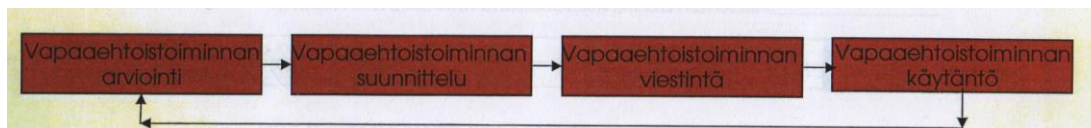
Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Tampere, Suomen yliopistopaino – Juvenes Print oy.

Kalliola - konsernin www-sivut. 2019. Kolmasosa suomalaisista haluaa tehdä vapaaehtoistyötä nykyistä enemmän. Viitattu 1.10.2019. <https://www.kalliola.fi/tutkimuskolmasosa-suomalaisista-haluaa-tehda-vapaaehtoistyota-nykyista-enemman/>

Suomen Mielenterveysseuran www-sivut 2019. Viitattu 1.4.2019. <https://www.mielenterveysseura.fi>

Tuomi, S ja Latvala, E. Opinnäytetyön ohjaajan käsikirja. Viitattu 20.3.2019.
<https://oppimateriaalit.jamk.fi/yamk-kasikirja/>

LIITE 1



LIITE2

Tapahtumia



Olisiko sinulla aikaa säännöllisesti tai silloin tällöin tuottaa hyvää mieltä ja olla hyödyksi ikäihmisille? Vapaaehtoinen voi olla apuna esimerkiksi ystävänä tai tukihenkilönä, kertaluonteisessa auttamisessa tai vaikkapa tapahtumien ja toimintahetkien järjestämisessä.

Lempäälän kunnan vanhuspalveluiden
**VAPAAEHTOISTYÖN
ESITTELYILTA**
25.1.2018 klo 17.30 Himminkodossa



Lisätietoa ja ilmoittautumiset
esittelyiltaan 16.1. ja 17.1. klo 8-17
välisenä aikana, puh. 040 1337774.

VAPAAEHTOISET

LIITE 3

”Lempäälässä aletaan kehittämään vanhustyön vapaaehtoistyötä

Kiireetön läsnäolo, kuunteleva korva, iloa, tukea, naurua, ymmärrystä, lohdutusta, kyyneleitä, läsnäoloa, aikaa, tukea, myötäelämistä, ystävyyttä. Olisiko sinulla aikaa säännöllisesti tai silloin tällöin tuottaa hyvää mieltä ja olla hyödyksi ikäihmisille?

Lempäälän kunnan vanhuspalvelut haluaa kehittää vapaaehtoistoimintaa ja lähteä rohkeasti kehittämään tätä tärkeää yhteistyön muotoa. Tarkoituksena on organisoida toimintaa paremmin, perehdyttää ja kouluttaa uusia vapaaehtoistyöntekijöitä ja välittää heitä tuen tarvitsijoille. Vapaaehtoistyön esittelyilta järjestetään 25.1 klo 17.30 Himminkodossa. Mikäli tilaisuuden jälkeen vapaaehtoistyö vanhuspalveluissa kiinnostaa, haastattelujen jälkeen järjestetään kevään aikana peruskoulutusta vapaaehtoistyöhön valituille.

Vapaaehtoisia tarvitaan jatkuvasti erilaisiin auttamistilanteisiin ja vanhustyön toimintaan mukaan. Esimerkiksi joka viides suomalainen kokee yksinäisyyttä ja jokainen voi vapaaehtoisena tuoda helpotusta yksinäisyyteen. Vapaaehtoiset voivat toimia oman kiinnostuksensa ja aikataulunsa; kerran viikossa, kerran kuukaudessa tai harvemmin. Vapaaehtoiset voivat itse valita mitä teet, milloin ja kuinka paljon. Auttamisesta saa mielenkiintoisen elämänlaatua ja toiminnan iloa tuottavan harrastuksen, joka lisää elämän merkityksellisyyttä ja tuo osallisuuden kokemuksen. Vapaaehtoisen tukea tarvitsee moni lempääläinen ikäihminen. Pienilläkin hetkillä ja teoilla on heille valtava merkitys. Tukea voi tarjota esimerkiksi ystävänä tai tukihenkilönä, kertaluonteisessa auttamisessa, saattajana asioilla tai retkillä, saattohoidossa, tapahtumien tai toimintahetkien järjestämisessä.”



Paikallista

Vapaaehtoistyö antaa sisältöä elämään

Lempäälän-Vesilahden Sanomat
Julkaistu 28.12.2017 8:00

Ystävällinen käsi asettelee kukkavieheen ikäihmisen rintaan ja sipaisee hiuksia juhlaakuntoon. Laittautuminen virittää tunnelmaan ja on aika tukevaan käsivarteen nojaten lähteä kohti juhla laisuutta. Toisaalla useat tarkkailevat korvat kuuntelevat lehtiartikkeleita, joita päivänpolttavist puheenaiheista heille ääneen luetaan. On tärkeää pysyä tilanteen tasalla, vaikka oma näkökyk onkin jo heikentynyt. Alan olla väsynyt. Pidäthän minua kädestä, en haluaisi jäädä yksin.



Anita Mutila ja Jenny Okero ovat osa viiden hengen vapaaehtoistyötä koordinoivaa tiimiä. Kuva: Jenni Hellqvist

Vapaaehtoisen tukea tarvitsee moni ikäihminen. Pienilläkin hetkillä ja teoilla on heille valtava merkitys. Tukea voi tarjota esimerkiksi ystävänä tai tukihenkilönä, kertaluonteisessa auttamis sa, saattajana asioilla, lääkärikäynnillä tai retkillä, saattohoidossa, tapahtumien tai toimintahe kien järjestämisessä. Vaikkapa kynsien lakkaaminen, hiuspapiljottien pyörittely, kiireetön kahv hetki keskustellen tai kuulumistenvaihto puhelimitse ovat päivien kohokohtia. Hoitotyöhön ku luu yhä enemmän aikaa eikä työntekijöillä aina ole mahdollisuutta istua vierellä, lukea ja ulkoi niin usein kuin tarvetta olisi.

Lempäälän kunnan vanhustalvet haluaa tuoda esiin vapaaehtoistoimintaa ja lähteä rohkea: kehittämään tätä tärkeää yhteistyön muotoa. Tarkoituksena on organisoida toimintaa entistä paremmin, perehdyttää ja kouluttaa uusia vapaaehtoistyöntekijöitä ja välittää heitä tuen tarvi joille.

Joillekin on luontevaa toimia vapaaehtoisena ikäihmisen kotona juttukaverina, toiset kokevat omaksensa isommalla porukalla toimimisen. Vapaaehtoistyön esittelyiltä järjestetään tammi- kuussa Himminkodossa. Vapaaehtoisia tarvitaan jatkuvasti erilaisiin auttamistilanteisiin ja van hustyön toimintaan mukaan.

Auttamisesta saa mielenkiintoisen elämänlaatua ja toiminnan iloa tuottavan harrastuksen, jok lisää elämän merkityksellisyyttä ja tuo osallisuuden kokemuksen. Esimerkiksi eläkkeelle jäätyä monet ovat hakeutuneet vapaaehtoistyön pariin saadakseen uutta sisältöä elämäänsä. Vapaa ehtoiset voivat toimia oman kiinnostuksensa ja aikataulunsa; kerran viikossa, kerran kuukaud sa tai harvemmin. Vapaaehtoisena voi itse valita mitä tekee, milloin ja kuinka paljon. "Vapaaef toiset tuovat väriä vanhuksen arkeen" kuvailevat tiimiläiset yhteenvetona.

Mistä on kyse?

Lempäälän kunnan vanhustalveluiden vapaaehtoistyön esittelytilaisuus 25.1.2018 klo 17.30 Himminkodossa.

Kenelle?

Vapaaehtoistyöstä kiinnostuneille, joilla on halu auttaa.

Miten?

Lisätietoa ja ilmoittautumiset esittelyiltään 16.1. ja 17.1. klo 8.00-17.00 puh. 040 1337774

teksti: Jenni Hellqvist

LIITE 5



LIITE6

MINÄKÖ VAPAAEHTOISTYÖHÖN
LEMPÄÄLÄN KUNNAN
VANHUSPALVELUIHIN?

MITÄ VOISIN TEHDÄ?

VOISIT VAIKKA



PELATA YHDESSÄ....

LUKEA



LÄHTEÄ ULKOILEMAAN YHDESSÄ....



NAUTTIA ARKIPÄIVÄN ASIOISTA....



ISTUA, KUUNNELLA, OLLA LÄSNÄ.....



ÄLKÄÄ JÄTTÄKÖ MINUA YKSIN, EI TÄNÄÄN ...



HUOMENNA MINUA EI EHKÄ ENÄÄ OLE.



Kiinnostuitko?

- ▶ Lempäälän kunnan vanhustyö hakee **vapaaehtoistyöntekijöitä** kaikkiin vanhustyön toimipisteisiin. Vapaaehtoistyötä voit tehdä, kun sinulle parhaiten sopii. Jo muutama tunti saa paljon hyvää aikaan.

**Tule kuuntelemaan lisää esittelyiltaan 25.1.2018. klo 17.30
Himminkotoon, Himminpolku 6, 37500 Lempäälä.**

- ▶ Haastattelujen jälkeen järjestämme kevään aikana peruskoulutusta vapaaehtoistyöhön valituille.

LÄHDE MUKAAN MIELEKKÄÄSEEN VAPAAEHTOISTYÖHÖN!

Tiedustelut ja ilmoittautumiset esittelyiltaan 16.1. ja 17.1. klo 8.00-17.00
puh. 040-1337774

LIITE 7



VAPAAEHTOISET



HAKEMUS VAPAAEHTOISTYÖNTEKIJÄKSI Lempäälän vanhustyöhön

NIMI: _____

SYNTYMÄAIKA: _____ IKÄ: _____

OSOITE: _____

PUHELINNUMERO: _____

SÄHKÖPOSTISOSOITE: _____

PERHESUHTEET: _____

TÄMÄN HETKINEN TERVEYDENTILA: _____

ELINTAVAT: _____

KOULUTUS: _____

TYÖKOKEMUS: _____

HARRASTUKSET: _____

LIITE

7a



MIKSI HALUAISIT VAPAAEHTOISTYÖNTEKIJÄKSI?

MILLAISIA KOKEMUKSIA SINULLA ON IKÄIHMISEN LÄHELLÄ OLEMISESTA?

ONKO SINULLE TAPAHTUNUT MERKITTÄVIÄ MUUTOKSIA ELÄMÄSSÄSI
VIIMEISEN KAHDEN VUODEN AIKANA?

MILLAISET RESURSSIT (mm. ajalliset, henkiset, fyysiset) SINULLA MIELESTÄSI
OLISI TOIMIA VAPAAEHTOISTYÖNTEKIJÄNÄ?

MITÄ MUUTA HALUAISIT ITSESTÄSI VIELÄ KERTOA?

Lempäälässä ____ . ____ 2018

Allekirjoitus _____

LIITE9



SITOUTUMINEN VAITIOLOON

Laissa sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (22.9.2000/812)

säädetään vaitiovelvollisuudesta.

Olen lukenut kääntöpuolella olevan tekstin

ja sitoudun säädettyyn vaitioloon.

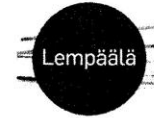
Lempäälässä, päivämäärä: _____

allekirjoitus ja nimen selvennys

Sitoumus on allekirjoitettu kahtena kappaleena,
toinen työnantajalle ja toinen työntekijälle

LIITE

10



**LUPA HENKILÖTIETOJEN ESILLÄOLOSTA LEMPÄÄLÄN
VANHUSPALVELUIDEN VAPAAEHTOISTOIMINTAAN
LIITTYVISSÄ KÄYTTÖTARKOITUKSISSA**

- Annan suostumukseni siihen, että yhteystietoni (nimi, osoite, puhelinnumero ja sähköpostiosoite) saa olla esillä vapaaehtoistoimintaan liittyvissä käyttötarkoituksissa (mm. vapaaehtoisten yhteystietolistoissa)

Lempäälässä ____ . ____ . 20 ____

Vapaaehtoistyöntekijän allekirjoitus ja nimenselvennys

LIITE 11



LEMPÄÄLÄN VANHUSTYÖ
 VAPAAEHTOISTYÖNTEKIJÖIDEN KOULUTUS
 HIMMINKOTO 15.2.2018
 (Anita Mutila 14.2.2018)

KOULUTUSAIKATAULU :



Torstaina 15.2.2018 klo 17.30 - 20.00

aiheena : Vapaaehtoistyön määritelmät, periaatteet

Torstaina 22.2.2018 klo 17.00 - 17.45

Apuvälineiden esittely ja käytön opastus (fysioterapeutti)

Fysioterapian tiloissa

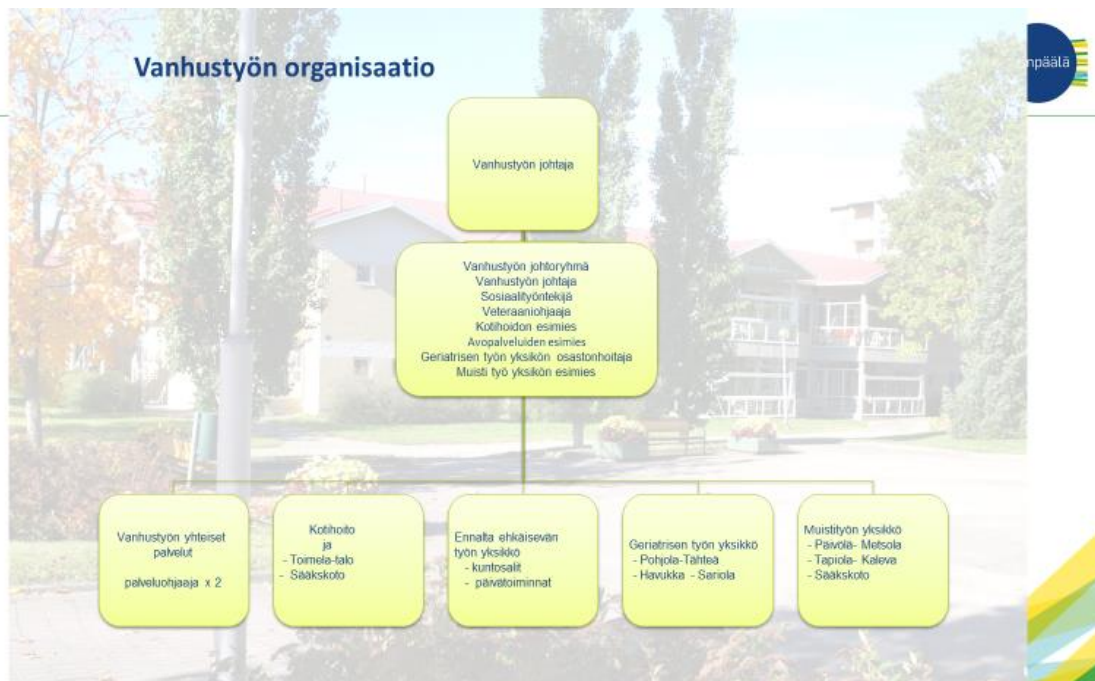
Klo 18.00 – 20.00 Pirkanmaan hoitokodin vapaaehtoistyön esittely,
 vapaaehtoistyön koordinaattori sekä vapaaehtoistyöntekijöitä

Keskiviikkona 7.3.2018 klo 17.00 - 19.30 Himmin juhlasali

Geriatri luennoi vanhenemisen tuomista muutoksista

Torstaina 15.3. klo 17.30 – 20.00 Käytännön asioiden läpikäyminen, todistusten jako ym.





MITÄ ON VAPAAEHTOISTYÖ? MITKÄ OVAT SEN PERIAATTEET?



- Vapaaehtoistyö määritellään yleisesti seuraavasti:
 - Vapaaehtoistyötä ei tehdä taloudellista korvausta vastaan eli siitä ei makseta palkkaa tai palkkiota
 - Se on avointa kaikille, kuka tahansa voi ryhtyä vapaaehtoistyöntekijäksi
 - Vapaaehtoistyöntekijällä on oikeus valita tehtävänsä ja sitoutua siihen itselle sopivaksi ajaksi, itselle sopivana ajankohtana.
 - Apua voi antaa kerran, satunnaisesti tai säännöllisesti. Etukäteen sovittuna ajankohtana tai pyydettyäessä
 - Vapaaehtoistyötä organisoii jokin taho
 - Vapaaehtoistyöntekijällä on oikeus kieltäytyä tehtävästä tai lopettaa auttaminen, jos se ei enää hänelle sovi.

VAPAAEHTOISTYÖ ON.....



- Toimimista **tavallisen** ihmisen tiedoilla ja taidoilla.
- Hän on mukana omana itsenään, omalla elämäkokemuksellaan
- Vapaaehtoistyöntekijä ei tee hoitajan tehtäviä eikä korvaa ammattilaista vaikka olisikin hoitaja ammatiltaan
- Mikäli vapaaehtoistyöstä tulee "taakka" tekijälleen, se ei enää vastaa tarkoitusta
- Omasta halusta lähtevää toisten auttamista ja tukemista tai yleishyödyllistä toimintaa

Vapaaehtoistyössä on aina kyse harrastuksesta ei työnteosta

5



MITÄ VOI TEHDÄ VAPAAEHTOISTYÖNTEKIJÄNÄ?



- VAPAAEHTOISTYÖTÄ TEHDÄÄN AUTETTAVAN EHDOLLA
 - Tavoitteena tukea ja edesauttaa autettavan hyvinvointia sekä arjessa selviytymistä hänen ehdoillaan
 - Kunnioittaa autettavan itsemääräämisoikeutta ja valintoja
 - **Vapaaehtoinen voi** olla juttuseurana, ulkoiluystävänä, käydä kirkossa, saattoapuna, kahviseurana, lukea, hoitaa kauneutta, tehdä yhdessä käsitöitä, laulattaa, esiintyä, kuunnella, vetää ryhmiä esim. kysellä arvoituksia tai olla läsnä kuolevan vierellä

6



VALINTOJA



- Vapaaehtoistyöntekijä ei tee valintoja autettavan puolesta
- ”Henkilökemiat” on hyvä huomioida sekä autettavan että vapaaehtoisen puolesta, toimimaton vuorovaikutussuhde kannattaa lopettaa eikä sitä kannata ylläpitää väkisin
- Autettava ja auttaja ovat tasa-arvoisia keskenään, kaikki ovat yhtä arvokkaita.
- Vapaaehtoistyötä organisoivilla tahoilla on usein erilaisia tapoja kiittää ja tukea vapaaehtoistyöntekijöiden jaksamista.

7



LUOTTAMUKSELLISUUS JA VAITIOLOVELVOLLISUUS



- Vapaaehtoisuudesta huolimatta toiminta edellyttää sitoutumista luvattuihin ja sovittuihin asioihin
- Tehdään se, mitä on sovittu niin hyvin kuin osataan
- Omat voimavarat on arvioitava niin, ettei lupaa enempää kuin mihin on aikaa ja voimavaroja
- Vapaaehtoistyöntekijä allekirjoittaa vaitiolovelvollisuus sopimuksen ja sitoutuu ehdottomaan vaitiolovelvollisuuteen vapaaehtoistyössä saamistaan asioista
- Autettavan asioista ei koskaan saa kertoa ulkopuolisille ilman asianomaisen suostumusta
- Vaitiolovelvollisuus jatkuu myös tuettavan kuoleman jälkeen tai jos vapaaehtoistyöntekijä lopettaa vapaaehtoistyöntekijänä toimimisen

8



OIKEUS



- Vapaaehtoistyöntekijöillä on tapaturmavakuutus Lempäälään kunnan toimesta.
- Mikäli vapaaehtoistyössä sattuu yllättävä ja äkillinen tapaturma ota yhteys vapaaehtoistyön tiimin jäsenen. Kerro tapahtunut yksityiskohtaisesti. Mene lääkäriin viimeistään seuraavana päivänä.
- **Vapaaehtoistyötä tarjoavan tahon tulee** perehdyttää vapaaehtoistyöntekijät asianmukaisesti talon toimintaan ja vapaaehtoistyöntekijän tehtäviin
- Tarjota mahdollisuus keskusteluun ja tuen saantiin
- Apua ja neuvoja vapaaehtoistyössä mahdollisesti eteen tuleviin haasteisiin tai ongelmallisiin tilanteisiin
- Rohkaista, kannustaa ja kiittää tärkeästä työstä

9



SUVATSEVAISUUS



- Periaatteisiin kuuluu suvaitsevaisuus autettavia ja heidän mielipiteitään kohtaan
- Mikäli kuoleva ihminen tai hänen omaisensa haluavat keskustella uskoon, vakaumukseen, elämäkatsomukseen tai uskontoon liittyvistä asioista, se tapahtuu **aina autettavan ehdoilla.**
- Vapaaehtoistyöntekijöiden oma vakaumus ei saa olla keskustelun ja kohtaamisen lähtökohtana.

10



MIKSI NÄMÄ PERIAATTEET?



- Periaatteiden yksi tarkoitus on suojella vapaaehtoisia ja turvata hänen jaksamisensa myös haastavissa tilanteissa
- Uupunut vapaaehtoistyöntekijä ei voi auttaa muita, siksi omasta jaksamisestaan ja omista rajoistaan on tärkeää pitää huolta
- Mikäli pyydetään jotakin semmoista mitä ei itse halua tehdä tai mikä ei kuulu vapaaehtoiselle siitä voi kieltäytyä periaatteisiin vedoten
- Epävarmoissa tilanteissa kannattaa kääntyä vapaaehtoistiimin puoleen (Vapaaehtoistyön tiimin puh. 040 1337774 tai Anita 040 1337699)

11



Vapaaehtoistyöntekijän oikeudet, vastuut ja velvollisuudet kootusti



OIKEUS...

- osallistua koulutukseen ja perehdytykseen
- saada tehtävään opastusta ja ohjausta
- saada tietoa, kehen olla yhteydessä ongelmatilanteissa
- tukeen sekä saada apua haastaviin tilanteisiin
- sitoutua itselle sopivaksi ajaksi itselle sopivaan tehtävään
- pitää taukoa ja/tai lopettaa vapaaehtoistyö
- sanoa myös ei ja laittaa aina oma jaksaminen etusijalle
- yhteistyöhön henkilökunnan, omaisten ja toisten vapaaehtoistyöntekijöiden kanssa
- saada toiminnasta itselle iloa ja jaksamista, kokemusta tarpeellisuudesta ja hyvästä työstä
- vaihtaa tehtävää tai auttamisen kohteena olevaa henkilöä

12



VELVOLLISUUS....

- pitää kiinni sovituista asioista ja luvatuista sitoumuksista
- ilmoittaa, jos ei voi pitää kiinni sovituista asioista
- ja oikeus osallistua mahdollisiin jatkokoulutuksiin, tapaamisiin, palautteen antamiseen ja muihin tehtäviin liittyviin käytäntöihin

Vaitiolo velvollisuus !



13

VASTUULLA.....

- kysyä, kun joku asia askarruttaa tai ei tiedä miten pitää toimia
- kertoa vapaaehtoistyössä havaitsemistaan asioista, jotka vaatisivat joitain toimenpiteitä
- pyytää apua ongelmiin ja haastaviin tilanteisiin ja tukea tarvittaessa

" KOTILÄKSY "

Pohdi mitä omat vahvuutesi ovat vapaaehtoistyössä?



VAPAAEHTOISTYÖNTEKIJÄ

XXXX XXXXXX

on suorittanut hyväksytysti Lempäälän kunnan vanhustyön
VAPAAEHTOISTYÖNTEKIJÄN peruskurssin, jonka johdosta hänelle
myönnetään

PÄÄTTÖTODISTUS

Päiväys 15.3.2018.

Aiita Mutila

Leda A