

Ulla Pohjanmaa

Vapaaehtoistoiminnan merkitys tekijälleen Kinaporin palvelukeskuksessa

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Geronomi (AMK)

Vanhustyö

Opinnäytetyö

5.9.2016

Tekijä Otsikko Sivumäärä Aika	Ulla Pohjanmaa Vapaaehtoistoiminnan merkitys tekijälleen Kinaporin palvelukeskuksessa 47 sivua + 3 liitettä 5.9.2016
Tutkinto	Geronomi (AMK)
Koulutusohjelma	Vanhustyön koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Vanhustyö
Ohjaaja	Lehtori Tuula Mikkola
<p>Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli perehtyä Kinaporin palvelukeskuksen vapaaehtoistoimintaan eläkeikäisten vapaaehtoisten näkökulmasta. Tavoitteena oli selvittää, mitä vapaaehtoistoiminta tekijälleen antaa ja merkitsee. Samalla haluttiin myös tutkia, mikä on yhteisöllisyyden merkitys vapaaehtoiselle tällaisessa toimintaympäristössä. Opinnäytetyöllä haluttiin myös kartoittaa vapaaehtoistoiminnan jatkuvuuden edellytyksiä Kinaporissa.</p> <p>Tämä opinnäytetyö on tutkimusotteeltaan kvalitatiivinen, ja sen tiedonkeruu on toteutettu teemahaastatteluin. Eläkkeellä olevista vapaaehtoisista nuoremman polven edustajat ovat toiminnan kantava voima lähivuosina. Jotta saataisiin mahdollisimman paljon tietoa nuorempien vapaaehtoisten ajatuksista jatkuvuutta silmällä pitäen, valittiin haastateltaviksi viisi Kinaporin palvelukeskuksen vapaaehtoisia, jotka olivat iältään 65–70-vuotiaita ja joilla oli alle viiden vuoden kokemus vapaaehtoistoinnasta.</p> <p>Tutkimuksen tuloksina voidaan todeta, että Kinaporilla oli hyvinkin erilainen merkitys ja painoarvo eri vapaaehtoisten elämässä. Palvelukeskus luo vapaaehtoistoinnalle monipuoliset puitteet merkitykselliseen toimintaan, sosiaalisiin suhteisiin, muiden auttamiseen ja uuden sisällön saamiseksi elämään. Vaikka palvelukeskus luokin puitteet yhteisöllisyyden kokemukselle, kaikki vapaaehtoiset eivät koe sitä olennaiseksi seikaksi. Tärkeämmäksi tuntuu nousevan se, että palvelukeskuksen tarjoamat mahdollisuudet vapaaehtoistyön tekemiseen ovat niin moninaiset. Vapaaehtoistoiminnan jatkuvuuden kannalta olennaiseksi koettiin resurssit, joista erityisesti nostettiin esille vapaaehtoistoiminnan ohjaajan tarpeellisuus. Myös uusien vähemmän sitovien toimintamuotojen kehittäminen sekä uusien vapaaehtoisten tukeminen nostettiin esille tulevaisuuden edellytyksinä.</p> <p>Tutkimuksessa oli havaittavissa, että yhteisöllisyys on palvelukeskuksissakin yksilöllistä. Palvelukeskuksen vapaaehtoistoiminta tarjoaa paitsi puitteet monipuoliselle toiminnalle myös mahdollisuuden hyvinkin erilaisten ihmisten kohtaamisiin, mikä omalta osaltaan kasvattaa ymmärrystä ja suvaitsevaisuutta. Palvelukeskuksessa tehtävä vapaaehtoistyö myös tuntuu turvalliselta. Nämä palvelukeskuksissa toteutettavan vapaaehtoistoiminnan erityispiirteet ja merkitykset on hyvä tunnistaa ja ruokkia niitä myös jatkossa, kun koko Helsingin kaupungin palvelukeskustoimintaa kehitetään osana mittavaa uudistamishanketta.</p>	
Avainsanat	Vapaaehtoistyö, vapaaehtoistoiminta, yhteisöllisyys, palvelukeskus, eläkeläinen

Author Title Number of Pages Date	Ulla Pohjanmaa Volunteering in Kinapori Service Centre and its Significance to Volunteers 47 pages + 3 appendices Autumn 2016
Degree	Bachelor of Social Services and Health Care
Degree Programme	Elderly Care
Specialisation option	Elderly Care
Instructor	Tuula Mikkola, Principal Lecturer
<p>The purpose of this Bachelor's thesis was to study what volunteers in Kinapori service centre feel they get from volunteering and what it means to them. Another point of interest was community and what it means to the volunteers in the service centre environment. One more aim of the study was to chart what is needed to ensure that volunteering in Kinapori continues also in the future.</p> <p>This is a qualitative study and it was conducted by theme based interviews. Since one aim of the study was to get as much information as possible on continuity of the volunteering in the future, the focus of the study was on the younger retired volunteers, who will be the backbone of the action in the future. The sample of five volunteers was selected from a pool of volunteers whose age was 65-70 years and who had less than five years of experience in volunteering.</p> <p>The results showed that Kinapori had a very different role and meaning in volunteers' lives on individual level. Service centre generates diverse ground for volunteering in forms of meaningful action, social relationships, helping others and getting new content to life. Even though service centre is a natural place to experience community, all the volunteers do not consider it to be essential for them. More important is the fact that the service centre creates such versatile possibilities to act as a volunteer. When regarding continuity of volunteerism, resources were considered to be fundamental; especially the important role of an instructor was mentioned. In the future new forms of less binding volunteerism should be developed as well as supporting of new volunteers in the beginning of their career.</p> <p>The results lead to the conclusion that communality in service centres is also individual. Service centres do not only generate ground to versatile action but they also generate frame to meet very different people, which cultivates understanding and tolerance. Service centre is seen as a safe place to work as a volunteer. These special features and significance of volunteering in a service centre should be recognized and fostered in the future, when the whole concept of service centres is being developed by the City of Helsinki.</p>	
Keywords	Volunteering, volunteerism, service centre, community, retiree

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Ikäihmisten vapaaehtoistoiminta	3
2.1	Suomalaiset ja eurooppalaiset vapaaehtoisina	3
2.2	Helsingin kaupungin organisoima vapaaehtoistoiminta ikääntyneille	5
2.3	Vapaaehtoistoiminta Kinaporin monipuolisessa palvelukeskuksessa	6
3	Yhteisöllisyyden merkitys	8
3.1	Nykyajan yhteisöllisyys	8
3.2	Eläkeikäisten yhteisöt	10
4	Vapaaehtoistoimintaan osallistumisen motiivit ja hyödyt	12
4.1	Vapaaehtoistominnan timanttimalli	12
4.2	Vapaaehtoistoimintaan osallistumisen hyödyt ikäihmisille	15
5	Opinnäytetyön toteutus	18
5.1	Taustaa	18
5.2	Opinnäytetyön tavoite ja tutkimuskysymykset	19
5.3	Tutkimustavan ja haastateltavien valinta	20
5.4	Haastattelujen toteutus	21
5.5	Haastatteluaineistojen käsittely	24
6	Opinnäytetyön tulokset	25
6.1	Haastatteluihin perustuva kokonaiskuva	26
6.2	Vapaaehtoistominnan motiivit ja merkitys	28
6.3	Yhteisöllisyyden kokemus	30
6.4	Vapaaehtoistominnan tulevaisuus	32
7	Johtopäätökset	34
7.1	Yhteisöllisyyden merkitys Kinaporin vapaaehtoisille	35
7.2	Vapaaehtoistominnan motiivit ja merkitys Kinaporissa	36
7.3	Vapaaehtoistominnan jatkuvuuden edellytykset Kinaporissa	39
7.4	Tutkimuksen luottamuksellisuus ja luotettavuus	40
7.5	Pohdinta	41
	Lähteet	44

Liitteet

Liite 1. Haastattelurunko

Liite 2. Informointikirje haastateltaville

Liite 3. Suostumus tutkimukseen osallistumisesta

1 Johdanto

Vapaaehtoistoiminta täydentää erilaisilla toimintamuodoillaan tänä päivänä niin julkisen, yksityisen kuin järjestösektorinkin tarjoamia sosiaali- ja terveyspalveluja. Geronomi tulee hyvin todennäköisesti työelämässä kohtaamaan ja ehkä myös aktiivisesti toimimaan vapaaehtoisten kanssa. Näin ollen tulevan geronomin on hyvä ymmärtää vapaaehtoistoiminnan yhteiskunnallinen merkitys sekä ikäihmisille tuotetuissa palveluissa että ikäihmisten itsensä tuottamana. Vapaaehtoisuuden arvoa ei kuitenkaan voi mitata pelkästään yhteiskunnalle tuotettuina tunteina vaan myös vapaaehtoistoimijan aktiivisena panostuksena omaan hyvinvointiinsa.

Edelleenkin hyvinvointia ja terveyttä tuottavista tekijöistä puhuttaessa on pääpaino palveluissa, joista suuri osa on korjaavaa toimintaa ennaltaehkäisyyn sijaan. Kuitenkin merkittävän osan hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä toteuttavat ihmiset itse edistäessään omaa hyvinvointiaan, järjestöt organisoidessaan vapaaehtoistoimintaa sekä ihmiset auttaessaan toisiaan ilman välittäjäorganisaatioita. (Helin 2016: 4.) Kansainvälisten tutkimusten mukaan juuri eläkeiässä vapaaehtoistoiminnalla on suotuisia hyvinvointi- ja terveysvaikutuksia. Suomessa asia ei kuitenkaan ole saanut kovin paljon julkisuutta, eikä vapaaehtoistoimintaa hyödynnetä eläkeikäisten terveyden edistämisen keinona, vaikka se sitä selvästi on. (Tiihonen 2011: 5.) Tämän opinnäytetyön tarkoitus onkin perehtyä vapaaehtoistoimintaan ikääntyneen vapaaehtoistoimijan näkökulmasta ja selvittää mikä merkitys toiminnalla on vapaaehtoisen elämään ja hyvinvointiin.

Olen toteuttanut opinnäytetyön Helsingin kaupungin sosiaali- ja terveysviraston alaisuuteen kuuluvassa Kinaporin monipuolisessa palvelukeskuksessa. Tarve ymmärtää vapaaehtoisten ajatusmaailmaa avautuu tarkasteltaessa palvelukeskusten kehittämisohjelmaa vuosille 2014–2016. Ohjelman tavoitteena on, että ohjelmakauden loppuun mennessä vain 25 % palvelukeskusten toiminnasta olisi sosiaali- ja terveysviraston työntekijöiden tuottamaa. 75 % toiminnasta pitäisi siis toteutua kaupungin muiden virastojen, järjestöjen, yhdistysten, seurakunnan ja vapaaehtoisten toimesta. Tavoitteeseen on vielä matkaa, sillä vuonna 2014 keskimäärin 32,4 % palvelukeskusten toiminnasta oli sosiaali- ja terveysviraston tuottamaa. (Palvelukeskustoiminnan kehittämisohjelma vuosille 2014–2016: 27.) Vapaaehtoisia kuulemalla voidaan toimintaa kasvattaa ja kehittää entisestään sekä palvelukeskusta että vapaaehtoista itseään paremmiksi toiminnaksi.

Palvelukeskusten vapaaehtoistoimintaan osallistujista suurin osa on ns. kolmasikäisiä, jotka elävät usein varsin aktiivista elämää työiän ja hoivaa edellyttävän vanhuuden välissä. Palvelukeskusten vapaaehtoistoiminnassa on tällä hetkellä huomattavissa sukupolven vaihtuminen, uudet kolmasikäiset eivät ole yhtä valmiita säännöllisiin sitoumisiin yhteisön hyväksi kuin aiemmat sukupolvet. Tämä muutos tuo oman haasteensa vapaaehtoistoiminnan jatkuvuudelle. Jotta saataisiin mahdollisimman paljon tietoa vapaaehtoistoiminnan merkityksestä nuoremmalle polvelle, haastattelin opinnäytetyötä varten alle 70-vuotiaita toiminnassa vähemmän aikaa (alle 5 v) mukana olleita vapaaehtoisia.

Opinnäytetyön aluksi vapaaehtoistoimintaa taustoitetaan tarkastelemalla millaisia eroavaisuuksia osallistumisaktiivisuudella on Euroopassa. Kansainväliseltä tasolta siirrytään tarkastelemaan tarkemmin ikääntyneiden vapaaehtoistoimintaan osallistumista Suomessa. Valtakunnalliselta tasolta siirrytään vielä Helsingin kaupungin organisoimaan vapaaehtoistoimintaan, joka kohdistuu erityisesti ikäihmisiin. Näin saadaan jonkinlainen käsitys vapaaehtoistoiminnan maailmasta, jonka osana tutkimuksen kohteena olevan Kinaporin palvelukeskuksenkin vapaaehtoiset toimivat. Palvelukeskuksessa toteutettavan vapaaehtoistoiminnan keskeinen piirre on se, että toiminta tapahtuu aina osana yhteisöä. Tästä syystä opinnäytetyön teoriaosiossa perehdytään myös yhteisöllisyyteen sekä yleisesti että kolmasikäisten näkökulmasta. Ennen opinnäytetyön tutkimusosioon siirtymistä esitellään vapaaehtoistoiminnan motiiveja kuvaava Yeungin (2005: 107) timanttimalli sekä aiempaa tutkimustietoa vapaaehtoistoimintaan osallistumisen hyödyistä eläkeikäisille.

Opinnäytetyön tavoitteena on selvittää millaisia motiiveja palvelukeskuksen vapaaehtoistoimintaan osallistumisen taustalta löytyy, mitä vapaaehtoistoiminta tekijälleen antaa ja millaiset asiat ovat merkityksellisiä vapaaehtoisille, jotta he sitoutuisivat toimintaan myös tulevaisuudessa. Oletuksena on, että yhteisöllisyyden merkitys ja kokemus korostuvat palvelukeskusten vapaaehtoisten joukossa. Vapaaehtoistoimintaan osallistumisen yleisen tarkastelun lisäksi tarkastellaankin, millaisia yhteisöllisyyden ja yhteenkuuluvuuden tuntemuksia vapaaehtoinen kokee palvelukeskusympäristössä.

2 Ikäihmisten vapaaehtoistoiminta

Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto on määritellyt vapaaehtoistoiminnan vuonna 2005 seuraavasti: Vapaaehtoistoiminta on yksittäisten ihmisten ja yhteisöjen hyväksi tehtyä toimintaa, josta ei saa rahallista korvausta, joka tehdään ilman pakkoa ja jota ei pidetä velvollisuutena perhettä tai sukua kohtaan. (Tulikallio - Malinen 2009: 9.)

Tässä opinnäytetyössä vapaaehtoistyöllä tai vapaaehtoistoiminnalla tarkoitetaan Euroopan parlamentin vuonna 2008 määrittelemät kriteerit täyttävää toimintaa. Näiden kriteerien mukaan vapaaehtoistyö on palkatonta, eikä sitä tehdä taloudellista palkkiota vastaan. Vapaaehtoistyötä tehdään omasta vapaasta tahdosta ja se on kaikille avointa. Lisäksi vapaaehtoistyö hyödyttää kolmatta osapuolta perheen ja ystäväpiirin ulkopuolella. (Vapaaehtoistyö, talkootyö, naapuriapu – kaikki käy 2015: 14.)

2.1 Suomalaiset ja eurooppalaiset vapaaehtoisina

Euroopan Neuvosto halusi osoittaa, että vapaaehtoistoiminta on yksi aktiivisen kansalaisuuden ja demokratian keskeisistä tekijöistä ja nimesi siksi vuoden 2011 Vapaaehtoistyön teemavuodeksi (Pessi – Oravasaari 2010: 8). Vapaaehtoistoimintaan osallistumista on teemavuoden innoittamana tutkittu 27 EU-maassa laajasti vuonna 2012. Osallistuminen on Suomessa yleisempää kuin monissa muissa Euroopan maissa. Kun tarkastellaan kaikkien vapaaehtoistyöhön osallistuneiden %-osuuksia EU-maittain, niin Suomi sijoittuu neljänneksi. Vain Itävallassa, Ruotsissa ja Irlannissa vapaaehtoistoimintaan osallistuneiden osuus väestöstä on Suomea suurempi. (Vapaaehtoistyön mittarit EU:ssa ja Suomessa.) Vapaaehtoistoiminta on yleisempää niissä maissa, joissa on mahdollisuus valita toiminta omien intressien mukaan, esim. kulttuurin tai vapaa-ajan toimintojen parista. Myös yhteiskunnan rakenteet ja instituutiot vaikuttavat vapaaehtoistoimintaan. Osallistuminen on yleisempää maissa, joissa valtauskontona on kristinusko tai protestanttinen uskonto, pitkä historia demokratiasta ja taloudellinen kehitys korkealla tasolla. (Volunteering by older people in the EU 2011, 13.)

Vapaaehtoistoimintaan osallistuminen on vähäisintä Bulgariassa, Virossa, Unkarissa, Puolassa, Venäjällä, Slovakiassa ja Ukrainassa (Vapaaehtoistyön mittarit EU:ssa ja Suomessa). Monissa sosialistisissa maissa vapaaehtoistoiminta oli aikanaan pakollista puolueen vaatimuksesta. Myös talouden romahdus Itä-Euroopassa on saattanut johtaa

siihen, että taloudellisten paineiden alla kamppailevilla kansalaisilla ei ole ollut aikaa vapaaehtoistoiminnan kaltaiselle ”ylellisyydelle”. Yksi syy vapaaehtoistoiminnan vähäisyyteen saattaa olla myös toimintaan liittyvän infrastruktuurin puuttuminen, jolloin vain kaikkein motivoituneimmat ihmiset lähtevät toimintaan mukaan. (Plagnol – Huppert 2010, 171.)

EU-tasolla miesten osallistuminen vapaaehtoistoimintaan on yleisempää kuin naisten (33 % vs. 31 %). Suomessa tilanne on päinvastainen, naisista vapaaehtoistyöhön osallistuu 50 %, mutta miehistä 45 %. Ikäluokittain tarkasteltuna vapaaehtoistyöhön osallistuneiden %-osuus koko ikäluokasta näyttää olevan Euroopassa melkoisen tasaista alle 64-vuotiaiden keskuudessa. Selkeä pudotus tapahtuu 64 ikävuoden kohdalla, jonka jälkeen vapaaehtoistoimintaan osallistuneiden määrä on 26 %. Suomessa puolestaan osallistuminen on merkittävän korkealla tasolla nuorten aikuisten keskuudessa ja laskee tasaisesti iän karttuessa. Kuitenkin yli 64-vuotiaistakin 40 % osallistuu vapaaehtoistoimintaan, 13 % heistä säännöllisesti. (Vapaaehtoistyön mittarit EU:ssa ja Suomessa.) Yhdysvalloissa tehdyn vapaaehtoistutkimuksen tulokset muistuttavat Euroopan tuloksia. Vapaaehtoistyötä tekevien osuus ikäluokasta laskee iän myötä, mutta vanhemmat vapaaehtoiset käyttävät vapaaehtoistoimintaan enemmän aikaa kuin nuoremmat. Iäkkäiden vapaaehtoistoimintaan osallistumisen todennäköisyys kasvaa koulutuksen, tulojen, terveyden, sosiaalisen osallisuuden ja uskonnollisen toiminnan myötä. (Morrow-Howell 2010: 462.)

Suomalaisten tekemää vapaaehtoistyötä on tutkittu tarkemmin Kansalaisareenan tilauksesta vuosina 2010 ja 2015 (Vapaaehtoistyö Suomessa 2010 ja 2015). Vuonna 2015 tehdyn haastattelututkimuksen mukaan 32,7 % suomalaisista ilmoitti tehneensä vapaaehtoistyötä neljän viimeksi kuluneen viikon aikana, keskimäärin 18,09 tuntia. Viisi vuotta aiemmin toteutetussa vastaavassa tutkimuksessa vapaaehtoistyötä tehneiden osuus väestöstä oli suurempi, 34,4 %, mutta tehty tuntimäärä oli huomattavasti pienempi, keskimäärin 13,35 tuntia. Viiden vuoden vertailujaksolla vapaaehtoistoiminnan arvo onkin kasvanut entisestään. Vapaaehtoistoimintaan käytetty kokonaistuntimäärä vuonna 2015 oli yhteensä 167890 henkilötyövuotta. 10 €/h minimipalkalla laskettuna vapaaehtoistoiminnan arvo suomalaiselle yhteiskunnalle vuonna 2015 oli 2,95 miljardia euroa.

Saman tutkimuksen perusteella voidaan ikäihmisten todeta olevan keskimääräistä ahkerampia vapaaehtoistyön tekijöitä. 65–79-vuotiaista suomalaisista 38,3 % kertoi teh-

neensä vapaaehtoistyötä neljän viimeksi kuluneen viikon aikana ja vapaaehtoistyöhön kului tuona aikana keskimäärin 23,01 tuntia. (Vapaaehtoistyö Suomessa 2010 ja 2015.) Tämän tiedon perusteella arvioituna 30 % vapaaehtoistoiminnan arvosta suomalaiselle yhteiskunnalle on 65–79-vuotiaiden toimijoiden tuottamaa.

Osana laajempaa ikäihmisten vapaaehtoistoiminnan tutkimushanketta (Vavero) toteutettiin syksyllä 2008 kyselytutkimus pääkaupunkiseudun järjestöjen 60 vuotta täyttäneiden jäsenten keskuudessa. Kiinnostuksen kohteena oli osallistuminen vapaaehtoistoi-
mintaan sekä erilaiseen yhdistys-, harrastus- ja vapaa-ajantoimintaan. Kyselyn vasta-
uksissa nousi esille, että vapaaehtoistoi-
minta, yhdistystoiminta ja harrastustoiminta
limittyvät toisiinsa monin tavoin, eivätkä niiden väliset rajat aina ole selkeitä. Kyselyssä
kartoitettiin myös syitä siihen miksi vapaaehtoistoi-
mintaan ei osallistuta. Ajan puutteen
(37,5 %) ja terveydellisten syiden (28,9 %) jälkeen nousi esille se, että kukaan ei ole
pyytänyt mukaan toimintaan (18,4 %) ja että ei ole tullut ajatelleeksi asiaa (18,4 %).
(Rajaniemi 2009: 2, 24.)

2.2 Helsingin kaupungin organisoima vapaaehtoistoi- minta ikääntyneille

Vapaaehtoistoi-
minnasta kiinnostuneelle ikäihmiselle on Helsingin alueella runsain mi-
toin erilaisia vaihtoehtoja. Helsingissä joulukuussa 2015 järjestetyillä vapaaehtoistoi-
minnan messuilla yli 80 eri tahoja esitteli toimintaansa houkutellessaan uusia vapaaeh-
toisia mukaan. Näytteilleasettajina oli niin monialaisia vapaaehtoistoi-
mijoita (esim. seu-
rakunnat ja SPR) kuin erikoistuneempiakin toimijoita mm. liikunnan, eläinsuojelun, lap-
si- ja nuorisotyön, vanhus- ja vammaistyön sekä mielenterveys- ja päihdetyön puolelta.
Vapaaehtoisilla onkin suuri merkitys sosiaali- ja terveyspuolen eri osa-alueilla.

Helsingin kaupungin sosiaalivirasto on aikanaan määritellyt vapaaehtoistoi-
minnan luon-
teeltaan ennaltaehkäiseväksi ja kaupungin palveluja täydentäväksi toiminnaksi, joka
lisää yhteisöllisyyttä ja ehkäisee syrjäytymistä. Vapaaehtoistoi-
minnalla autetaan tuen
tarpeessa olevia henkilöitä tai ryhmiä. Tekijöilleen vapaaehtoistyö tarjoaa mahdolli-
suu-
den osallistua, vaikuttaa ja auttaa. (Tulikallio - Malinen 2009: 9.) Viime vuosina Helsin-
gin kaupunki on panostanut sekä vapaaehtoistoi-
minnan organisointiin että erilaisten
toimintamuotojen kehittämiseen. Vapaaehtoistoi-
minnasta sosiaali- ja terveysviraston
tasolla vastaa kolme koordinaattoria, joilla jokaisella on omat vastualueensa. Sosiaali-
ja terveysviraston organisoima vapaaehtoistoi-
minta on pääsääntöisesti kaupungin

omissa yksiköissä tapahtuvaa toimintaa, jota pääasiassa muun toimensa ohella tukee n. 60 vapaaehtoistoiminnan ohjaajaa. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen organisoimassa toiminnassa oli vuoden 2015 lopussa mukana n. 2200 vapaaehtoista. Määrä on kasvanut erityisesti loppuvuoden aikana, kun ihmiset ovat aktivoituneet vastaanottokeskuksissa tapahtuvaan vapaaehtoistoimintaan turvapaikanhakijoiden parissa. (Kursula 2015.)

Ikäihmisille suunnattua paikkaan sidottua vapaaehtoistoimintaa on erityisesti monipuolisissa palvelukeskuksissa ja palvelutaloissa. Monipuolisissa palvelukeskuksissa kaupungin vapaaehtoisista toimii n. 760, valtaosa heistä on itsekin ikäihmisiä (Palvelukeskustoiminnan kehittämisohjelma vuosille 2014–2016: 48). Virallisesti organisoitua palvelukeskusten vapaaehtoistoiminnasta tuli vuonna 2004, kun Helsingin kaupunki suunnitteli ulkoistavansa palvelukeskustoiminnan. Vapaaehtoisten vastarinnan myötä nousut ”kansanliike” sai päättäjät pitämään palvelukeskustoiminnan kaupungin omissa käsissä ja myös palvelukeskusten vapaaehtoistoiminta lähti tässä käännekohtassa organisoitumaan ja kehittymään. Epävirallisempaa vapaaehtoistoimintaa oli toki ollut jo vuosia ennen tätä vapaaehtoistoiminnan uutta aikakautta. (Mustonen 2015.)

Helsingin kaupunki on aloittanut hiljattain myös vapaaehtoisten koulutuksen saattohoitopotilaiden tueksi Suursuon sairaalassa. Kaupungin yksiköiden ulkopuolella toteutuvia vapaaehtoistoiminnan muotoja, joissa on erityisen paljon tuen antajina ja saajina ikäihmisiä, ovat liikuntakaveri-, kulttuurikaveri- sekä Stadin Jelppi –toiminta, jossa välitetään kertaluontoista saattamis- ja asiointiapua sitä tarvitseville. Yksiköiden ulkopuolella tapahtuvan toiminnan osalta on sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen keskittynyt organisoimaan apua, jonka tarkoituksena on aktivoida asiakkaita kotikynnykseltä ulospäin. Koikeiluja uusien vapaaehtoistoiminnan muotojen kehittämiseksi tehdään, esim. Itä-Helsingin alueella on suunnitteilla pilottikoikeilu, jossa organisoidaan ystävätoimintaa muistidiagnoosin saaneille kotihoidon asiakkaille. Vapaaehtoistoiminnan toteuttamiseen osallistuvat myös muut kaupungin virastot, esim. liikuntakaveritoiminta on sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen ja liikuntaviraston yhteistä toimintaa, rakennusvirastolla on puistoista huolehtivia puistokummeja ja kirjastolla puolestaan oma projekti lukukavereiden välittämiseksi vanhusten palvelutaloihin. (Kursula 2015.)

2.3 Vapaaehtoistoiminta Kinaporin monipuolisessa palvelukeskuksessa

Vuoden 2015 lopussa Helsingissä toimi 16 eläkeläisille ja työttömille tarkoitettua palvelukeskusta. Palvelukeskustoiminnan tavoitteena on kotona asumisen tukeminen, yksi-

näisyyden ja syrjäytymisen ehkäiseminen, toimintakyvyn ylläpitäminen ja hyvän elämän tukeminen (Palvelukeskustoiminnan kehittämisohjelma vuosille 2014–2016: 10). Palvelukeskusten ravintolat ja kahvilat ovat avoimia kaikille. Muita toiminnan muotoja ovat mm. virkistys- ja harrastustoiminta, vertaistuelliset ryhmät, palveluohjaus ja -neuvonta sekä vapaaehtoistoiminta. (Palvelukeskustoiminta 2016.) Toiminnan laajuus vaihtelee palvelukeskuksen koon mukaan. Palvelukeskuksia joiden yhteydessä on myös ympäri-vuorokautista asumista kutsutaan monipuolisiksi palvelukeskuksiksi.

Kinaporin monipuolinen palvelukeskus on kävijämäärältään yksi Helsingin suurimmista palvelukeskuksista, päivittäin kävijöitä on noin 400–600. Opinnäytetyön luettavuuden helpottamiseksi Kinaporin monipuolista palvelukeskusta tuodaan jatkossa esille asiayhteydestä riippuen joko Kinaporina tai palvelukeskuksena. Kinaporissa on tarjolla runsaasti kulttuuria, erilaisia kädentaidon ja liikunnan ryhmiä sekä useita tuettuja ryhmiä mm. muistisairaille. Palvelukeskuksessa annetaan myös yksilöllistä sosiaaliohjausta sekä tarjotaan sairaanhoitajan palveluja rajoitetusti. Kinapori toimii monien järjestöjen kokoontumispaikkana. Saman katon alla on avoimen palvelukeskustoiminnan lisäksi päivätoimintaa, kaksi ryhmäkotia, arviointi- ja kuntoutusyksikkö sekä palveluasuntoja.

Avointa palvelukeskustoimintaa tuottaa Kinaporissa noin 20 ammattilaisen joukko. Työntekijöiden lisäksi toiminnassa on mukana noin 130 vapaaehtoista. Vapaaehtoisilla on merkittävä rooli sekä ryhmien vertaisohjaajina että palvelukeskuksen tukitoiminnoissa. Vapaaehtoistoiminta on organisoitu toimintamuotojen mukaan tiimeihin (käsityö, kirjasto, liikunta, ruokasali, narikka, tiedotus ja ystävä). Lisäksi palveluasumisen puolella on pienimuotoista vapaaehtoistoimintaa ilman tiimirakennetta. Kirjastotiimi vastaa palvelukeskuksen ala-aulassa olevan kirjaston toiminnasta. Ruokasalitiimin jäsenet avustavat palvelukeskuksen asukkaita tarvittaessa esim. tarjottimen kantamisessa. Liikuntatiimi järjestää monenlaista vertaisohjattua ryhmätoimintaa palvelukeskuksessa. Ystävätiimin toiminta on monimuotoista, jotkut tiimin vapaaehtoisista pitävät bingoa, toiset taas esiintyvät juhlissa jne. Tiedotustiimi puolestaan vastaa kaksi kertaa vuodessa ilmestyvän vapaaehtoisten oman lehden tuottamisesta. Vapaaehtoiset rahoittavat itse toimintansa päivätanssien aikaan toimivan narikkatiimin tuottojen sekä käsityötiimin myyjäistuottojen avulla.

Jokaisella vapaaehtoistiimillä on oma tiiminvetäjänsä, joka toimii yhteyshenkilönä ja laskujen allekirjoittajana. Tiiminvetäjä organisoii tehtävät yhdessä tiimin jäsenten kanssa, toimii tiimikokousten puheenjohtajana sekä laatii vuosittain toimintasuunnitelman ja

-kertomuksen. Tiiminvetäjä toimii tiimensä edustajana asiakasneuvoston kokouksissa. Asiakasneuvosto toimii asiakkaiden äänenä ja tekee ehdotuksia palvelujen parantamiseksi ja kehittämiseksi. Kerran kuukaudessa kokoontuva asiakasneuvosto myös päättää vapaaehtoistoiminnasta saatujen tulojen käytöstä asiakkaiden hyväksi. Asiakasneuvoston puheenjohtajana toimii palvelukeskuksen vastaava ohjaaja.

Näin mittavan vapaaehtoistoiminnan hallinta vaatii myös henkilökunnan panostusta. Yhden henkilön työpanos keskittyykin täysin talon vapaaehtoisten toiminnan tukemiseen. Vapaaehtoistoiminnan ohjaajan tehtäviin kuuluu uusien vapaaehtoisten haastattelu ja perehdytys sekä vapaaehtoisrekisterin ylläpito. Ohjaaja tukee tiimien päivittäistä toimintaa mm. järjestämällä tiloja, tekemällä mainoksia tapahtumista ja tiedottamalla. Ohjaaja osallistuu myös mahdollisuuksien mukaan tiimien kokouksiin sekä toimii näytelmäryhmän ohjaajana ja tapahtumien organisoijana yhdessä vapaaehtoisten ja muun henkilökunnan kanssa. Ohjaaja toimii myös yhteyshenkilönä vapaaehtoistoimintaan liittyviin talon ulkopuolisiin tahoihin.

3 Yhteisöllisyyden merkitys

Palvelukeskustoiminnan tavoitteena on kotona asumisen tukeminen, syrjäytymisen ennaltaehkäisy ja yksinäisyyden lievittyminen. Palvelukeskukset ovat matalan kynnyksen avoimia kohtaamispaikkoja. (Palvelukeskustoiminta 2016.) Palvelukeskuksissa tapahtuva vapaaehtoistoiminta poikkeaa monista muista vapaaehtoistoiminnan muodoista siinä, että fyysinen kohtaamispaikka ja siellä kokoontuvat muut ihmiset ovat olennainen osa toimintaa. Palvelukeskuksen vapaaehtoistoimintaa tutkittaessa tuntuu oleelliselta paneutua myös siihen, millaisia ulottuvuuksia yhteisöllisyys tuottaa vapaaehtoistoimintaan. Yhteisöllisyyttä tarkastellaan tässä yhteydessä sekä yleisemmällä tasolla että kolmasikäisten näkökulmasta.

3.1 Nykyajan yhteisöllisyys

Yhteisö on perinteisesti määritelty alueellisesti rajattavissa olevaksi yksiköksi, jossa tapahtuu sosiaalista vuorovaikutusta ja johon liittyy yhteenkuuluvuuden tunteita ja muita symbolista yhteisyyttä osoittavia ilmiöitä (Lehtonen 1990: 17). Yhteisöllisyyden kokemus on perustavanlaatuisesti osa inhimillisyyttä. Yhteisöllisyys voidaan ymmärtää

ihmisten vastavuoroisuudeksi, jossa vastuun ottaminen itsensä ulkopuolisista asioista lisääntyy (Saastamoinen 2009: 35-36; Pessi – Seppänen 2011: 292-293).

Yhteisö tarjoaa yksilölle mahdollisuuden johonkin itseään suurempaan kuulumiseen (belonging) turvattomassa maailmassa. Tämä kuulumisen mahdollisuus on yhteisöjen tärkein ominaisuus. Ihmiset haluavat ja kuuluvat erilaisiin ryhmiin, yhteisliittymiin ja yhteisöihin. Yhteisöön voidaan kuulua myös kiinnostuksen vuoksi, ilman sitoumuksia tai osallistumista. Yksilöllistyminen ja yhteisöllisyys eri muodoissaan nivoutuvat toisiinsa. Määrittelemme itsemme sen kautta, mihin yhteisöihin kuulumme ja millaisen roolin otamme näissä yhteisöissä. Yhteisöstä etsitään yhtä aikaa sekä turvaa että täydellistä vapautta. (Kangaspunta – Aro – Saastamoinen 2011: 253, 256; Pessi – Seppänen 2011: 288-293.)

Yleensä parhaiten sitouttavaa yhteisöllisyyttä syntyy ihmisten välisissä kohtaamisissa. Sanotaankin, että parhaiten toimivat sellaiset yhteisöt, joissa ihmiset kohtaavat toisiaan luontevasti, esimerkiksi toimien samassa paikassa. Yhteisön ideaali perusmuoto on toiminnallinen yhteisö, jossa toimitaan jonkin yhteisen päämäärän hyväksi ja kanssakäyminen tapahtuu kasvokkain. (Kangaspunta – Aro – Saastamoinen 2011: 250, 264.) Palvelukeskus on todellinen malliesimerkki tämän päivän toiminnallisesta yhteisöstä. Vapaaehtoisten välisiä verkostoja, ystävyys-suhteita ja uusia toimintaideoita syntyy kun ihmisillä on tilaisuus luonteviin kohtaamisiin. Yhteiset kohtaamispaikat ovat tärkeitä yhteisöllisyyden luomisessa myös vapaaehtoisille. (Kuuluvainen 2015: 62.)

Nykyajan yhteisön jäsenyyksiä kuvaa moninaisuus: on sekä lyhyt- että pitkäkestoisia yhteisöjä, ne ovat päällekkäisiä, ristikkäisiä, monen tasoisia ja eri laajuisia – ja jokainen kuuluu lukuisiin erilaisiin yhteisöihin. Yhteisöjä voi kuvata myös virtaaviksi: niillä ei ole niin selkeitä rajoja kuin entisaikoina, eivätkä yksilöt aina itsekään osaa sanoa ovatko osa jotain tiettyä yhteisöä vai eivät. Pysyvämpien yhteisöjen ohella yksilö kuuluu elämänsä aikana eripituisia jaksoja erilaisiin yhteisöihin. (Pessi – Seppänen 2011: 294.) Nykyisessä yhteiskunnassa yhteisöjäsenyys on aikaisempaa vapaammin valittavissa. Samalla yhteisöllisyydestä on tullut kevyempää ja yksilöä vähemmän kokonaisvaltaisesti sitovaa. Yhteisöihin kuulumisen tärkeä syy voi olla yksinomaan halu olla vuorovaikutuksessa samoista asioista kiinnostuneiden henkilöiden kanssa, eivätkä yhteisön jäsenet ole sen lisäksi muuten keskenään tekemisissä. Usein niissä kuitenkin rakennetaan monenlaisia lojaalisuuteen perustuvia suhteita, jotka voivat muodostua varsin merkityksellisiksi. (Aro 2011: 53-54.)

Mikä vaikutus yhteisöllisyyden kokemuksella on yksilölle? Luotettavien ystävien verkosto, aktiivinen osallistuminen järjestäytyneeseen toimintaan ja esimerkiksi kuoroon kuuluminen liittyvät myönteisesti ja epäluottamus kielteisesti hyväksi koettuun terveyteen. Kansainvälisten tutkimusten mukaan ystävyys ja yhteenkuuluvuus pitävät hengissä yhtä tehokkaasti kuin esimerkiksi tupakoimattomuus tai matala verenpaine (Hyyppä 2002: 48, 53.)

Jos yhteisöllisyyden kokemuksella voidaan edellä mainitun pohjalta sanoa olevan kansanterveyttä edistävä vaikutus, on myös vapaaehtoistoiminnalla tutkimuksiin nojaten useita merkityksiä ja vaikutuksia yhteiskunnan ja yhteisöjen kannalta. Vapaaehtoistoiminnan myötä yhteisöt muodostuvat turvallisemmiksi ja vahvemmiksi. Vapaaehtoistoiminta myös lisää sosiaalista osallisuutta, elämänlaatua, onnellisuutta ja terveyttä. Tutkimuksissa on osoitettu ns. leviämisefekti: toiminnassa mukana olevat vapaaehtoiset ovat muutenkin auttavaisempia ja aktiivisempia ja lähtevät helpommin mukaan muuhunkin kansalaistoimintaan laajentamaan yhteistä hyvää. Vapaaehtoistoiminta voi vaikuttaa yhteiskunnan kehitykseen myös edistämällä talouskasvua. (Pessi – Oravasaari 2010: 162-163.)

Yhteisöllisyyden muuttuessa yksilöllisempään suuntaan vaihtuvat myös vapaaehtoistoiminnan painopisteet. Henkilökohtaista mielihyvää tai etua tuottavat asiat motivoivat ihmisiä. Ihmiset ovat valmiita tekemään konkreettista vapaaehtoistoimintaa yhteisössä, jonka he kokevat itselleen tärkeäksi tai jolla on korkea status ihmisten mielissä. (Harju 2005: 74-75.)

3.2 Eläkeikäisten yhteisöt

Opinnäytetyössä tarkasteltava ikäpolvi kuuluu sodan jälkeisiin suuriin ikäluokkiin, joka on jäänyt eläkkeelle vuoden 2010 jälkeen. Kolmannella iällä tarkoitetaan työiän ja varsinaisen vanhuuden väliin jäävää elämänvaihetta ja käsite onkin erityisen ajankohtainen suurten ikäluokkien siirryttyä tähän elämänvaiheeseen. Noin joka neljännellä kolmasikäisistä on jonkinasteisia vaikeuksia kattaa menojaan ja noin joka kymmenennellä kasautuvat pienituloisuus, sairaudet, yksinäisyys ja tyytymättömyys elämään (Vaarama – Ollila 2008: 134). Kuitenkin enemmistö elää suurimman osan tästä elämänvaiheestaan suhteellisen hyväkuntoisina ja hyvin toimeentulevinakin. Kolmannen iän teorian kehittäjä Peter Laslett liittyy tähän ajanjaksoon näkymät riippumattomu-

desta, vapaudesta ja itsensä toteuttamisesta. Tässä elämänvaiheessa tehdään se, mitä on aina haluttu tehdä ja toteutetaan elämän varsinaiset päämäärät. Kolmatta ikää eletään vahvasti ennen neljättä ikää, jolloin toimintakyky huononee ja tullaan toisista riippuvaisiksi. (Jyrkämä 2005: 354-355.)

Ilka Haarni on tutkinut kolmasikälaisten arkea osallistumisen ja vapaaehtoistoiminnan näkökulmasta sekä haastatteleamalla että havainnoimalla eläkeläisiä heidän kohtaamispaikoissaan. Riippumatta siitä mitä eläkeläiset osallistuessaan tekivät liittyi siihen aina myös muiden ihmisten tapaaminen. Kohtaamispaikoissa muodostuikin tekemisen ja tapaamisen yhteisöjä, samasta asiasta kiinnostuneiden ryhmiä ja toisiinsa tutustuneiden piirejä, jotka tapasivat säännöllisesti ja kokoontuivat tekemisen ääreen tai toistensa seuraan. Nämä yhteisöt olivat merkittäviä sosiaalisia maailmoja, jotka tarjosivat mahdollisuuden kuulua johonkin kodin ulkopuoliseen. Tekemisen ja tapaamisen yhteisöjen muodostumisen edellytys on paikkojen ja tilojen olemassaolo, sillä ne mahdollistavat fyysisesti jaetun ja kasvokkaisen vuorovaikutuksen: ohi kävelemisen, vierekkäin istumisen, samassa huoneessa samanaikaisesti läsnä olemisen, keskustelemisen kahden kesken ja isommassa ryhmässä, toisten kuuntelemisen, seuraamisen ja katselemisen. (Haarni 2010: 94-95.)

Haarni (2010: 131-132) havaitsi, että tekemisen ja tapaamisen yhteisöissä syntyi helpouteen perustuvaa harrastusystävyyttä, jota monet eläkeikäiset kutsuivat tuttavuudeksi erottaen sen intiimimmästä ja usein jo pidempään jatkuneesta ystävydestä eläkeläisyhteisöjen ulkopuolella. Tekemisen ja tapaamisen verkostot ja tuttavuudet olivat kuitenkin arjessa sangen merkittäviä sosiaalisuuden ja kokemusten vaihtamisen areenoita. Toisten samassa elämänvaiheessa tai -tilanteessa olevien kanssa toimiminen ja keskustelu mahdollistavat minän, arvomaailman ja maailmankuvan puntaroimisen ja vertailemisen. Kohtalotoveruus rakentaa osaltaan yhteenkuuluvuutta. Omaishoitajuus, isovanhemmuus, työttömyys, sotaveteraanisuus, omakotiasuminen ja leskeys ovat esimerkkejä elämäntilanteista ja elämäkokemuksista, joiden Haarni (2010: 138-139) huomasi yhdistävän eläkeikäisiä heidän keskustellessaan keskenään.

Eläkeikäisten yhteisöjen sisäisen vuorovaikutuksen erityinen piirre on se, että niissä vallitsee yleistetty ystävällisyys, ja vuorovaikutuksen tyyli on ensisijaisesti hyväntahtoisen kepeää. Yleistetty ystävällisyys on tutkimuksen mukaan merkittävä iäkkäiden ihmisten hyvinvointia edistävä tekijä. Tervehtiminen, kuulumisten vaihtaminen ja rupatte-

lu sellaisten ihmisten kanssa, jotka eivät kuuluneet läheiseen ystäväpiiriin, oli monille antoisaa sosiaalista kanssakäymistä, joka lisäsi viihtyvyyttä, hyvinvointia ja yhteenkuuluvuutta. Eläkeikäisten yhteisöissä vallitseva yleistetyn ystävällisyyden ilmapiiri poikkeaa melkoisesti pääkaupunkiseudun tavallisesta käytöskulttuurista. (Haarni 2010: 132-134; 166.)

4 Vapaaehtoistoimintaan osallistumisen motiivit ja hyödyt

Vapaaehtoisuus tarjoaa tekijälleen kokemuksia välittämisestä, solidaarisuudesta, menhengestä, kumppanuudesta, sosiaalisuudesta ja yhteisöllisyydestä. Aktiivisille toimijoille vapaaehtoistyöstä voi muodostua voimaannuttava elämäntapa, jossa koko toiminnalla ja omalla roolilla siinä koetaan olevan laaja yhteiskunnallinen merkitys. (Pessi – Saari 2008: 146.) Suomessa vapaaehtoistyön motivaatiotutkimuksia on tehty eniten sosiaali- ja terveystieteiden järjestöistä. Tällöin on luontevaa, että auttamisenhalu korostuu ja esimerkiksi yhteiskunnallisen vaikuttamisen teemat ovat jääneet tutkimuksissa piiloon. Muita yleisiä motiiveja ovat tutkimusten mukaan halu oppia uusia asioita, kansalaisvelvollisuuden täyttäminen, sosiaaliset suhteet, samanhenkiset ihmiset, vapaaehtoisten yhteisö sekä merkitykselliset tavoitteet. (Kuuluvainen 2015: 46.)

Vapaaehtoistoiminta on ollut viime vuosina kiinnostuksen kohteena sekä valtakunnallisesti että kansainvälisesti. Suomessa julkaistuissa tuoreissa vapaaehtoistoiminnan tutkimuksissa ja kirjallisuudessa on lähes aina tuotu esiin Yeungin vuonna 2005 julkaistun tutkimukseen pohjautuva vapaaehtoistoiminnan motivaation timanttimalli, joka on toiminut urauurtavana pohjatyönä vapaaehtoistoiminnan motivaation tutkimiseen. Tässä luvussa tarkastellaankin tarkemmin timanttimallia eri ulottuvuuksineen. Timanttimallin lisäksi nostetaan esille kotimaisissa ja ulkomaisissa tutkimuksissa havaittuja vapaaehtoistoiminnan hyötyjä ikääntyneelle vapaaehtoistojalle. Näiden pohjalta lisätään ymmärrystä vapaaehtoistoinnasta tekijän näkökulmasta ennen opinnäytetyön tutkimusvaiheeseen siirtymistä.

4.1 Vapaaehtoistoiminnan timanttimalli

Timanttimallissa vapaaehtoistoiminnan motiivit on jaettu neljälle ulottuvuusakselille (saaminen - antaminen, läheisyys - etäisyys, jatkuvuus - uuden etsintä, pohdinta - toi-

minta). Mallin ideana on, että vapaaehtoistoiminnan moninaista motivaatiota voidaan hahmottaa vastinparien kautta. Parit ovat jatkumojia, jotka eivät sulje toisiaan pois, vaan esiintyvät usein rinta rinnan toiminnan arjessa. Vapaaehtoistoimijan oma yksilöllinen motivaatitimantti saattaa muuttaa muotoaan ajan ja kokemusten myötä. Yeung teemahaastatteli tutkimuksessaan 18 evankelisluterilaisen kirkon tai sen kirkollisten yhdistysten vapaaehtoista. Haastateltavat olivat alle 68-vuotiaita kaupunkilaisia ja heistä selvä enemmistö oli miehiä. (Yeung 2005: 105-106; 109-117; Pessi – Oravasaari 2010: 155.)

Yeungin mallissa motivaatioita voidaan tarkastella myös kahden metaulottuvuuden kautta. Neljä ääripäätä (antaminen, läheisyys, uuden etsintä ja toiminta) kuvaavat vapaaehtoistojen ulospäin suuntautuneisuutta: kohti sosiaalisia piirejä, toimintoja, uusia sisältöjä ja toisille antamista. Neljä toista ääripäätä (saaminen, etäisyys, jatkuvuus ja pohdinta) puolestaan suuntautuvat enemmän kohti vapaaehtoistojen itseään: kohden sisäistä pohdiskelua ja mietiskelyä, etäisyyttä toisista, tuttujen teemojen jatkuvuutta ja itselle saamista. (Yeung 2005: 108.) Tiuhononkin (2011: 5) on luokitellut vapaaehtoistoimintaan osallistumisen tyylit ja tämä tyyliluokittelu on verrattavissa Yeungin metaulottuvuuksiin, mutta on astetta hienosyisempi, sillä Tiuhonen jakaa ulospäin suuntautuneisuuden kahteen eri luokkaan, joista ensimmäinen on perinteistä vapaaehtoisuutta edustava muiden auttamiseen keskittyvä vastuun- ja velvollisuudentuntoinen toimintatyyli. Toinen toimintatyyli on oman yhteisön hyvinvointiin keskittyvä yhdessä tekemisen tyyli, jossa huolehditaan muista jäsenistä ja yhteisön pyörittämisestä. Kolmas toimintatyyli on vapaaehtoisen omaa, monipuolista hyvinvointia edistämään pyrkivä, yksilöllisistä kiinnostuksista, tarpeista ja huolista lähtevä toimintatyyli.

Yeungin timanttimallissa **saaminen – antaminen** -ulottuvuuden toiseen päähän asetuu itselle saamisen antoisuus, mm. itsensä toteuttaminen, henkilökohtainen hyvinvointi, toimintamuotojen palkitsevuus, emotionaaliset palkinnot (onnistumisen kokemukset, tärkeäksi koetun tunne), ajankäytön ryhdittyminen sekä työkokemus. Toisessa ääripäässä tulee esiin motivoituminen autettavien erityistarpeisiin, halu auttaa, epäitsekkyys, auttamishalun levittäminen, vastavuoroisen tuen antaminen sekä henkilökohtaiset elämäkokemukset. Saaminen - antaminen -ulottuvuuden keskelle asettuu ihmisten keskinäinen apu ja hyvä mieli, antamisen kautta saaminen sekä henkilökohtainen kasvu. (Yeung 2005: 109-111.) Tässä yhteydessä on hyvä huomioida, että saamisen tunne ja vapaaehtoisen toiminnasta kokema hyöty yhdistyvät myös vapaaehtoistyön oh-

jaukseen. Organisoivan tahon tuki on merkittävässä roolissa vapaaehtoistyöntekijöiden sosioemotionaalisten hyötyjen kokemiselle. (Räihä ym. 2012: 231.)

Jatkuvuus – uuden etsintä -ulottuvuudessa jatkuvuutta edustaa aihepiirin tuttuus, positiiviset kokemukset vapaaehtoistoiminnasta, oma elämäntyyli ja identiteetin toteuttaminen. Vapaaehtoistoiminta voidaan kokea palkkatyön jatkeena tai välineenä oman hyvinvoinnin ylläpitämiseen. Jatkuvuus – uuden etsintä -motivaatioulottuvuuden toisessa päässä vapaaehtoistoimintaan liittyy uutuuden viehätys. Uusi työmuoto voidaan nähdä kiinnostavana ja myös vastapainona omaan elämäntilanteeseen. Vapaaehtoisuudesta haetaan laajennusta omaan elämäntilanteeseen, mahdollisuutta uuden oppimiseen tai henkilökohtaiseen muutokseen. (Yeung 2005: 112-113.)

Etäisyys – läheisyys -ulottuvuus viittaa sosiaalisten kontaktien merkitykseen vapaaehtoistoiminnassa. Etäisyyden ulottuvuus pitää sisällään vapaaehtoistoiminnan joustavuuden ja rajoittamismahdollisuuden, epäbyrokrattisen ilmapiirin sekä mahdollisuuden turvata etäisyys muihin ihmisiin. (Yeung 2005: 113-115.) Etäisyyden tarve vapaaehtoistoiminnassa voi osaltaan liittyä myös kaupungistumiseen, joka Eräsaaren (2011: 43) mukaan tuo ihmissuhteisiin tarttuvan nopeuden ja vaihtelun. Koska ärsykeitä ja suhteita on paljon, suurkaupunkilainen opettelee suojausmekanismiksi välinpitämättömän asenteen, jolla säädellään etäisyyttä kanssaihmiin. Läheisyys puolestaan konkretisoi toiveena kuulua ryhmään tai tavata uusia ihmisiä. Vapaaehtoistoiminta voidaan nähdä kanavana sosiaalisen vuorovaikutuksen edistämiseen. Se voi olla myös kokemusta yhteishengestä, sanallisesta vuorovaikutuksesta tai toiminnan sosiaalisuudesta. (Yeung 2005: 113-115.)

Timanttimallin neljäs ulottuvuus on **pohdinta – toiminta**. Pohdinnan ääripää sisältää arvot ja roolimallit vapaaehtoistoiminnan taustana, henkisen kasvun ja henkilökohtaisten asioiden läpikäymisen. (Yeung 2005: 116-117.) Elämän tarkoituksellisuuden sekä merkityksen kokemisen kannalta on keskeistä, että elämässä toteutetut toimet ovat yhdenmukaisia yksilön arvojen kanssa. Vapaaehtoistyö saattaa tehdä arvoista konkreettisia ja lisätä merkityksellisuuden kokemusta. (Räihä ym. 2012: 230.) Vapaaehtoistoiminnan viehätys on myös sen toiminnallisuudessa. Toiminta voi täyttää vapaata aikaa, toiminnallisuus sinänsä voidaan kokea innostavaksi tai toimintamuotojen organisoiminen voi herättää iloa ja tyytyväisyyttä. (Yeung 2005: 116-117.) Toimintaan voi motivoitua myös toiminta itsessään, ei niinkään sille asetettu tavoite. Flow-teorian mukaan

toiminta sinällään voi olla merkityksellinen prosessi, joka tuottaa yksilölle mielihyvää tai tyydytystä. (Räihä ym. 2012: 230.)

Pessi ja Oravasaari (2010: 148) tutkivat vapaaehtoistoiminnan motivaation ulottuvuuksia osana järjestötoimijoille lähetettyä laajaa kyselytutkimusta. Saaminen – antaminen – akselilla suurempi osuus vastanneista koki antamisen melko tärkeäksi tai erittäin tärkeäksi ja antaminen nousikin yksittäisistä motivaatioulottuvuuksista kaikkien muiden edelle. Samassa tutkimuksessa jatkuvuus koettiin useammin tärkeäksi kuin uuden etsintä. Yli 60-vuotiaissa jatkuvuus painottui nuorempia vastaajia enemmän, mutta toisaalta juuri eläkkeelle jääneiden keskuudessa vapaaehtoistointaan houkuttaa muita ikäryhmiä enemmän myös uuden etsintä. Suurimmat yhdelle motivaatioakselille osuneet erot olivat läheisyys - etäisyys –ulottuvuudessa. Läheisyyden koki tärkeäksi kaksinkertainen määrä vastanneista verrattuna etäisyyteen ja yksittäisistä motivaatiulottuvuuksien ääripäistä etäisyys koettiin vähiten tärkeäksi. Pohdinta - toiminta – akselilla vapaaehtoisista suurempi osuus piti toimintaa tärkeämpänä kuin pohdintaa. Vapaaehtoistoiminnan pohdinnallisuus kiinnostaa enemmän vanhempia vapaaehtoisia. Tämän tutkimuksen pohjalta suomalaisten vapaaehtoistoimijoiden motivaatio näyttäisi painottuvan erityisesti kolmeen timanttimaliin teemaan, jotka vahvuusjärjestyksessään ovat: antaminen (97,3 % koki melko tärkeäksi tai tärkeäksi), toiminnallisuus (92,9 % koki tärkeäksi) ja jatkuvuuden etsintä (87,6 % koki tärkeäksi). (Pessi ja Oravasaari 2010: 148; 159-160; 175.)

4.2 Vapaaehtoistointaan osallistumisen hyödyt ikäihmisille

Vapaaehtoistointinnalla on EU-alueella tehdyn tutkimuksen mukaan monia vaikutuksia ikääntyneiden vapaaehtoistoimijoiden elämään. Vapaaehtoistointinta voi kasvattaa sosiaalista verkostoa, mikä on erityisen tärkeää niille, jotka tuntevat itsensä yksinäisiksi tai eristäytyneiksi. Vapaaehtoistointinta antaa ikäihmisille merkityksellistä tekemistä ja kasvattaa heidän kokemustaan siitä, että heitä vielä tarvitaan. Vapaaehtoistointinnalla voi olla merkittävä vaikutus itsetuntoon, erityisesti silloin jos tekijä on esim. alhaisen koulutustason, toiminnan rajoitteiden tai etnisen taustan takia kuulunut yhteiskunnan marginaaliin. Vapaaehtoistointinnan myötä ikäihmiset huomaavat, että iästä, terveydentilasta ja muista esteistä huolimatta he kykenevät vielä oppimaan uutta ja olemaan hyödyksi muille. Vapaaehtoistointinta aktivoi ja edesauttaa huomaamaan, että asioita

on mahdollista muuttaa vielä myöhäiselläkin iällä. (Volunteering by older people in the EU 2011: 31-32).

Irlannissa tehdyn tutkimuksen mukaan niiden ihmisten määrä, jotka ilmoittivat vapaaehtoistoiminnan vaikuttavan suuresti elämänlaatuunsa kasvoi sen myötä mitä iäkkäämmästä ja vähemmän kouluja käyneestä vapaaehtoisesta oli kyse. Myös osallistumisen määrällä oli vaikutusta, mitä enemmän vapaaehtoistoimintaan viikossa osallistuttiin ja mitä useampia toimintavuosia oli takana sitä useampi ilmoitti vapaaehtoistoiminnalla olevan positiivinen vaikutus omaan elämänlaatuun. Yli 70% vastaajista koki vapaaehtoistoiminnalla olevan eniten vaikutusta itsetunnon kohenemiseen ja sosiaalisten suhteiden kasvamiseen. Joka neljäs vastaaja koki, että vapaaehtoistoiminnalla oli myönteinen vaikutus omaan terveydentilaan. (Connolly – O’Shea 2015: 95-108).

Yhdysvalloissa puolestaan havaittiin vapaaehtoistoiminnan, jossa ikäihmiset työskentelevät akateemisessa maailmassa, mm. lisänneen vapaaehtoisten fyysistä voimaa, vähentäneen heidän television katseluaan ja vaikuttaneen positiivisesti jopa kävelyvauhtiin ja kognitiivisiin toimintoihin. Aivotointojen muutos voitiin todeta myös magneettikuvauksissa, joissa oli havaittavissa aktiivisilla vapaaehtoisilla hermoratojen lisääntymistä. (Morrow-Howell 2010: 464.)

Suomessa toteutettiin vuosina 2007–2011 mittava hanke ikäihmisten vapaaehtois- ja vertaistoiminnan tutkimukseen ja kehittämiseen liittyen. Ikäinstituutin hallinnoimaan Vavero-hankkeeseen liittyneen laajan kyselyn mukaan keskeisin syy osallistua vapaaehtoistoimintaan oli oman aktiivisuuden ja toimintakyvyn ylläpito. Toiseksi eniten nousi esille mahdollisuus kokea olevansa tarpeellinen ja hyödyksi muille. Seuraavaksi suosituimmat syyt olivat mielekkään tekemisen saaminen vapaa-aikaan sekä muiden auttaminen ja tukeminen. Lähes yhtä moni toi esille vuorovaikutuksen ja mahdollisuuden tutustua toisiin sekä oman osaamisen ja kykyjen ylläpidon. Osallistumisen todettiin myös vähentävän masennusoireita. Hankkeen yhteenvedossa todetaankin seniorivapaaehtoisuuden olevan sosiaalinen ja yhteisöllinen keino edistää ikääntyvän väestön hyvinvointia. (Rajaniemi 2009: 239; Tiuhonen 2011: 1; 3; 5.)

Vanhus- ja lähimmäispalvelujen liiton hankkeessa tarkasteltiin vuosina 2011–2012 vapaaehtoistoiminnan vaikutuksia vanhustyössä. Hankkeessa perehdyttiin aiheeseen liittyvään kansainväliseen kirjallisuuteen. Vapaaehtoisten itsensä kokemiksi hyödyiksi

nousi sekä itsearvioidun että fyysisen ja toiminnallisen terveyden kohentuminen. Koettu tyytyväisyys, hyvinvointi ja onnellisuus kasvoivat ja masennusoireet vähenivät. Myös elämänhallinnan tunne kasvoi ja vastaavasti kuolleisuusriski madaltui. Positiivisina terveysvaikutuksina havaittiin myös stressin alentuminen, uupumusoireiden lievittyminen, sairaalapalvelujen käytön väheneminen sekä terveellisten elämäntapojen omaksuminen. Vapaaehtoistoimintaan osallistuvien ikäihmisten terveys on huomattavasti parempi kuin muilla samanikäisillä. He elävät pidempään ja toipuvat sairauksista nopeammin kuin vapaaehtoistoimintaan osallistumattomat. (Utriainen 2012: 14.)

Haarnin (2010: 41, 56-57) eläkeikäisten yhteisöissä tekemän tutkimuksen pohjalta ajan vapautuminen palkkatyöstä sai usein miettimään, mitä työn tilalle tulee elämässä. Useat haastateltavat kertoivat etsineensä itselleen jotain työtä korvaavaa tekemistä, jolta haettiin hyödyllisyyden ja kelvollisuuden tuntemuksia sekä päivärytmiä ja vaihtelua kotona olemiselle. Joillekin tutkittaville osallistuminen vapaaehtois- tai muuhun toimintaan tarjosi myös työyhteisön kaltaista toveruutta. Ennen kaikkea vapaaehtoistyö nähtiin muun harrastamisen ja osallistumisen tavoin tekemisenä, joka tuo mielekkyyttä ja jäsentää elämäntapaa. Koti koettiin eläkeikäiselle yksipuolisena paikkana hyvinvoinnin näkökulmasta. Mielekäs elämänjärjestys ei rakennu pelkästään kotona olemalla ja siellä askaroimalla vaan vaatii myös liikkeelle lähtemistä ja osallistumista. (Haarni 2010: 41; 51-52; 56-57.)

Vuonna 2012 toteutetussa Sukupolvien ketju –tutkimushankkeessa kerättiin tietoa vuosina 1945–1950 syntyneistä suurista ikäluokista sekä heidän täysi-ikäisistä lapsistaan. Tämän tutkimuksen mukaan vapaaehtoistyötä tekevät suurten ikäluokkien edustajat ovat onnellisempia kuin ne, jotka eivät tee vapaaehtoistyötä. Vapaaehtoistyön yhteys onnellisuuteen voi liittyä elämänvaiheeseen, jossa valtaosa on jo eläkkeellä, eikä alaikäisiä lapsia ole enää huolehdittavina. Kun vapaaehtoistyöhön on paremmin aikaa eikä se kuormita liikaa, voi lopputulemana olla emotionaalinen palkinto, joka ilmenee onnellisuutena. (Tanskanen – Danielsbacka 2015: 471, 473, 477-478.) Vapaaehtoistyötä tekevän henkilön onnellisuus voi lisääntyä myös sitä kautta, että hän saavuttaa muiden silmissä maineen auttavaisena henkilönä. Koska vapaaehtoistyö on yleisesti ottaen arvostettua toimintaa, se myös tarjoaa toteuttajalleen mahdollisuuden sosiaaliseen arvostukseen (Räihä ym. 2012: 230).

5 Opinnäytetyön toteutus

Tämän luvun aluksi käsitellään opinnäytetyön lähtökohtia ja taustatietoja, joita on saatu Kinaporissa vuoden 2015 aikana toteutetuista vapaaehtoistoiminnan kyselyistä ja kartoituksista. Tämän jälkeen esitellään tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymykset. Viimeisissä alaluvuissa käsitellään opinnäytetyön tutkimuksen käytännön toteutusta yhdistettynä menetelmäkirjallisuuden otteisiin, jotka ovat osaltaan vaikuttaneet tutkimusprosessin aikana tehtyihin valintoihin ja päätöksiin.

5.1 Taustaa

Vapaaehtoistoiminnan historia Kinaporissa on pitkä ja määrä laaja. Merkitys koko palvelukeskustoiminnalle on suuri, mutta vuoteen 2015 mennessä sitä ei oltu tutkittu tarkemmin, vaan satunnaisesti osana isompaa kokonaisuutta. Vapaaehtoistoimintaa halutaan tehdä näkyväksi ja tuoda sen tärkeys esille niin päättäjille kuin vapaaehtoisille itselleenkin. Vapaaehtoistoiminnan kartoittamisella ja tutkimisella nostetaan esille vapaaehtoistoiminnan merkitystä ja arvostusta talossa ja sen ulkopuolella. Vapaaehtoistyön kartoitus lähti liikkeelle vapaaehtoisille lähetetyllä kirjekyselyllä, jossa kysyttiin ovatko he vielä vapaaehtoistyössä mukana ja kuinka paljon. Tämän jälkeen Kinaporissa toteutettiin kaksi vapaaehtoistoiminnan määrää mittaavaa seurantajaksoa, ensimmäinen kesäkuussa ja toinen lokakuussa 2015.

Kirjekyselyn pohjalta nousi esille, että suurin osa Kinaporin aktiivisista vapaaehtoisista on 60-85 –vuotiaita, vanhin heistä on 88 v ja nuorin 23 v. Vapaaehtoisten joukko on erittäin naisvaltainen, jopa 87 % vapaaehtoisista on naisia. Vastaava tulos on havaittavissa, kun tarkastellaan esim. Vanhus- ja lähimmäispalvelun liiton jäsenjärjestöilleen lähettämän vapaaehtoistoiminnan kyselyn tuloksia, joiden mukaan 85,5 % vastaajista oli naisia (Utriainen 2011: 23). Toimintavuosia tarkasteltaessa näyttää vapaaehtoisten joukko jakautuvan kahtia: niitä jotka ovat olleet mukana toiminnassa alle 2 v on yhtä paljon kuin niitä, joilla on yli 10 toimintavuotta takana.

Säännöllisesti toiminnassa mukana oleva vapaaehtoinen tekee palvelukeskukseen keskimäärin 3,9 käyntiä kuukaudessa. Yhden käynnin kesto on yleisimmin 2-3 h. Näiden pohjalta voidaan arvioida, että yksi vapaaehtoinen tekee vapaaehtoistyötä keskimäärin 10 h/kk. 10 euron minimi tuntipalkalla laskettuna yhden vapaaehtoisen tekemän työn arvo on $10\text{h/kk} * 12\text{kk} * 10\text{€}/\text{h} = 1.200\text{€}/\text{v}$. Jos tämä summa kerrotaan 129 aktiivi-

visella vapaaehtoisella, saadaan arvioitua Kinaporin palvelukeskuksen vapaaehtoisuustoiminnan rahalliseksi arvoksi vuositasolla 154.800 €.

5.2 Opinnäytetyön tavoite ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyötä suunnitellessani paneuduin tarkemmin Kinaporin vapaaehtoisille marraskuussa 2015 tehdyn kirjekyselyn avoimiin vastauksiin toiminnan hyvinvointivaikutuksista. Vastauksiin perehtyminen antoi eväitä sekä opinnäytetyön tutkimuskysymysten että teemahaastattelurungon laadintaan. Vastanneista kaksi kolmasosaa kommentoi myönteisesti kysymykseen: ”Koetko, että vapaaehtoisena toimiminen tukee omaa hyvinvointiasi?” Loput vastaajista olivat jättäneet vastaamatta tähän kysymykseen. Ylivoimaisesti eniten vastaajat nostivat tässä yhteydessä esille vapaaehtoistoiminnan mukanaan tuomaa sosiaalisuutta. Seuraavaksi eniten tuotiin esille sitä, että vapaaehtoistoiminta pitää virkeänä/auttaa pysymään ajan hermolla. Heti perässä nousi esille auttamisen halu. Muita useiden vastaajien esiin nostamia teemoja olivat aktivointi liikkeelle lähtemiseen, mielekäs tekeminen, uuden oppiminen, ajankäytön rytmittyminen sekä tarpeellisuuden tunne. Kyselytutkimuksen pohjalta saatua tietoa haluttiin lähteä syventämään laadullisella tutkimuksella. Kyselylomakkeen mukana lähteneessä saatekirjeessä kysyttiinkin alustavasti vastaajien halukkuutta osallistua alkuvuodesta 2016 opinnäytetyön haastatteluun, jossa kartoitettaisiin syvällisemmin vapaaehtoistyön merkitystä ja motiiveja.

Opinnäytetyön tavoitteena on selvittää tarkemmin millaisia motiiveja vapaaehtoisilla on osallistua vapaaehtoistoimintaan palvelukeskusympäristössä, millaisia merkityksiä ja vaikutuksia vapaaehtoistoiminnalla on heille itselleen sekä yleisesti että yhteisöllisyyden näkökulmasta. Toiminnan jatkuvuuden kannalta haluttiin myös selvittää vapaaehtoisten näkemystä toiminnan tulevaisuudesta. Jatkuvuuden näkökulmasta päätettiin keskittyä kuulemaan erityisesti nuorempia vähemmän aikaa toiminnassa mukana olleita vapaaehtoisia. Aiempien kyselyiden tuottama tieto vapaaehtoisten iästä ja toimintavuosista edesauttoi haastateltavien ryhmän rajaamista alle 70-vuotiaisiin vapaaehtoisiihin, jotka ovat olleet toiminnassa mukana alle viisi vuotta.

Opinnäytetyössä haetaan vastauksia seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

- Mitä palvelukeskusympäristössä toteutettava vapaaehtoistoiminta antaa vapaaehtoiselle itselleen?

- Mikä on yhteisöllisyyden merkitys vapaaehtoiselle?
- Mitkä asiat ovat merkityksellisiä, jotta toiminta palvelukeskuksen vapaaehtoisena jatkuisi myös tulevina vuosina?

5.3 Tutkimustavan ja haastateltavien valinta

Tutkimuksen avulla haluttiin ymmärtää palvelukeskusympäristössä toimivien vapaaehtoisten ajatusmaailmaa paremmin ja kuulla millaisia merkityksiä ja motiiveja he itse näkevät toiminnalleen. Koska kiinnostuksen kohteena olivat vapaaehtoisten kokemukset reaali maailmasta, oli laadullinen tutkimusote luonteva jatke täydentämään Kinaporissa aiemmin toteutettujen kyselyjen ja mittausten tuloksia. Laadullisella tutkimuksella on mahdollisuus saada ilmiöstä syvälinen näkemys muutaman havaintoyksikön avulla. (Kananen 2014: 17-19.) Tätä opinnäytetyön tutkimusta voi kutsua teoriasidonnaiseksi tutkimukseksi tai teoriaohjaavaksi analyysiksi, sillä aikaisemman tiedon vaikutus on tunnistettavissa, mutta sitä ei lähdetä testaamaan vaan ennemminkin hyödynnetään mahdollisten uusien ajatusurien avaamiseen (Saaranen-Kauppinen – Puusniekka 2006a; Tuomi – Sarajärvi 2008: 96-97).

Perehdyttyäni haastattelututkimukseen liittyvään kirjallisuuteen koin, että jo toteutetun lomakekyselyn jälkeen teemahaastattelu on syventävän ja monitahoisen tiedon hankkimiseksi paras keino. Teemahaastattelu onkin yksi laadullisen tutkimuksen yleisimmin käytetyistä tiedonkeruumenetelmistä. Teemahaastattelu edellyttää huolellista aihepiiriin perehtymistä. Aiempien tutkimusten ja aiheeseen tutustumisen pohjalta valmistellut teemat ovat kaikille haastateltaville samoja. Teemahaastattelussa haastateltavaa keskustelutetaan aiheeseen liittyvistä asioista vastaajan ehdoilla edeten. Teemasta toiseen liikutaan joustavasti ja niiden järjestystä sekä käsittelyn laajuutta vaihdellaan haastateltavan ja keskustelun etenemisen mukaan. Myös keskustelun aikana nousee uusia aihealueita, joihin haastattelijan pitää tarttua ja keskusteluttaa, eivätkä ennakoon asetetut teemat ole välttämättä samat kuin ne teemat, jotka analysointivaiheessa osoittautuvat sisällön ja tutkimusaiheen jäsentämisen kannalta olennaisiksi. (Kananen 2014: 76-80; Saaranen-Kauppinen – Puusniekka 2006b).

Tutkimustavan valinnan rinnalla piti paneutua myös haastateltavien valintaan. Kukaan ei voi olla koskaan varma, onko aineisto todella edustava, mutta tutkija voi pyrkiä osoit-

tamaan, että haastateltavien valintaan ei sisälly systemaattista harhaa. (Hirsjärvi – Hurme 2008: 58-60.) Kvalitatiiviseen tutkimukseen tulisi valita sellaisia ihmisiä, joilta arvellaan saatavan parhaiten aineistoa kiinnostuksen kohteena olevista asioista (Saaranen-Kauppinen – Puusniekka 2006b). Haastateltavat valittiin alle viisi vuotta Kinaporin vapaaehtoistoiminnassa mukana olleiden alle 70-vuotiaiden vapaaehtoisten joukosta. Edellytyksenä oli myös, että vapaaehtoinen oli itse edellisen syksyn kirjekyselyn yhteydessä antanut luvan yhteydenottoon opinnäytetyöhaastattelun merkeissä. Nämä kriteerit täyttäviä vapaaehtoisia oli yhteensä yhdeksän. Tein alustavan viiden haastateltavan poiminnan näistä vapaaehtoisista pyrkien valitsemaan haastateltaviksi mahdollisimman erilaisissa vapaaehtoistehtävissä toimivia henkilöitä. Kävin valinnat läpi myös vapaaehtoistoiminnan ohjaajan kanssa ja hän totesi ne muutoin hyviksi, mutta ainoa miespuolinen vapaaehtoinen jouduttiin korvaamaan naispuolisella haastateltavalla, sillä miesvapaaehtoisen ura ei ollut vielä alkanut.

5.4 Haastattelujen toteutus

Haastattelun tarkoituksen esitleminen on tärkeää. Haastateltavat alkavat muodostaa jo ensimmäisen yhteydenoton perusteella käsitystä siitä, mitä he olettavat haastattelijan odottavan heiltä. (Lumme-Sandt 2005: 134.) Haastattelijan ensimmäinen tehtävä on luoda haastattelutilanteessa hyvä suhde vastaajaan. Konkreettisenä keinona hyvän suhteen luomiselle toimivat laajat ja helpot avauskysymykset. (Ruusuvuori – Tiittula 2005: 44.) Haastattelusta ei ole tarkoitus tehdä ristikuulustelua, jossa kysymysten välillä ei ole taukoa eikä haastateltavalle suoda miettimisaikaa. Taukojen sallimisella annetaan haastateltavalle aikaa pohtia vastaustaan rauhassa. Varsinkin aloitteleva haastattelijaa pyrkii täyttämään kaikki hiljaiset hetket omilla kommentteillaan ja lisäkysymyksillään. Tästä saattaa seurata, että hän ei milloinkaan saa odottamaansa vastausta tai että haastateltava alkaa antamaan liian lyhyitä vastauksia, koska hän luulee haastattelijan odottavan niitä. (Hirsjärvi – Hurme 2008: 112, 121.)

Tunnistan itsestäni edellä esitetyt aloittelevan haastattelijan haasteet, niinpä päätin tehdä testihaastattelun ennen varsinaisten haastattelujen aloitusta. Halusin havainnoida omaa toimintaani ja erityisesti sitä, olenko haastateltavan näkökulmasta kenties liian hätäinen. Halusin myös varmistaa, miltä kysymykseni kuulostavat ja että en vahingossa johdattele haastateltavaa vastaamaan oletusteni mukaisesti. Samalla saisin varmistettua haastattelun keston varsinaisten haastattelujen sopimista varten. Koen myös

uusien teknisten laitteiden käytön hieman stressaavana, joten halusin testata käytännössä miten haastattelunauhurin ja varanauhurin käyttö sekä tiedostojen purkaminen onnistuu. Myös Hirsjärvi ja Hurme (2008: 72-73; 184-185) kannustavat testihaastattelujen tekemiseen osana haastattelututkimuksen laadun varmistamista. Esihaastattelujen tarkoituksena on testata haastattelurunkoa, aihepiirien järjestystä ja kysymysten muotoilua, joita voidaan vielä koehaastattelujen jälkeen muuttaa. Esihaastattelujen avulla myös haastatteliija harjaantuu tehtäväänsä, jonka johdosta varsinaiset haastattelut sisältävät vähemmän virheitä kuin jos ne tehtäisiin suoraan ilman esihaastatteluja.

Tein testihaastattelun helmikuun alussa ja sainkin siitä monenlaista oppia itselleni. Haastateltavani oli yksi Kinaporissa pidempään toiminut vapaaehtoinen, joka aloitti puheen vapaaehtoistoiminnasta oma-aloitteisesti heti istumaan päästyään ennen kuin olin ehtinyt kertoa tutkimuksesta, käydä informointi- ja suostumusdokumentit (liite 2 ja 3) läpi saati sitten laittaa nauhuria päälle. Tästä viisastuneena päätin ottaa tulevissa haastatteluissa tilanteen heti alusta lähtien aktiivisesti haltuun kertomalla miten tapaa- misemme etenee, jotta mitään huomionarvoista ei mene heti alussa ohi korvieni. Huomasin haastattelun aikana, kuinka haastateltava itse saattaa viedä keskustelua teemasta toiseen, jolloin on hyvä tarttua joustavasti haastateltavan puheeseen. Tässä vaiheessa on hyvä kirjata itselle tukisanoja ja mieleen tulevia jatkokysymyksiä ja antaa haastateltavan puhua asiansa loppuun. Täsmäntävän kysymyksen voi esittää ajan kanssa, kun on kirjannut sen ylös, eikä tarvitse unohtamisen pelossa esittää sitä välittömästi.

Positiiviset havaintoni testihaastattelusta olivat, että kykenin omasta mielestäni pitämään haastattelutilanteessa luontevan vuorovaikutuksen enkä johdatellut haastateltavaa. Testihaastattelun myötä lisäsin haastattelurunkoon muutaman täsmäntävän kysymyksen siltä varalta, että joku haastateltavista on vähäpuheisempi ja vaatii enemmän ”lypsämistä”. Testihaastattelun pohjalta pystyin myös arvioimaan, että haastattelu informaatio- ja suostumusdokumentteineen vie aikaa yhteensä noin tunnin verran.

Testihaastattelun jälkeen soitin valituille henkilöille ja kerroin heille tässä yhteydessä haastatteluun liittyvistä yksityiskohdista tarkemmin. Kaikki valitut olivat halukkaita saapumaan haastateltaviksi tarkemmat tiedot saatuaan. Halusin tehdä haastattelut ympäristössä, jossa mahdollisten häiriötekijöiden ja ”varjohaastateltavien” mahdollisuus on minimoitu. Niinpä varasin haastattelukäyttöön palvelukeskuksen viihtyisimmän ryhmäti-

lan, jossa pystyin myös keittämään haastateltaville kahvit ja näin omalta osaltani luomaan rennon tunnelman haastattelulle.

Kävin haastattelujen luottamuksellisuuteen, tutkimuksesta kieltäytymiseen ja aineiston tuhoamiseen liittyvät asiat uudelleen läpi haastattelutilanteen alussa (kts. Liite 2: informointikirje). Haastateltava allekirjoitti suostumuksen ennen haastattelun aloittamista (kts. Liite 3). Haastateltavalle jäi näiden dokumenttien myötä yhteystietoni ja mahdollisuus yhteydenottoon haastattelun jälkeen lisätietojen kysymiseksi tai oman haastattelun käytön kieltämiseksi opinnäytetyössä.

Päätin aloittaa haastattelut ns. lämmittelykysymyksillä, joiden myötä vapaaehtoinen voi kertoa millaisessa palvelukeskuksen vapaaehtoistoiminnassa on mukana ja kuinka paljon (kts. Liite 1). Lämmittelykysymysten jälkeen päästiin tutkimuksen kannalta olennaisimpaan sisältöön. Useiden kysymysten avulla pyrittiin avaamaan vapaaehtoistoiminnan merkitystä ja antoisuutta vapaaehtoiselle itselleen. Vapaaehtoistoiminnan sosiaalista puolta lähdettiin selvittämään jo haastattelun alkupuolella kysymällä minkälaista yhteydenpitoa haastateltavalla on muiden vapaaehtoisten kanssa. Haastattelun edetessä yhteisöllisyyden merkitykseen paneuduttiin syvällisemmin. Osana alun lämmittelyä kysyttiin myös, miten oma vapaaehtoistoiminta palvelukeskuksessa on alkanut. Alkuvaiheista kuuleminen antoi hyvää oppia uusien vapaaehtoisten rekrytointiin tulevaisuudessa. Tulevaisuutta varten eväitä haettiin myös haastattelurungon loppupäähän sijoittuvilla kysymyksillä vapaaehtoistoimintaan liittyvistä odotuksista. Haastattelun loppuyhteenvetona ja mahdollisuutena puntaroida palvelukeskuksen vapaaehtoistoimintaa toisesta perspektiivistä kysyttiin haastateltavilta vielä kenelle vapaaehtoistoiminta palvelukeskuksessa sopii sekä kenelle se ei sovi.

Toteutin viiden henkilön haastattelut kahden viikon aikana helmikuussa 2016. Viimeisten haastattelujen myötä huomasin, että vaikka haastateltavien osallistumisen muodot poikkesivat toisistaan, alkoi vapaaehtoistoiminnan lähtökohdissa ja merkityksissä löytyä yhtäläisyyksiä. Lisäaineiston kerääminen ei näyttänyt tuottavan tutkimuskysymysten kannalta enää uutta informaatiota, joten saturaation tavoite saavutettiin näillä haastatteluilla (Eskola - Suoranta 2005: 62-63). Yksittäisten haastattelujen kestot vaihtelivat paljonkin, jotkut haastateltavista kertoivat samalla laveammin muustakin elämästään kun taas toiset pitäytyivät niukkasanisemmin vapaaehtoistoiminnan maailmassa. Lyhimmän haastattelun kesto oli 31 min, pisimmän 1 h 23 min.

5.5 Haastatteluaineistojen käsittely

Litterointi toimii hyvänä muistiapuna ja helpottaa tärkeiden yksityiskohtien havaitsemista aineistosta. Litteroinnin tarkkuus on riippuvainen tutkimuskysymyksistä ja käytetystä tutkimusmetodista. (Tiittula – Ruusuvuori 2005: 16.) Jos haastattelussa kiinnostus kohdistuu esiin tuleviin asiasisältöihin eikä niinkään siihen, miten tai milloin sanotaan, ei kovin yksityiskohtainen litterointi ole tarpeen. (Ruusuvuori 2010: 424-425.) Koska tutkimuksessa kiinnostuksen kohteena oli haastattelujen sisältö eikä se, millä äänen painoilla asioista puhuttiin, keskityin puhtaasti sanallisen sisällön toistamiseen kirjoitetussa muodossa. Litteroin haastattelut 1-2 päivän sisällä niiden toteuttamisesta. Litteroinnin yhteydessä pyrin merkitsemään tekstiin aikakoodeja mahdollista analyysivaiheen jatkokäyttöä ajatellen. Haastattelunauhoitteiden kesto oli yhteensä 4 h 15 min. Näiden litterointi tuotti yhteensä 43 sivua litteroitua tekstiä (fonttikoko 12, riviväli 1). Kun kaikki haastattelut oli toteutettu ja litteroitu kertaalleen, kuuntelin vielä kaikki haastattelut uudemman kerran läpi ja samalla tarkistin ja täydensin tarvittaessa litteraatiotekstejä.

Teemahaastattelujen litteroinnin jälkeen on luontevaa edistää analysointia järjestämällä aineisto teemoittain. Teemat, joista haastateltavien kanssa on puhuttu, löytyvät yleensä kaikista haastatteluista – tosin vaihtelevassa määrin ja eri tavoin. (Tuomi – Sarajärvi 2008: 92-93.) Käytyäni tarkastetut litteraatiotekstit analyttisesti läpi löysin sieltä seuraavat toistuvat teemat, jotka merkitsin dokumentteihin kyseistä asiaa koskevien tekstikappaleiden perään: Oma vapaaehtoistoiminta Kinaporissa, aiempi osallistuminen vapaaehtoistoimintaan, vapaaehtoistoiminnan alku Kinaporissa, muu elämä, muu vapaaehtoistoiminta, yhteisön merkitys vapaaehtoistoiminnassa, vapaaehtoistoiminnan muu merkitys, uuden oppiminen, haasteet, tulevaisuuden toiveet, tulevaisuuden edellytykset, kenelle vapaaehtoistoiminta palvelukeskuksessa sopii, kenelle vapaaehtoistoiminta palvelukeskuksessa ei sovi.

Teemoittelun yhteydessä on myös tehtävä päätös, mikä aineistossa kiinnostaa. Tämän jälkeen voidaan aineistosta erottaa ja merkitä ne asiat, jotka sisältyvät kiinnostuksen kohteisiin. Joskus aineistosta löytyy uusia teemoja, joten litteroitua tekstiä tulee tarkastella ennakkoluulottomasti. Kun aineistoa järjestellään teemojen mukaan, kunkin teeman alle kootaan kustakin haastattelusta ne kohdat, joissa puhutaan ko. teemasta. Teemoittelussa aineisto pilkotaan ja ryhmitellään erilaisten aihepiirien mukaan. (Tuomi – Sarajärvi 2008: 92-93.) Tekstejä lukiessani ja niitä tutkimuskysymyksiini peilatakseni

päädyin jäsentelemään ja analysoimaan tarkemmin teemoja, jotka koskivat vapaaehtoistoiminnan merkitystä yleensä, uuden oppimista osana vapaaehtoistointaa sekä yhteisön merkitystä. Tulevaisuuteen liittyvät haasteet, toiveet ja edellytykset limittyivät toisiinsa niin, että niitä päädyin tarkastelemaan yhtenä kokonaisuutena.

Teemoittamista seuraa varsinainen analyysi, jonka aikana aineisto luetaan läpi monta kertaa ja niistä esitetään tulkinta. Aineistoon liitetään teoreettisia kytkentöjä, pohdintoja jne. Tutkimusongelmaa valaisevista teemoista pyritään nostamaan mielenkiintoisia sitaatteja tulkittavaksi. (Eskola 2010: 192-193.) Analyysivaiheessa luin litteraatiotekstejä läpi useamman kerran. Tein jokaisesta haastattelusta oman mindmapin, johon kuva- sin haastattelun keskeisimmät viestit. Kirjoitin myös jokaisesta haastattelusta lyhyen muutaman rivin mittaisen sanallisen yhteenvedon haastattelun pääkohtien kiteyttämiseksi. Mindmapit ja yhteenvedot tein omaa hahmottamistani helpottamaan. En esittele niitä opinnäytetyössäni, jotta ne eivät johtaisi haastateltavien mahdolliseen tunnistamiseen. Opinnäytetyön kannalta keskeisimmistä haastatteluosuuksista korostin yliviivamalla avainsanat ja lauseet, jotka selkeimmin kiteyttivät haastateltavan keskeiset ajatukset kustakin aiheesta. Pyrin tämän jälkeen tarkkailemaan tekstejä objektiivisesti ja havainnoimaan, millaisia yhteneväisyyksiä ja eroavaisuuksia haastatteluista löytyi. Kävin haastatteluaineiston läpi myös peilaten sitä Yeungin timanttimaliin motivaatioulottuuksiin.

6 Opinnäytetyön tulokset

Tässä luvussa tuodaan esille tutkimuksen tuloksia haastattelusitaattien avulla. Aluksi esitellään yleisellä tasolla haastateltavien taustoja sekä yhteenvedo eri teemojen sisällä käydyistä keskusteluista. Opinnäytetyön tutkimuskysymyksiin liittyvät aiheet vapaaehtoistoiminnan merkityksestä, yhteisöllisyyden kokemuksesta sekä vapaaehtoistoiminnan tulevaisuudesta avataan yksityiskohtaisemmin omina alalukuinaan.

6.1 Haastatteluihin perustuva kokonaiskuva

Haastateltaviksi valittiin mahdollisimman erilaisissa toiminnoissa mukana olevia vapaaehtoisia, mikä osoittautuikin rikkaudeksi haastatteluvaiheessa. Palvelukeskuksen tarjoamat moninaiset vapaaehtoistoiminnan muodot tarjoavat erilaisille vapaaehtoisille eri lailla palkitsevia tehtäväkokonaisuuksia. Haastateltavien joukossa oli kokemusta mm. vertaisohjaajana toimimisesta, ruokasalissa ja narikassa avustamisesta, käsityö- ja näytelmätoiminnassa toimimisesta sekä asiakasneuvostotyöskentelystä. Yksi haastateltavista kiteytti vapaaehtoistoimintaan liittyvät oletukset ja todellisuuden:

Minulle oli hirveä yllätys, että vapaaehtoistyötä voi tehdä niin monella lailla ja niin monenlaista. Kaikki helposti ajattelee, että se on sitä, että olet siellä osastolla syöttämässä...

Kinaporilla oli hyvin erilainen painoarvo ja merkitys vapaaehtoisten elämässä. Yksi kävi Kinaporissa monta kertaa viikossa sekä vapaaehtoisen että asiakkaan roolissa:

Täällä voi olla pari tuntia ja voi yhdistellä, voi osallistua kurssille tai mennä tekemään omia käsitöitä. Joku voi ajatella, että kauheasti tekee vapaaehtoistyötä, vaikka ei tekisikään ollenkaan, vaan tekisi ihan itsekkäästi sitä mitä haluaa.

Toisessa ääripäässä oli vapaaehtoinen, joka kävi paikan päällä vain joka toinen viikko hoitamassa ns. oman tehtävänsä, eikä hyödyntänyt itse juurikaan talon palveluja:

Haluan vain tehdä keikan ja se on sillä siisti tällä hetkellä.

Näiden ääripäiden väliin asettuivat muut haastateltavat, jotka joko oman vapaaehtoistehtävänsä tiimoilta tai asiakkaan roolissa kävivät Kinaporissa viikoittain.

Vapaaehtoisissa oli niitä, jotka olivat tutustuneet talon toimintaan ensin käsityö- tai muun harrastusryhmän kautta:

Menin ensimmäisenä jumppaan ja sitä kautta löysin tämän.

Yksi vapaaehtoisista oli lähtenyt suoraan vapaaehtoistoimintaan mukaan yhdistystuttavien suositusten pohjalta:

Meidän yhdistyksestä on täällä aika paljon ihmisiä mukana vapaaehtoistoiminnassa.

Toinen vapaaehtoinen päätyi sattumalta Kinaporiiin ohjaajakoulutuksen kautta. Kolmas haastateltava kertoi vapaaehtoisuransa alun olleen haastava. Hän oli hakenut itse aktiivisesti tekemistä ja tarjoutunut sähköpostilla vapaaehtoiseksi, mutta ilmeisesti henkilömuutosten myötä hänen yhteydenottoonsa ei koskaan vastattu. Vapaaehtoinen ei tästä kuitenkaan lannistunut, vaan löysi käsitöiden kautta itsenäisesti paikkansa talosta.

Kaikki haastateltavat olivat alle 70-vuotiaita naisia, mutta heidän elämäntilanteensa vaihtelivat paljon. Yksi oli vielä aktiivisesti työelämässä mukana, toinen oli jäänyt leskeksi hiljattain, kolmas eli pitkässä avioliitossa ja neljättä veti lapsenlapsen hoito ulkomaille. Kaikkien elämää tuntui leimaavan aktiivisuus, tekemistä oli paljon:

Nyt on allakka ja pitää katsoa illalla, että mihin olen seuraavaksi menossa.

Haastateltavat yhtä poikkeusta lukuun ottamatta toimivat tai olivat toimineet aktiivisesti myös muilla tahoilla vapaaehtoisina. Heille oli kertynyt vapaaehtoistoiminnan kokemusta mm. seurakunnasta, Martoista, SPR:stä ja eläkeläisyhdistyksestä. Se, kuinka suuri palvelukeskuksen vapaaehtoistoiminnan merkitys vapaaehtoiselle itselleen oli suhteessa muihin vapaaehtoistehtäviin pohjautui pitkälti siihen, missä toiminnassa oli ensin ollut mukana. Sitoutumisen astetta tuntui määrittävän pitkä historia muun vapaaehtoistoiminnan piirissä:

Jos tämä olisi ensimmäinen vapaaehtoispaikkani, niin luulen, että toisella tavalla olisin hakeutunut siihen, mitä tehdään.

Toisaalta palvelukeskuksen monipuolinen tarjonta ja vapaaehtoistoiminta osana sitä saattoi jättää muut vapaaehtoistehtävät toiselle sijalle:

Ihmiset ei jostain syystä näe sitä mahdollisuutta mikä täällä on. Tämähän on mahtavaa, että on askartelua, kirjasto ja vaikka minkälaista mukavaa olemista... Tekeminen laajentuu kun huomaat ja näet täällä näitä mahdollisuuksia.

Haastatteluissa useimmin esille nousseet aiheet vapaaehtoistoiminnan merkityksestä vapaaehtoiselle itselleen liittyivät toiminnan antoisuuteen, sosiaalisiin suhteisiin, muiden auttamiseen ja uuden sisällön saamiseen elämään. Vapaaehtoistoiminnan mainittiin myös antavan merkityksellistä sisältöä elämään ja hyvän mielen tunteen siitä, että on voinut olla osaltaan mahdollistamassa palvelukeskuksen monipuolista toimintaa. Vapaaehtoistoiminnan kerrottiin myös antaneen mahdollisuuden oppia uutta sekä itsestä että muista ihmisistä. Kohtaamiset erilaisten ihmisten kanssa ovat avartaneet omaa maailmaa ja kasvattaneet suvaitsevaisuutta.

Haastateltavista kaksi oli enemmän tehtäväorientoituneita, eivätkä niinkään kokeneet suurta yhteenkuuluvuuden tunnetta palvelukeskuksen muun yhteisön kanssa. Toisaalta he eivät myöskään kokeneet yhteisöllisyyttä itselleen merkitykselliseksi omassa elämäntilanteessaan tai tässä ympäristössä. Kolme haastateltavaa koki yhteisön merkityksen suureksi ja he kertoivat saaneensa palvelukeskuksesta myös uusia ystäviä.

Vapaaehtoistoiminnan haasteina haastateltavat näkivät uusien ihmisten saamisen mukaan toimintaan. Yhden tiimin toiminta oli loppunut juuri, kun vetäjä oli luopunut tehtä-

västään, eikä uutta oltu saatu tilalle. Toisenkin vapaaehtoistiimin vetäjä oli lopettamassa, jonka johdosta tiimin toiminta todennäköisesti muuttaa muotoaan ja kutistuu tulevaisuudessa. Vapaaehtoistoimintaa pitäisi markkinoida enemmän ja vapaaehtoisuuden alkumetreille saada lisää tukea. Vapaaehtoistoiminnan ohjaajan tuki nähdään tärkeänä tulevaisuudessakin. Haastatteluissa toivottiin, että vapaaehtoisten huomioimiseen panostettaisiin ja että pitkään toiminnassa mukana olleita voitaisiin palkita jotenkin. Tulevaisuuteen ehdotettiin uudenlaisia vapaaehtoisuuden toimintamuotoja, pienryhmätaapaamisia ja vapaaehtoisten ”kehityskeskusteluja”.

Haastateltavilla oli hyvin yhteneväinen näkemys siitä millaisille ihmisille vapaaehtoistoiminta palvelukeskusympäristössä sopii ja millaisille ei. Ihan tavallinen, toiset huomiota ottava ja suvaitseva henkilö sopii vapaaehtoiseksi:

Pitää olla positiivinen suhtautuminen elämään ja ihmisiin ja pitää ottaa kaikki ihmiset samanarvoisina. Ei semmoinen ihminen, jolla on vähänkään ennakkoluuloja sovi tällaiseen ollenkaan.

E erityisen hyväksi palvelukeskuksen vapaaehtoistoiminta koettiin yksinäisille ihmisille. Itsekkäät tai mieleltään järkkyneet ihmiset eivät vapaaehtoisiksi haastateltavien mielestä sovellu, omia ongelmia ei voi tulla hoidattamaan ryhtymällä vapaaehtoiseksi palvelukeskukseen.

6.2 Vapaaehtoistoiminnan motiivit ja merkitys

Haastateltavat nostivat monenlaisia asioita esiin kysyttäessä, mitä vapaaehtoistoiminta heille antaa. Vapaaehtoistoiminnan koettiin antavan mm. merkityksellisyyden kokemuksen. Yksi haastateltavista toi asian esille näin:

Koen tämän hyvin arvokkaana työnä ja sillä tavalla, että hyvä jos minustakin on jotain hyötyä, että voin olla avuksi henkilökunnalle... Minusta on kiva auttaa, tulee hyvä mieli, kun saa auttaa... Hyvin mielelläni haaskaan aikaani tänne kuin johonkin turhempaan... Taas tänä päivänä on tullut tehtyä edes jotain järkevää... Hyvä mieli siitä ainakin jää, sellainen hyvä omatunto.

Sama vapaaehtoinen korosti myös sitä, kuinka kiehtovaksi ja mielenkiintoiseksi hän koki sen, että sai kohdata roolissaan niin erilaisia ihmisiä:

Se mielenkiintoisuus viehättää. On jännä, miten ihmisiä on niin erilaisia... Kyllä se ihmisistä opettaa yleensä, miten yritteliäitä vanhemmat ihmiset ovat ja miten he eivät anna periksi.

Myös yksittäisten autettavien kohtaaminen oli tälle vapaaehtoiselle palkitsevaa:

Se on niin ihanaa, kun hän näkee minut... Ei hän sano, että tuletko auttamaan, mutta antaa ymmärtää.

Tämä haastateltava totesi oppineensa vapaaehtoistoiminnan myötä jotain itsestäänkin ja havahtuneensa tarkkailemaan omaa työelämän kiireen myötä kehittynyttä kommunikointitapaansa, jota halusi tietoisesti lähteä muuttamaan.

Toinen vapaaehtoinen korosti lähteneensä toimintaan mukaan vastavuoroisuuden takia, hän halusi olla kantamassa kortensa kekoon monipuolisen toiminnan mahdollistamiseksi:

Harrastustoiminta on ollut niin korkeatasoista ja mielekästä, että jotenkin siihen pitäisi vastavuoroisuutta saada... Kyllä tästä vapaaehtoistoinnasta tulee tunne, että tekee jotain merkityksellistä, ettei mene ihan vaan olemiseksi tai omien harrastusten parissa, vaan että jotenkin voisi jakaa sitä mahdollisuutta muillekin... Voi osaltaan auttaa luomaan edellytyksiä sille, että ihmiset voi harrastaa jotakin, että se onnistuu.

Saman haastateltavan mukaan vapaaehtoistyö on avartanut omaa näkökantaa ja luonut uskoa myös tulevaan:

Kyllä täällä sillä lailla oppii, että käsitys ihmiselosta laajenee. Näissä on paljon 90-vuotiaita... tekevät ihania töitä ja käyvät tanssimassa korkeissa koroissa ja ovat niin freesejä. Se antaa elämänuskoa...

Kolmas parisuhteessa elävä vapaaehtoinen totesi olevan hyvä, että vapaaehtoistoiminta on hänen oma aktiviteettinsa, josta saa keskusteltavaa miehensä kanssa:

On hirveän tärkeää, että ollaan erilläänkin. Ei ole mistään juttelemistakaan, jos vaan ollaan aina yhdessä, eikä käydä missään muualla virkistäytymässä. Elämä jäisi aika kapeaksi.

Sama haastateltava toi esille myös vapaaehtoistoiminnan merkitystä elämän rytmittäjänä ja aktivoijana:

On syy, miksi laitan kellon soimaan... Pysyy aktiivisuus, rytmi elämässä.

Kolmas haastateltu toi esiin, että vapaaehtoisuudesta pitää saada jotain itsellekin:

Kyllä siitä pitää jotakin jäädä itsellekin, täytyy jäädä hyvä mieli ja harrastuksen tunne. Meidän ikä ei ole enää sellainen, että tekisi hyvää hyvyttään, minä luulen, ettei meitä enää sellaiseen saa. Meidän pitää saada joku vastapaino siihen... Täytyy olla kivat tilat ja tuntee, että on tervetullut.

Neljäs haastateltavista kertoi lähteneensä mukaan vapaaehtoistoimintaan, kun koki tarvitsevansa uutta sisältöä elämäänsä puolison kuoleman jälkeen. Vapaaehtoistoiminta tuo hänen mukaansa elämään positiivisuutta:

Se antaa iloa ja riemua ja hyvää oloa. Ennen kaikkea mielenterveyttä ja kaikkea sellaista. Ettei yksin vaan istu mökissä ja ajattele. Kun tänne tulee, niin kaikki synkät ajatukset menevät pois.

Vapaaehtoistoiminta antaa hänelle myös syyn lähteä kodista liikkeelle:

Tänne täytyy aina tulla, lähtemällä lähteä. Nyt tänne lähtee ilomielin.

Viides haastateltava kertoi päättäneensä ryhtyä vapaaehtoistoimintaan jo vuosia aikaisemmin kiitollisuuden tunteestaan elämää kohtaan. Hän koki vapaaehtoistoiminnan hyvin merkityksellisenä:

Minulle tämä vapaaehtoistyö on myös henkisesti ystävänä olemista... Voin sanoa, että harrastan kuntoilua, mutta en sanoisi, että harrastan vapaaehtoistyötä. Se on ilo ja onni. Jos sitä punnitsee, niin vapaaehtoistyö antaa paljon enemmän kuin mitä siihen itse laitaa.

Se, että saa työstään palautetta antaa vapaaehtoisille voimia. Palautteen merkitystä korosti erityisesti esiintyvässä ryhmässä mukana oleva vapaaehtoinen, joka koki yleisön palautteen voimakkaasti.

6.3 Yhteisöllisyyden kokemus

Yksi haastateltavista ei ollut tekemisissä oikeastaan muiden kuin työparinsa kanssa ja hän koki palvelukeskuksen työntekijöiden olevan aivan eri leiriä vapaaehtoisten kanssa. Hän ei kokenut minkäänlaista yhteenkuuluvuuden tunnetta henkilökunnan kanssa, mutta ei sitä toisaalta itse kaivannutkaan:

En välttämättä sitä haluakaan ja kaipaakaan, teen vain oman hommani ja sillä siisti.

Hän toi esille avustavassa roolissaan kohtaamisten merkitystä, mutta ei kuitenkaan halunnut ryhtyä liian tuttavalliseksi autettavien kanssa

En halua kauhean lähelle niitä mennä.

Halu pitää tietty etäisyys myös muihin vapaaehtoiisiin päti tämän haastateltavan kohdalla:

Täältä on tullut noita tuttavuuksia, nimiä en tiedä, enkä sillä lailla oikeastaan halua tietääkään, mutta jonkun kanssa voi pari sanaa vaihtaa.

Toinen puolestaan koki, että hänet samaistetaan helposti henkilökuntaan oman vertaisohjaajaroolinsa vuoksi. Tämä vapaaehtoinen tunsikin jonkin verran henkilökuntaa, mutta ei muita vapaaehtoisia. Hän olisi ollut valmis tutustumaan muihin vapaaehtoiisiin,

jollei muut omat aktiviteetit rajoittaisi mahdollisuuksia osallistua yhteisiin tapahtumiin:

En ole näiden muiden vapaaehtoisten kanssa tekemisissä, mutta se ei ole suinkaan heistä kiinni, vaan se on minusta ja aktiviteeteistani kiinni.

Kolmannella vapaaehtoisella on ollut toiminnassa mukana entuudestaan tuttuja henkilöitä, mutta hän on saanut myös uusia ystäviä omasta vapaaehtoistiimistään. Hän kokee yhteishengen vahvana ja yhdessäolon vapaaehtoistoiminnan parhaana puolena:

Minusta täällä on hyvä jengi... täällä arvostetaan hyvin tätä vapaaehtoistoimintaa, joka on varmaan se perusta, että ihmiset jaksaa...

Neljäs vapaaehtoinen on niin ikään tuntenut entuudestaan toiminnassa mukana olevia vapaaehtoisia, mutta hän kertoo saaneensa uusia ystäviä palvelukeskuksen muistakin toiminnoista:

Tapaa uusia kivoja ihmisiä, jopa ystävyys-suhteita tulee täällä.

Viides puolestaan kertoi nimenomaan lähteneensä hakemaan aktiivisesti uusia ystäviä työkavereiden tilalle ja on niitä saanutkin:

Ajattelin, että pitää löytää ihan uusia ystäviä, mutta ymmärrän kyllä, että kaikki ihmiset eivät kaipaa sitä... Ollaan sillä lailla ihan läheisiä, että voidaan puhua ihan henkilökohtaisistakin asioista, joita ei viitsi täällä porukassa keskustella. Mutta voidaan sitten illalla soittaa ja puhua pitkään puhelu siitä, mikä milloinkin painaa mieltä.

Haastateltu vapaaehtoinen osallistuu monipuolisesti palvelukeskuksen toimintaan ja kokee omien sanojensa mukaan joskus ”liiankin vahvaa yhteenkuuluvuuden” tunnetta. Monessa mukana oleva vapaaehtoinen toteaa toiminnalla olevan kokonaisvaltainen vaikutus:

Tämä talo olisi paljon vähemmän eläväinen niille päivittäisille kävijöille, jos vapaaehtoiset eivät täällä touhuaisi ja järjestäisi erilaisia tempauksia ja ohjelmaa.

Koko palvelukeskuksen asiakaskunnan lisäksi toiminnalla on vaikutusta myös vapaaehtoisiin itseensä:

Itseämmehän viihdytämme myös, onko se paha? Ei varmaankaan.

Kaksi haastateltavaa tarkasteli yhteisöllisyyttä spontaanisti yleisemmällä tasolla ”itsensä ulkopuolelta” ehkä vähän omaankin tulevaisuuteen peilaten:

Kyllä se varmaan on monelle niin, että kun lähtee kotoa, niin tämä on se paikka, johon tullaan ja täältä mennään kotiin. Täällä on helppo vaikka istua tuolla aulassa, lukea lehtiä, olla kaiken keskellä, ihmisten keskellä, eikä kukaan odota mitään. Voit vain istua ja katsella ja viettää aikaa ja lähteä pois, eikä tarvitse osallistua mihinkään tai esittää mitään roolia, vaan voi olla oma itsensä.

Nyt kun on oppinut tuntemaan näitä lähes 90-vuotiaita, joilla jo on ollut muistisairautta jonkin aikaa. Niin näkee että he ovat pysyneet yllättävän hyvässä kunnossa, kun he tulevat tänne joka päivä. Se on heille se päivittäinen pakollinen liikunta ja aina he löytää jonkun juttukaverin. Eikä haittaa vaikka heidän juttunsa pyöri vähän saman tyyppisenä, mutta on kiva jutella se asia. Luulen, että he löytävät montakin juttukaveria. Moni heistä on ollut aikanaan aktiivinen vapaaehtoinen, niin aina löytyy tuttuja. Kyllä tämä juuri yksin asuville ihmisille olisi valtavan hyvä juttu.

Haastateltavien mielestä palvelukeskuksen vapaaehtoistoimintaan oli pääasiassa ollut helppo lähteä mukaan, yhtä aiemmin esiin nostettua poikkeusta lukuun ottamatta. Kahdella vapaaehtoisella oli yhdistystoiminnan kautta tuttuja henkilöitä vapaaehtoistoiminnassa mukana, mikä osaltaan aktivoi heitäkin mukaan toimintaan. Yksi haastateltavista nosti esille myös palvelukeskuksen turvallisenä toimintaympäristönä vapaaehtoiselle. Tähän saattoi myös osaltaan vaikuttaa vapaaehtoisen aikaisempi huono kokemus kotona tapahtuvasta ystävöitymisestä.

6.4 Vapaaehtoistoiminnan tulevaisuus

Vapaaehtoistoiminnan tulevaisuuden haasteista keskusteltaessa nousi esille mm. resurssien niukkuus. Vapaaehtoistoiminnan ohjaajaa pidettiin tärkeänä edellytyksenä toiminnan jatkuvuudelle:

Jos aikoo saada uusia, niin kyllä se vaatii sen, että yhden henkilön työpanos on siinä.

Lisäksi toivottiin myös kaupungilta rahallisia resursseja, joilla saataisiin edes pieniä toiminnasta aiheutuvia kuluja katettua:

Siihen pitäisi vetäjien saada enemmän rahaa, että pystyisivät vähän satsaamaan vapaaehtoistoiminnan kehittämiseen... Siihen pitäisi pyrkiä, että tämä jatkuisi.

Rahallisilla resursseilla saataisiin myös toiminnassa ansioituneita vapaaehtoisia palkittua:

Näitä kauan mukana olleita pitäisi palkita, mutta sitten sanotaan, että tulee kateutta, mutta ei se voi olla peruste sille.

Ylipäättään kunnioituksen ja arvostuksen osoittaminen koko henkilökunnan taholta vapaaehtoisten tekemää työtä kohtaan pidettiin tärkeänä:

Vapaaehtoiset aina vähän mittaa, että miten talossa oikeasti suhtaudutaan vapaaehtoisiihin.

Myös kaikille vapaaehtoisille järjestettävä yhteinen toiminta koettiin merkityksellisenä.

Useamman haastattelun yhteydessä nostettiin esille vapaaehtoistoiminnan sitovuus vähän eri näkökulmista, kun keskusteltiin esim. tiimin vetäjänä toimimisesta:

Tiiminvetämisessä hirvittää se, että silloin olet vastuussa.
 Vetäjänä toimiminen veisi niin paljon aikaa.
 Sehän on oikeastaan aika uskomatonta, että joku on vetänyt sitä niin kauan vapaaehtoisena.
 Se on niin hirvittävän työläs... Ihmiset soitti koska vaan, että siinä pitäisi tehdä rajauksia... ja vähän enemmän tänne Kinaporin piikkiin, ettei kaikki olisi sillä yhdellä ihmisellä...

Halusta välttää liikaa sitovuutta ja vastuuta puhuttiin myös omasta vapaaehtoistoiminnan roolista käsin:

Jos jotain otan, niin se minua kaikista vähiten sitoo.
 Olen varonut sitä, ettei vapaaehtoistoiminta sitoisi liikaa, eikä ole pakko, enkä mielelläni ottaisi vastuuta.
 Joillekin se saattaa tämmöinen, että olet jollakin tavalla sitoutunut ja on ne määrätyt päivät, jotka täytyy varata tähän. Silloin pitää miettiä, että ei voi sopia muita menoja, kun olet lupautunut tänne. Joku voi kokea, että se on liian säännöllistä, kun on eläkkeellä, eikä tarvitse aamulla lähteä töihin, mutta täytyy olla aina joku iltapäivä varattu.

Yksi haastateltavista korosti sitä, että vapaaehtoistoiminnan ollessa muutosten kourissa pitäisi katsoa tulevaisuuden suuntaviivat yhdessä:

Pitäisi miettiä, että mihin tämä talo keskittyy ja suuntaa jatkossa. Jos aloitetaan jotain ihan uutta, niin miten se ajetaan sisään, sitä kannattaisi miettiä. Ehkä silloin uusien olisi selkeämpää tulla... Millaista uutta toimintaa pienemmillä vastuilla ja resursseilla voitaisiin tulevaisuudessa tuottaa (vrt. bingo)... Kirjastopiiritkin ovat vetäneet vähän huonosti, vaikka on ollut kirjailijavieraita. Voisiko joku äänikirjajuttu tai kirjan ääneen lukeminen vetää enemmän ihmisiä?

Toinen vapaaehtoinen ehdotti, että vapaaehtoiset voisivat perustaa atk-tiimin antamaan vertaisohjausta:

Enemmän täällä voisi olla tietotekniikkaan liittyviä asioita, vaikka tabletin käytön opastusta tai jotain sellaista. Siihen pitäisi enemmän satsata... Pitäisi olla ihan joku oma atk-tiimi, jossa olisi oma palvelupaikka.

Vapaaehtoiset voisivat myös järjestää esim. sotaan tai muuhun aikakauteen liittyviä kaikille avoimia muisteluhetkiä:

Ihmisillä olisi mahdollisuus saada muistella ääneen asioita. Sekin voisi hyvin olla vapaaehtoistoimintaa, että joku kuuntelisi.

Uusien vapaaehtoisten saaminen koettiin tärkeäksi. Yksi haastateltava nosti esille sen, että toimintaa pitäisi markkinoida enemmän. Hän näki myös mahdollisena sen, että vapaaehtoiset itse ottaisivat aktiivisemmän roolin markkinoinnista:

Pitäisi olla joku tiimi, joka sitä hoitaisi... Sellaisia tietoiskuja täällä Kinaporissa, joista kerrotaan Hesarin Minne mennä tänään -palstalla.

Uusiin vapaaehtoiisiin liittyen toinen vapaaehtoinen näki erittäin tärkeänä sen, että palvelukeskuksessa ja ylipäättään vanhusten kanssa toimivat vapaaehtoiset seulotaan tarkasti, eikä ketä vaan kelpuuteta vapaaehtoiseksi tällaiseen ympäristöön.

Uutta vapaaehtoista tulisi tukea erityisesti toiminnan alkuvaiheessa. Vanhat vapaaehtoiset ovat vapaaehtoistoiminnan jatkuvuuden ja kulttuurin kannalta erittäin merkityksellisiä, mutta samalla heidän pitkä yhteinen historiansa saattaa myös vaikeuttaa uusien vapaaehtoisten kotiutumista osaksi joukkoa:

Kyllä se varmaan pitkään kestää, se on vähän niin kuin työpaikkaan menee... Jotkut sanoo, että tämä touhu on vähän sisäänlämpiävää ja niinhän se varmaan on... Jotenkin sitä uutta vapaaehtoista pitäisi tukea taloon sisälle. Se kierrätys ja sitten jättäminen ei riitä. Olisiko se sitten vaikka joku yhteinen kurssi tai luento tai jotain tämän tyyppistä, että tutustuttaisiin koko taloon... On tullut sellainen tunne, että osastot eivät kauheasti haluakaan, että olemme sinne suuntaan tekemisissä.

Myös koko talon toiminnan avaamista toivottiin, sillä tällä hetkellä suljettujen ovien takana tapahtuva palveluasuminen ja päivätoiminta koettiin tuntemattomaksi osaksi talon toimintaa, jonka kanssa vapaaehtoisillakin voisi olla paljon enemmän yhteistyötä:

Moni ei ole koskaan käynyt tuolla osastoilla. Ehkä vähän enemmän voisi avata.

Toinen vapaaehtoinen toi esille sitä, että pitäisi heti tarttua toiminnasta kiinnostuneeseen ihmiseen ja ohjata hänet eteenpäin:

Kun ihmisellä syttyy kipinä niin siitä pitää pitää kiinni kädestä pitäen.

Jo toimintaan juurtuneita itsenäisesti toimivia vapaaehtoisia voisi puolestaan tukea pienryhmäkeskustelut muiden vastaavaa työtä tekevien vapaaehtoisten kanssa:

... jotain semmoista pienryhmissä keskustelua vapaaehtoisten kesken voisi olla.

Myöskään oman terveydentilan merkitystä vapaaehtoistoiminnan jatkuvuuden kannalta ei unohdettu:

Kunhan älli ja jalat pelaa.
Omasta terveydestähän se riippuu.

7 Johtopäätökset

Tässä luvussa peilataan tutkimuksen tuloksia opinnäytetyön tutkimuskysymyksiin sekä aiempaan teoriatietoon. Jokaiseen tutkimuskysymykseen liittyviä johtopäätöksiä käsitellään omana alalukunaan alkaen yhteisöllisyydestä ja siirtyen merkityksellisyydestä vapaaehtoistoiminnan tulevaisuuteen. Luvun loppupuolella käsitellään tutkimuksen

luottamuksellisuutta ja luotettavuutta. Opinnäytetyö päättyy aiheen tiimoilta heränneisiin yleisiin pohdintoihin ja mahdollisiin jatkotutkimusajatuksiin.

7.1 Yhteisöllisyyden merkitys Kinaporin vapaaehtoisille

Vapaaehtoistoiminnasta keskusteleminen nivoutui haastateltavien arjessa luontevasti yhteen kaiken muun toiminnan kanssa. Palvelukeskus onkin erittäin hyvä esimerkki toiminnallisesta yhteisöstä. Haarnin tutkimuksessaan tekemät havainnot siitä, mitä eläkeikäiset yhteisöltään hakevat näyttävät havaintojen pohjalta pätevän myös Kinaporin palvelukeskuksessa. Jotkut tulevat paikan päälle viettämään aikaa ja seurustelemaan tuttujen kanssa, toiset saapuvat johonkin tiettyyn harrasteryhmään, vertaistukiryhmään tai järjestön kokoukseen. Yhdessä käsillä tekeminen on yksi Kinaporin yhteisöllisyyden kulmakivistä. Palvelukeskuksessa on erittäin hyvät tilat kangaspuilla kutomiseen, ompeluun, puu- ja metallitöihin, savi- ja korutöiden tekemiseen yms. Kädentaidot nousivat esille vahvasti kahden vapaaehtoisen haastatteluissa, toisella näistä vapaaehtoistoiminta kytkeytyi käsitöihin mutta toisen varsinaisella vapaaehtoistyöllä ei ollut mitään tekemistä käsitöiden tai askartelun kanssa. Kädentaidot koettiin tavallaan vapaaehtoisten ”työsuhde-eduksi”: ”Ilmaiset kurssit ovat oikeastaan yksi vapaaehtoisten palkka.”

Palvelukeskustoiminta on avointa kaikille työttömille ja eläkeläisille, mutta käyttäjäkunta muodostuu pääasiassa eläkeläisistä. Palvelukeskuksen tarjoama yhteisöllisyys liittyy vahvasti tiettyyn elämänvaiheeseen ja voikin siinä mielessä olla merkittävä uuden kiinnostuksen löytämiseksi työelämästä eläkkeelle siirryttäessä. Jollekin vapaaehtoiselle palvelukeskuksesta voi tulla kokonaisvaltainen kiinnittymisen kohde, jonka kaikkeen mahdolliseen toimintaan halutaan osallistua. Jollekin toiselle taas palvelukeskuksen yhteisö on vain yksi yhteisö muiden yhteisöjen (esim. suku, naapurit, entiset työtoverit, harrastukset, järjestötoiminta, seurakunta jne.) joukossa. Palvelukeskuksen seinien sisällä toimii monia ryhmiä. Jokaisen palvelukeskuksen toimintaan osallistuvan henkilön kokemus yhteisöllisyydestä muodostuu omista lähtökohdista ja niistä toiminnoista, joihin hän osallistuu yhdessä muiden kanssa. Yhteisöllisyys on siis palvelukeskuksissakin yksilöllistä.

Vapaaehtoisten keskuudessa tehdyn kirjekyselyn pohjalta oletuksena oli, että yhteisöllisyyden merkitys on vapaaehtoisille suuri palvelukeskuksessa. Oli herättävää huomata, että vapaaehtoisten kokemukset yhteisöllisyydestä ja sen merkityksestä itselleen

olivat niin erilaiset. Vaikka palvelukeskus luokin puitteet yhteisöllisyyden kokemukselle, ei se ole kaikille vapaaehtoisille olennaista. Tärkeämmäksi tuntuu nousevan se, että palvelukeskuksen tarjoamat mahdollisuudet vapaaehtoistyön tekemiseen ovat niin moninaiset. Mielekästä tekemistä löytyy niin ekstrovertille esiintyjälle kuin introvertille toimijallekin. Oman lisäarvonsa palvelukeskuksessa tehtävään vapaaehtoistoimintaan luo se, että se tapahtuu turvallisissa ja valvotuissa puitteissa.

Yhteisöllisyyden tunnetta pyritään Kinaporissa rakentamaan vapaaehtoisten yhteisillä retkillä ja juhlilla. Vuonna 2016 on myös alettu järjestämään säännöllisesti vapaaehtoisten ja henkilökunnan yhteistä tapaamisfoorumia Snadeja Treffejä, joissa henkilökunnan edustajat kertovat työstään ja ajankohtaisista asioista. Snadien Treffien tavoitteena on, että vapaaehtoiset saisivat kattavamman kuvan talon toiminnasta yleensä ja vapaaehtoistoiminnan eri muodoista. Samalla vapaaehtoistoiminnan ohjaajan lisäksi talon muu henkilökunta ja vapaaehtoiset oman tiimin ulkopuoleltakin tulisivat heille tutuiksi. Koko palvelukeskuksen tasolla yhteisöllisyyden tunnetta rakennetaan myös vapaaehtoisten julkaiseman oman lehden avulla. Kaksi kertaa vuodessa ilmestyvässä Kinaporin Sanomissa tuodaan esille vapaaehtoistoimintaa ja talon kuulumisia monipuolisesti.

Kinaporin palvelukeskuksen toiminnoissa on havaittavissa Haarnin esille nostama eläkeikäisten yhteisöissä esiintyvä yleistetyn ystävällisyyden normi. Omien havaintojeni pohjalta ryhmässä yksittäisen osallistujan negatiiviset kannanotot sivuutetaan pitkällä silmäyksellä ja aiheen vaihdolla. Myöskään poikkeavaa käytöstä, esim. rahahuolien esilletuomista ja rahan pyytämistä lainaksi ei katsota hyvällä.

7.2 Vapaaehtoistoiminnan motiivit ja merkitys Kinaporissa

Lähtiessäni tutkimaan vapaaehtoistoimintaa Kinaporissa oli ajatuksenani selvittää haastatteluilla vapaaehtoisten motiiveja. Mitä vapaaehtoiset ovat hakeneet toimintaan mukaan lähtiessään ja toisaalta mitä toiminta on heille antanut? Matkan varrella havahtui huomaamaan, että motiivit ja merkitys sekoittuvat, eikä niiden erittelemisen jälkikäteen ole yksiselitteistä. Myös Pessi ja Saari (2008: 41) tuovat esille, että motiiveista puhuttaessa sekoittuu helposti se, mikä voima ajaa ihmistä johonkin toimintaan ja toiminnan vaikutukset ihmiseen. Esim. mielihyvä ei ole koskaan toiminnan lopullinen päämäärä sinänsä; jokin tuottaa ihmiselle mielihyvää. Se että auttaminen tuottaa mielihyvää ei todista, etteikö vilpittömiä halua auttaa ole olemassa. Auttaminen, joka tuottaa iloa on auttamista siinäkin tapauksessa, että auttaja olisi ennakoivasti ilon. Auttamisessa

on aina kyse sekoittuneista motiiveista: oma ja toisen etu sekoittuvat. (Pessi – Saari 2008: 62.)

Vapaaehtoistoiminnan motiiveja ja merkityksiä tarkasteltaessa nousi esille hyvin pitkälti samoja asioita kuin aiemmissa tutkimuksissa vapaaehtoistoiminnan hyödyistä ja motiiveista. Vapaaehtoistoiminta koettiin monella tapaa antoisaksi: sen tekeminen koettiin merkitykselliseksi, siitä sai hyvän mielen, positiivista palautetta ja se antoi mahdollisuuden oppia itsestään uutta. Toiminta tuotti uutta sisältöä elämään ja siitä poiki keskustelun aiheita. Vapaaehtoistoimintaan oli lähdetty mukaan myös halusta antaa jotain takaisin yleisestä kiitollisuuden tunteesta elämälle tai Kinaporille vastavuoroisesti sen monipuolisesta toiminnasta.

Kinaporin vapaaehtoiset toivat esille myös sellaisia puolia, joita muissa vapaaehtoistutkimuksissa ei olla nähty. Palvelukeskusympäristö antaa mahdollisuuden tavata monenlaisia ikäihmisiä, mutta myös vammaisia, maahanmuuttajia sekä kulttuuritaustaltaan erilaisia ihmisiä. Tämä mahdollistaa omien silmien avautumisen erilaisuuteen ja suvaitsevaisuuteen. Juuri eläkkeelle jääneet ovat päässeet tapaamaan 30 vuotta itseään vanhempia ihmisiä, jotka ovat olleet avun tarpeessa, mutta ovat silti omalla persoonallisuudellaan ja sinnikkyydellään tehneet vaikutuksen. Toisaalta aktiivisesti ja itsenäisesti toimintaan osallistuvat yli 90-vuotiaat ovat luoneet uskoa tulevaisuuteen. Palvelukeskuksen vapaaehtoistoiminta tarjoaa paitsi puitteet monipuoliselle toiminnalle myös mahdollisuuden hyvinkin erilaisten ihmisten kohtaamisiin.

Yeungin timanttimallin ulottuvuudet olivat jossain määrin tunnistettavissa haastatteluisa. Eniten nousivat esille saamiseen ja uuden etsintään sekä läheisyyteen ja antamiseen liittyvät teemat. Saaminen-antaminen –ulottuvuudella saamisen ääripäähän asetuu mm. eri haastateltavien toteamukset siitä, että vapaaehtoistoiminta luo uskoa tulevaan, rytmittää elämää, aktivoi ja antaa keskustelun aiheita. Antamisen merkitys korostui niiden vapaaehtoisten puheissa, jotka olivat toimineet palvelukeskuksessa asuvien heikkokuntoisempien ikäihmisten kanssa. Apua tarvitsevien auttamisesta ruokasalissa tuli hyvä mieli, mutta myös tapahtumiin saattaminen ja niihin yhdessä yleisönä osallistuminen koettiin antoisaksi sekä auttajan että autettavan näkökulmasta.

Uuden etsintä nousi parhaiten esille haastattelussa, jossa vapaaehtoinen kertoi hake-neensa uutta sisältöä elämänsä puolison kuoleman jälkeen. Muutoin uuden etsintä nousi esille uusien asioiden ja taitojen oppimisen myötä. Kaksi haastateltavaa toi esille

haastatteluissa oppineensa uusia kädentaitoja, kolmas korosti tiedonhalua koulutukseen hakeutumisessaan ja neljäs puolestaan kertoi oppineensa uutta itsestä ja kanssaihmisistä. Ulottuvuuden toista ääripäätä tarkasteltaessa vapaaehtoistoimintaa ei koettu työn kaltaisen toiminnan jatkumona. Toki jatkuvuudella oli nähtävissä jonkinlaista merkitystä kahden haastateltavan puheissa. Toinen heistä oli mukana esiintyvässä ryhmässä ja vastaava toiminta oli tuttua jo työelämästä. Toisen elämäntapa puolestaan oli aina ollut liikunnallinen ja nyt vapaaehtoistoinnassakin liikunta oli keskiössä.

Koko palvelukeskuksen vapaaehtoisilta kerätyn palautteen pohjalta sosiaalisten suhteiden merkitys nousi kaikkein merkittävimäksi tekijäksi vapaaehtoistoiminnan hyvinvointivaikutuksia puntaroidessa. Tältä pohjalta oletuksena oli, että palvelukeskuksen tarjoama yhteisöllisyys, jota Yeungin mallissa kuvataan läheisyys-etäisyys –akselin toisena ääripäänä, nousee vahvasti esille myös opinnäytetyön haastatteluissa. Jokaisella haastateltavalla tuntui kuitenkin olevan hyvin erilainen, omanlaisensa suhde ja suhtautuminen palvelukeskukseen sosiaalisia suhteita tarjoavana yhteisönä. Kaikille sosiaaliset suhteet ja yhteisöllisyyden kokemus ei ollut olennaista, kahdelle haastateltavalle mahdollisuus tietyn etäisyyden pitämiseen tuntui oman elämäntilanteen kannalta tärkeältä.

Palvelukeskus on malliesimerkki toiminnallisesta yhteisöstä, joten pohdinta-toiminta - ulottuvuuden olisi voinut kuvitella tulevan esille haastatteluissa vahvasti. Toiminnan merkitys nousi esille kahdessa haastattelussa. Toinen haasteltava koki tärkeäksi oman käden jäljen näkemisen ja toinen puolestaan arvosti oman tehtävän selkeyttä ja suora- viivaisuutta. Muuten toiminta ei juurikaan noussut motiivina esille. Johtuuko tämä siitä, että itse toiminnan sisällöllä ei ole niin väliä? Vai sittenkin siitä, että toiminnan merkitys koetaan niin itsestään selvänä, ettei sitä edes tule maininneeksi? Pohdinnan ääripään hän asettui lähes poikkeuksetta kaikkien haastateltujen kanssa käyty keskustelut siitä, koetaanko vapaaehtoistoiminta työnä vai harrastuksena. Vapaaehtoistoimintaa ei koettu työn kaltaisena toimintona, mutta toisaalta sitä ei myöskään koettu suoranaisesti harrastuksenakaan, vaan siihen liittyi lähes kaikilla haastateltavilla suurempi arvolataus ja merkitys.

7.3 Vapaaehtoistoiminnan jatkuvuuden edellytykset Kinaporissa

Vapaaehtoistoiminnan jatkuvuuden kannalta olennaisiksi asioiksi nostettiin resurssit. Vapaaehtoistoiminnan ohjaajan tuen koettiin olevan arvokasta ja sitä toivottiin voitavan hyödyntää jatkossakin. Toivomuksena oli myös, että toiminnasta aiheutuviin kuluihin saataisiin pientä taloudellista tukea. Tällä hetkellähän kaikki menot on katettu vapaaehtoisten itse hankkimilla tuloilla, joita on saatu narikkamaksuista, käsityömyyjäisistä sekä bingosta.

Haastatteluissa nousi eri yhteyksissä esille vapaaehtoistointaan liittyvä sitoutumisen haaste, vaikka sitä ei erikseen haastattelurungossa kysyttykään. Joku mainitsi asian Kinaporin vapaaehtoistoinnasta yleisesti puhuttaessa tuoden esille pitkäaikaisten tiiminvetäjien luopumiset tehtävistään. Toinen toi asian esille pohtiessaan vapaaehtoistoiminnan tulevaisuuden edellytyksiä. Sama haaste on havaittu muissakin vapaaehtoistointaan liittyvissä tutkimuksissa viime aikoina. Ihmiset haluavat tehdä vapaaehtoistyötä, mutta se ei saa olla liian kokonaisvaltaista ja aikaa vievää, vaan sitä pitäisi pystyä tekemään sopivassa määrin oma jaksaminen ja muu elämä huomioiden. Pessin ja Oravasaaren (2010: 127; 171) tekemän kyselyn perusteella näyttää siltä, että vapaaehtoistoiminnan trendinä on episodinen vapaaehtoisuus, jolla tarkoitetaan lyhytkestoista ja projektimaista sekä hetkellistä, kertaluontoista vapaaehtoisuutta. Tällainen esim. yksittäisiin projekteihin tai tapahtumiin liittyvä vapaaehtoisuus saattaisi olla yksi mahdollisuus saada palvelukeskuksen vapaaehtoistointaan mukaan ihmisiä, jotka eivät ole valmiita pitkäaikaisiin sitoutumisiin.

Rajaniemi (2009: 31) tuo esille erilaiset ikäihmisten kohtaamispaikat ja paikalliset yhdistykset keskeisinä kasvualustoina kansalaisten tekemisen tarpeista hiljalleen kehittyvälle vapaaehtoistoinnalle. Valmiiden vapaaehtoistehtävien sijaan lähtökohtana voisi olla yhteisöllinen toiminta, joka mahdollistaa erilaisia polkuja erityyppisiin vapaaehtoistehtäviin. Toiminnassa voidaan ensin olla mukana vain tarkkailijana, sitten osallistujana ja lopulta myös aktiivisena toimijana, joka antaa omaa vapaaehtoispanostaan yhteiseksi hyväksi monin eri tavoin. Palvelukeskuksilla on loistavat mahdollisuudet vapaaehtoisten ”kasvattamiseen” tarkkailijoista toimijoiksi ja pari haastateltavaa olikin ryhtynyt osallistumisen kautta aktiivisiksi toimijoiksi. Voisiko tällaista polkua pohjustaa kannustamalla vapaaehtoisia itseään ideoimaan matalan kynnyksen toimintaa ja tapahtumia, joihin saataisiin houkutelua tarkkailijoita? Raitanen (2016: 5) tuo esille saman asian puhumalla uuden ajan vapaaehtoistyöstä, jossa vapaaehtoinen otetaan aidosti mukaan

suunnittelemaan ja toteuttamaan sitä toimintaa, johon hän itse osallistuu tai joka häneen vaikuttaa. Tällöin tuottamisen ja kuluttamisen rajapinta hämärtyy ja palataan vapaaehtoistoiminnan ytimeen – itse tehdään itselle – mutta uudella otteella ja uudessa ympäristössä.

Jos vapaaehtoinen on kasvanut ja liukunut tehtävänsä osallistumisen kautta, ei itse vapaaehtoisuuden alkuvaiheeseen todennäköisesti tarvita erityistä tukea. Vapaaehtoisen astuessa palvelukeskuksen ovesta sisään entuudestaan vieraana henkilönä, on tilanne toinen. Tässä tilanteessa vapaaehtoisen sitoutumista voi edesauttaa huomattavasti alkuvaiheen tuki, joka voisi toteutua esim. nimetyin ”tutor-vapaaehtoisen” turvin, joka kulkisi uuden vapaaehtoisen rinnalla esim. ensimmäisen kuukauden ajan.

7.4 Tutkimuksen luottamuksellisuus ja luotettavuus

Olen toiminut Kinaporin palvelukeskuksessa sosiaaliohjaajana lyhyen sijaisuuden ajan. Työsuhteeni päättyi tammikuun 2016 lopussa ennen opinnäytetyön haastattelujen toteutusta. Toimenkuvaani ei liittynyt suoranaista yhteydenpitoa vapaaehtoisten kanssa. Uskon, että tämä on pelkästään hyvä asia opinnäytetyön tutkimusosion objektiivisuuden kannalta.

Ihmisiin kohdistuvissa tutkimuksissa mainitaan tärkeimpinä eettisinä periaatteina yleensä informointiin perustuva suostumus, luottamuksellisuus, seuraukset ja yksityisyys (Hirsjärvi – Hurme 2008: 20). Luottamuksellisuus tarkoittaa muun muassa sitä, että haastattelijan on kerrottava haastateltavilleen totuudenmukaisesti haastattelun tarkoituksesta. Tämän jälkeen haastattelijan on käsiteltävä ja säilytettävä saamiaan tietoja luottamuksellisina ja lopuksi varjeltava haastateltavien anonymiteettia tutkimusraporttia kirjoittaessaan. Kun haastatteluaineiston pohjalta tuotettua tietoa raportoidaan, on mietittävä henkilöiden tunnistettavuuteen liittyviä kysymyksiä. Kun haastatellaan ihmisiä yksityishenkilöinä, on erityisen tärkeää, ettei heidän henkilöllisyytensä käy raportista ilmi. (Tiittula – Ruusuvuori 2005: 17.)

Opinnäytetyön tutkimus tehtiin suhteellisen rajatun joukon piirissä, joten yksittäisen haastateltavan anonymiteetin säilyttäminen on ollut erityisen tarkastelun alla. Haastatteluotteet onkin muutettu yleiskielisiksi, jotta Kinaporin vapaaehtoistoimijat tunteva lukijakaan ei voisi tunnistaa yksittäistä haastateltavaa puhetyylin perusteella. Samasta

syystä haastateltavien näkemyksiä tuodaan työssä esille vaihtelevassa järjestyksessä. Ennen opinnäytetyön julkistamista on haastatellut vapaaehtoiset kontaktoitu ja kutsuttu julkistamistilaisuuteen sekä samalla kysytty haluavatko he nähdä opinnäytetyössä käytetyt haastatteluotteet ennen opinnäytetyön palauttamista.

Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuutta voi pyrkiä todentamaan dokumentoinnin avulla. Tutkijan on pystyttävä dokumentoimaan, miten hän on päätenyt luokittamaan ja kuvaamaan tutkittavien maailmaa juuri niin kuin hän on sen tehnyt. (Hirsjärvi - Hurme 2008: 189.) Harkitsemalla tutkimusprosessin vaiheita sekä kuvaamalla aineiston syntyminen ja sen hankkimisessa, purkamisessa ja analysoimisessa käytetyt periaatteet mahdollisimman hyvin voidaan lisätä tutkimuksen pätevyyttä ja luotettavuutta. Koko tutkimusprosessia valintoineen, ongelmineen ja haasteineen on hyvä tarkastella huolellisesti ja dokumentoida kriittisesti niitä tekijöitä, jotka ovat vaikuttaneet tutkimuksen kulkuun ja tuloksiin. (Ruusuvoori – Nikander – Hyvärinen 2010: 26; Saaranen-Kauppinen – Puusniekka 2006c.)

Opinnäytetyön eri vaiheisiin on paneuduttu ja niitä on työstetty huolella mahdollisimman luotettavan lopputuloksen aikaansaamiseksi. Prosessin kannalta olennaisimmat vaiheet ja havainnot on myös pyritty kuvaamaan niin, ettei mikään vaiheista jäisi lukijalle hämärän peittoon. Laadullisen tutkimuksen validiteettia arvioitaessa on kyse siitä, onko tutkimus pätevä; onko se perusteellisesti tehty, ovatko saadut tulokset ja tehdyt päätelmät "oikeita". Reliabiliteettia arvioitaessa kiinnostus kohdistuu puolestaan siihen, miten tutkijan toiminta on vaikuttanut aineiston laatuun; onko kaikki käytettävissä oleva aineisto otettu huomioon, onko tiedot litteroitu oikein jne. Samoin on tärkeää, että tulokset niin pitkälle kuin mahdollista heijastavat tutkittavien ajatusmaailmaa ottaen huomioon kuitenkin, että haastattelujen tulos on aina seurausta haastattelijan ja haastateltavan yhteistoiminnasta. Laadullisen tutkimuksen validiteettia ja reliabiliteettia ei voi arvioida objektiivisesti, vaan se jää dokumentoinnin pohjalta tutkimuksen lukijan arvioitavaksi. (Hirsjärvi - Hurme 2008: 189; Saaranen-Kauppinen – Puusniekka 2006d.)

7.5 Pohdinta

Opinnäytetyön haastattelut avasivat silmäni näkemään vapaaehtoistoiminnan yksilöllisenä kokemuksena. Jokaisella vapaaehtoisella vapaaehtoistoiminta muodostaa oman muotoisen ja kokoisen palan elämän palapelissä. Palan muotoon ja kokoon vaikuttaa

oma elämänhistoria, aiemmat kokemukset vapaaehtoistoiminnasta, nykyinen elämäntilanne sekä itse toimintaan ja sen tarjoamaan sosiaaliseen ympäristöön liittyvät toiveet ja odotukset. Palvelukeskus on ympäristönä ainutlaatuinen toimintakenttä vapaaehtoisille. Toimintaan voi kuka tahansa helsinkiläinen eläkeläinen tai työtön tulla mukaan ilman aatteellisia, rahallisia tai muita sitoumuksia. Palvelukeskus tarjoaa luontevan ympäristön vapaaehtoisille tutustua hyvinkin erilaisiin ihmisiin, mikä on rikkaus ja voimavara koko yhteiskunnalle suvaitsevaisuuden kasvamisen myötä. Palvelukeskuksen vapaaehtoistoiminnan monia mahdollisuuksia tulisikin ruokkia ja miettiä samalla, voisiko monimuotoisuutta kasvattaa entisestään kutsumalla kylään myös lähialueen nuoria ja työikäisiä asukkaita, jotka saattaisivat kiinnostua vapaaehtoistoiminnasta naapurustosaan.

Tämän opinnäytetyön kirjoittamisen aikaan Helsingin kaupungilla on monia suuria sosiaali- ja terveysviraston toiminnan alaan liittyviä uudistushankkeita käynnissä. Monipuolisten palvelukeskusten kehittämistyö on alkanut. Palvelukeskukset tulevat näyttelämään tulevaisuudessa entistä keskeisempää roolia eläkeikäisten kaupunkilaisten arjessa, kun niihin kootaan mahdollisuuksien mukaan kaikki kotona asumista tukeva tieto ja palvelut. Olisikin hyvä tässä yhteydessä varmistaa, että palveluviidakon hahmottamista helpottavassa uudistuksessa ei kuitenkaan ikäihmisistä itsestään kumpua-va vapaaehtoistoiminta jäisi sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten jalkoihin, jos yhä useampi henkilöstön edustaja siirtyy työskentelemään palvelukeskuksen tiloihin.

Vapaaehtoistoiminnan merkityksen, motiivien ja hyötyjen arviointi on abstraktia ja subjektiivista. Haastattelujen purkamisen myötä heräsi ajatus siitä, voisiko toiminnan vaikutusta mitata konkreettisemmin esim. strukturoidulla lomakekyselyllä, joka annettaisiin kaikille uusille vapaaehtoisille täytettäväksi alkuhaastattelun yhteydessä ja tämän jälkeen esim. kerran vuodessa. Tällaisen kyselyn pohjana voisi olla esim. Utraisen (2012: 33) listaamat vapaaehtoistoiminnan itsearvioitavat vaikutukset liittyen yleiseen terveydentilaan, psyykkiseen ja fyysiseen toimintakykyyn, tyytyväisyyden, hyvinvoinnin ja onnellisuuden kokemuksiin, yksinäisyyden tunteisiin ja masennusoireisiin, alkoholin ja lääkkeiden käyttöön sekä kokemuksiin elämänhallinnan tilasta. Mielenkiintoista olisi myös tutkia poikkeako palvelukeskuksen vapaaehtoistoimintaan osallistuvien fyysinen toimintakyky (esim. kävelynopeudella tai liikkuvuudella mitattuna) ja kognitio (esim. MMSE-testillä mitattuna) niiden eläkeikäisten toimintakyvystä, jotka eivät osallistu kodin ulkopuoliseen järjestettyyn toimintaan.

Haastatteluissa keskusteltiin paljon siitä, miten vapaaehtoista tulisi tukea uransa alkumetreillä. Tämän opinnäytetyön alkuvaiheissa pohdittiin, olisiko mahdollista tutkia myös sitä, miten vapaaehtoisia voitaisiin tukea uransa lopettamisessa. Tämä näkökulma olisi vaatinut haastattelujen toteuttamista vapaaehtoisten iäkkäämmästä päästä ja olisi hajottanut fokusta liian laajalle. Vapaaehtoistoiminnan loppuvaihe rajattiin opinnäytetyön ulkopuolelle, mutta se voisi toimia Kinaporin vapaaehtoistoiminnan tutkimuksen seuraavana aiheena. Vapaaehtoisuudesta saattaa tulla niin merkittävä osa ikäihmisen elämää ja omaa identiteettiä, että siitä luopuminen tuntuu ylivoimaisen vaikealta, vaikka se söisikin omia voimavaroja enemmän kuin mitä se tuottaisi. Tässä tilanteessa olisi hyvä löytää keinoja tukea vapaaehtoistoiminnasta luopumista ilman että samalla luovutaan omanarvon tunteesta sekä yhteisöstä ja sen toiminnassa mukana olost.

Lähteet

Aro, Jari 2011. Yhteisöllisyys ja sosiaalinen side. Teoksessa: Kangaspunta, Seppo (toim.) Yksilöllinen yhteisöllisyys. Avaimia yhteisöllisyyden muutoksen ymmärtämiseen. Tampere: Tampere University Press. 35-60.

Connolly, Sheelah – O’Shea, Eamon 2015. The Perceived Benefits of Participating in Voluntary Activities Among Older People: Do They Differ by Volunteer Characteristics? *Activities, Adaptation & Aging*, 39:2, 95-108.

Eräsaari, Leena 2011. Julkisten palvelujen muutokset yksinäisyyden aiheuttajina. Teoksessa Heiskanen, Tarja – Saaristo, Liisa (toim.) Kaiken keskellä yksin. Yksinäisyyden syyt, seuraukset ja hallintakeinot. Jyväskylä: PS-kustannus. 31-58.

Eskola, Jari 2010. Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat. Laadullisen aineiston analyysi vaihe vaiheelta. Teoksessa: Aaltola, Juhani – Valli, Raine (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II: Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus.

Eskola, Jari - Suoranta, Juha 2005. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Vastapaino.

Haarni, Ilka 2010. Kolmas elämä. Aktiiviset eläkeikäiset kaupungissa. Helsinki: Gaudeamus.

Harju, Aaro 2005. Kansalaisyhteiskunta vapaaehtoistoiminnan innoittajana. Teoksessa Nylund, Marianne – Yeung, Anne Birgitta (toim.): Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino. 58-80.

Helin, Satu 2016. Vapaaehtoiset käsittämättömän suuri voimavara. *Vanhustyö* 2/2016. Vanhustyön keskusliitto. 4.

Hirsjärvi, Sirkka – Hurme, Helena 2008. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.

Hyvärinen, Matti – Löyttyniemi, Varpu 2005. Kerronnallinen haastattelu. Teoksessa Ruusuvuori – Tiittula (toim.) Haastattelu – tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino. 189-222.

Hyypä, Markku T. 2002. Elinvoimaa yhteisöstä. Sosiaalinen pääoma ja terveys. Jyväskylä: PS-kustannus.

Jyrkämä, Jyrki 2005. Syntynyt 1947, kuollut...? Suuret ikäluokat ja elämäntulevaisuus. Teoksessa Karisto, Antti (toim.) Suuret ikäluokat. Tampere: Vastapaino. 347-361.

Kananen, Jorma 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä: miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kangaspunta, Seppo – Aro, Jari – Saastamoinen, Mikko 2011. Epilogi: Yhteisyyden jatkumo. Teoksessa: Kangaspunta, Seppo (toim.) Yksilöllinen yhteisöllisyys. Avaimia yhteisöllisyyden muutoksen ymmärtämiseen. Tampere: Tampere University Press. 245-266.

Kursula, Tiia 2015. Vapaaehtoistyön koordinaattori, Helsingin kaupungin Sosiaali- ja terveysvirasto. Haastattelu 29.12.2015.

Kuuluvainen, Salla 2015. Vapaaehtoistyön johtaminen. Helsinki: Sivistysliitto.

Lehtonen, Heikki 1990. Yhteisö. Tampere: Vastapaino.

Lumme-Sandt, Kirsi 2005. Vanhan ihmisen kohtaaminen haastattelutilanteessa. Teoksessa Ruusuvuori – Tiittula (toim.) Haastattelu – tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino. 125-144.

Morrow-Howell, Nancy 2010. Volunteering in Later Life: Research Frontiers. Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences 65.4 (Jul 2010): 461-469.

Mustonen, Eija 2015. Vapaaehtoistoiminnan ohjaaja, Kinaporin palvelukeskus. Haastattelu 8.10.2015.

Palvelukeskustoiminta 2016. Helsingin kaupunki. Verkkodokumentti. Päivitetty 20.7.2016. <<http://www.hel.fi/www/Helsinki/fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/ikaantyneiden-palvelut/palvelukeskukset/>>. Luettu 11.8.2016.

Palvelukeskustoiminnan kehittämishjelma vuosille 2014–2016. Helsingin kaupunki, Sosiaali- ja terveysvirasto.

Pessi, Anne Birgitta – Oravasaari, Tomi 2010. Kansalaisjärjestötoiminnan ytimessä. Tutkimus RAY:n avustamien sosiaali- ja terveysjärjestöjen vapaaehtoistoiminnasta. Avustustoiminnan raportteja 23. Helsinki: Raha-automaattiyhdistys.

Pessi, Anne Birgitta – Saari, Juho 2008. Hyvä tahto. Auttamisen asenteet ja rakenteet Suomessa. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto.

Pessi, Anne Birgitta – Seppänen, Marjaana 2011. Yhteisöllisyys. Teoksessa Saari, Juho (toim.) Hyvinvointi: Suomalaisen yhteiskunnan perusta. Helsinki: Gaudeamus. 278-303.

Plagnol, Anke C. – Huppert, Felicia A. 2010. Happy to Help? Exploring the Factors Associated with Variations in Rates of Volunteering Across Europe. Soc Indic Res (2010) 97. 157-176.

Rajaniemi, Jere 2009. Mielekkäästi vapaaehtoistoiminnassa. Tuloksia kyselystä järjestöjen ikääntyneille jäsenille. Helsinki: Ikäinstituutti.

Ruusuvuori, Johanna – Tiittula, Liisa 2005. Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. Teoksessa Ruusuvuori – Tiittula (toim.) Haastattelu – tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino. 22-56.

Ruusuvuori, Johanna 2010. Litteroijan muistilista. Teoksessa Ruusuvuori, Nikander, Hyvärinen (toim.) Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino. 424-431.

Ruusuvuori, Johanna – Nikander, Pirjo – Hyvärinen, Matti 2010. Haastattelun analyysin vaiheet. Teoksessa Ruusuvuori, Nikander, Hyvärinen (toim.) Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino. 9-36.

Räihä, Kristiina – Äyräväinen, Irma – Rantakokko, Merja – Lyyra, Tiina-Mari – Rantanen, Taina 2012. Toiminnan mielekkyys vapaaehtoistyössä. *Gerontologia* 26(4), 2012. 224–234.

Saaranen-Kauppinen, Anita – Puusniekka, Anna 2006a. Analyysi ja tulkinta. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarasto. Verkkodokumentti. <<http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>>. Luettu 7.12.2015; 1.3.2016.

Saaranen-Kauppinen, Anita – Puusniekka, Anna 2006b. Teemahaastattelu.

Saaranen-Kauppinen, Anita – Puusniekka, Anna 2006c. Tutkimuksen arviointi - reflektointia.

Saaranen-Kauppinen, Anita – Puusniekka, Anna 2006d. Validiteetti.

Saastamoinen, Mikko 2009. Aikalaiskeskustelua yhteisöllisyydestä. Teoksessa Filander, Karin – Vanhalakka-Ruoho, Marjatta (toim.) Yhteisöllisyys liikkeessä. Aikuiskasvatuksen 48. vuosikirja. Jyväskylä: Kansanvalistusseura. 33-66.

Tanskanen, Antti O. – Danielsbacka, Mirikka 2015. Ovatko vapaaehtoistyö ja hyväntekeväisyys yhteydessä onnellisuuteen? *Yhteiskuntapolitiikka* 80 (2015):5. 469-481.

Tiihonen, Arto (toim.) 2011. Vastavuoroisuutta, vertaisuutta ja osallisuutta ikäihmisille: ikäihmisten vapaaehtois- ja vertaistoiminnan tutkimus- ja kehittämishanke: (Vavero) 2007-2011. Helsinki: Ikäinstituutti.

Tiittula, Liisa – Ruusuvuori, Johanna 2005. Johdanto. Teoksessa Ruusuvuori – Tiittula (toim.) Haastattelu – tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino. 9-21.

Tulikallio, Tea – Malinen, Heikki 2009. Vapaaehtoistoiminta hyvin organisoituna valtava voimavara. Esimerkkejä vapaaehtoistoiminnasta Helsingin kaupungin palvelukeskuksissa. Helsingin kaupungin sosiaalivirasto. Oppaita ja työkirjoja 2009:2.

Tuomi, Jouni – Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Utriainen, Jarkko (toim.) 2011. Vapaaehtoisuus vanhustenhuollon voimavarana. Helsinki: Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto ry.

Utriainen, Jarkko 2012. Vapaaehtoistoiminnan vaikutusten tunnistaminen ja osoittaminen vanhustyössä. Helsinki: Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto ry.

Vaarama, Marja – Ollila, Kati 2008. Koettu hyvinvointi ja elämänlaatu kolmannessa iässä. Teoksessa: Moisio, Pasi – Karvonen, Sakari – Simpura, Jussi – Heikkilä, Matti (toim.) Suomalainen hyvinvointi 2008. Helsinki: Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskus. 116-136.

Vapaaehtoistyö Suomessa 2010 ja 2015. Kansalaisareena. Verkkodokumentti.
<http://www.kansalaisareena.fi/Vapaaehtoistyö_Suomessa_2010ja2015.pdf>. Luettu 3.12.2015.

Vapaaehtoistyö, talkootyö, naapuriapu – kaikki käy 2015. Vapaaehtoistoiminnan koordinaatiota ja toimintaedellytysten kehittämistä selvittävän työryhmän loppurapotti. Valtiovarainministeriön raportti 39/2015.

Vapaaehtoistyön mittarit EU:ssa ja Suomessa. Kansalaisareena. Verkkodokumentti.
<<http://kansalaisareena.fi/Liikuta2013-EUmittarit.pdf>>. Luettu 20.11.2015.

Volunteering by older people in the EU 2011. European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions. Verkkodokumentti.
<http://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef_files/pubdocs/2011/34/en/1/EF1134EN.pdf>.

Yeung, Anne Birgitta 2005. Vapaaehtoistoiminnan timantti. Miten mallintaa motivaatiota? Teoksessa Nylund, Marianne – Yeung, Anne Birgitta (toim.): Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino. 104-125.

Haastattelurunko

Vapaaehtoistoimintaan osallistuminen tällä hetkellä

- Mihin vapaaehtoistoiminnan muotoihin osallistut Kinaporissa tällä hetkellä?
- Miten usein & kuinka monta tuntia kerralla toimit vapaaehtoistehtävissä?
- Minkälaista yhteistyötä/yhteydenpitoa sinulla on vapaaehtoistehtävääsi liittyen muiden vapaaehtoisten kanssa?
- Toimitko muualla vapaaehtoisena?

Vapaaehtoistoiminnan aloittaminen

- Mistä sait kipinän vapaaehtoistoimintaan? / Miten kaikki alkoi? / Vaatiko harkinta-aikaa?
- Oletko tehnyt vapaaehtoistyötä tätä ennen?
- Miksi lähdit juuri Kinaporin palvelukeskuksen vapaaehtoistoimintaan mukaan?

Vapaaehtoistoiminnan merkitys

- Kerro omin sanoin, mitä vapaaehtoistoimintaan osallistuminen sinulle merkitsee
- Kun lähdet vapaaehtoishommiin, koetko lähteväsi töihin vai harrastamaan?
- Mitä vapaaehtoistoiminta antaa sinulle?
- Tukeeko se hyvinvointiasi? Miten?
- Mikä on vapaaehtoistoiminnassa parasta?
- Oletko oppinut vapaaehtoistoiminnan myötä jotain uusia asioita/taitoja?
- Millaista elämäsi olisi ilman vapaaehtoistoimintaa?
- Mitä haasteita vapaaehtoistoimintaan liittyy?
- Mikä merkitys palvelukeskuksen yhteisöllä (vapaaehtoiset, muut asiakkaat & henkilökunta) on sinulle?
 - Oletko saanut toiminnan myötä uusia ystäviä?
 - Saatko yhteisöstä tarvittaessa tukea? Millaista?
 - Koetko yhteenkuuluvuuden tunnetta palvelukeskuksen yhteisön kanssa?
- Tuleeko mieleen jokin erityisen hyvä muisto tai hetki, jonka olisit kokenut vapaaehtoistoiminnassa?

Vapaaehtoistoiminnan houkuttelevuus

- Millaisia odotuksia sinulla on Kinaporin vapaaehtoistoiminnalle lähivuosina?
- Millaista vapaaehtoistoiminnan pitäisi olla, että olisit siinä mukana vielä 10 vuoden päästä?
- Kenelle/millaisille ihmisille suosittelisit vapaaehtoistoimintaa palvelukeskuksessa?
- Kenelle/millaisille ihmisille vapaaehtoistoiminta palvelukeskuksessa ei mielestäsi sovi?

Informointikirje haastateltaville

Hyvä Kinaporin vapaaehtoinen,

Kinaporin palvelukeskuksessa on tutkittu vuoden 2015 kuluessa vapaaehtoistoimintaa vapaaehtoisille suunnattujen kyselylomakkeiden ja erityisten seurantamittausviikkojen avulla. Jatkumona tälle kartoitustyölle toteutetaan helmi-maaliskuussa 2016 noin viiden vapaaehtoisen syvällisempi haastattelu. Haastateltaviksi valitaan alle 70-vuotiaita ”nuoremman polven” vapaaehtoisia, jotka ovat olleet mukana toiminnassa alle viisi vuotta. Haastattelun tavoitteena on selvittää mm. miksi palvelukeskuksen vapaaehtoistoimintaan lähdetään mukaan, millaisia odotuksia toimintaan liittyy ja mikä on yhteisöllisyyden merkitys tällaisessa toiminnassa. Haastateltaviksi valitaan nuoremman polven vapaaehtoisia, jotta saataisiin toiminnan jatkuvuuden kannalta tietoa siitä, mikä erityisesti tätä ikäryhmää motivoi ja millä tavalla saataisiin heidät pidettyä mukana toiminnassa myös tulevaisuudessa.

Haastatteluiden antia käytetään opinnäytetyössäni, jonka toteutan Metropolia Ammattikorkeakoulussa osana geronomin (amk) tutkintoani. Opinnäytetyöni työnimi on ”Palvelukeskuksen vapaaehtoistoimintaan osallistumisen motiivit”. Vapaaehtoistoiminnan ohjaaja Eija Mustonen toimii opinnäytetyöni ohjaajana Kinaporissa.

Opinnäytetyöni valmistuu viimeistään marraskuussa 2016. Valmis opinnäytetyö julkaistaan ammattikorkeakoulujen yhteisessä Theseus-verkkotietokannassa ja se tulee löytymään myös Metropolia Ammattikorkeakoulun kirjastosta. Haastattelumateriaalit tullaan tuhoamaan opinnäytetyön hyväksynnän jälkeen.

Voit haastattelun jälkeenkin olla halutessasi yhteydessä minuun. Kerron mielelläni opinnäytetyöni aiheesta ja sen tavoitteista tarkemmin.

Kiitos kiinnostuksestasi ja ajastasi!

Ulla Pohjanmaa

Geronomiopiskelija

Metropolia Ammattikorkeakoulu, Helsinki

Suostumus tutkimukseen osallistumisesta

Opinnäytetyön aihe:

Palvelukeskuksen vapaaehtoistoimintaan osallistumisen motiivit

Tutkimuksen tekijän yhteystiedot:

Ulla Pohjanmaa, geronomiopiskelija, Metropolia Ammattikorkeakoulu,
Helsinki

Työelämän ohjaaja:

Vapaaehtoistoiminnan ohjaaja Eija Mustonen, Kinaporin palvelukeskus

- Opinnäytetyön haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista ja voin keskeyttää osallistumiseni milloin tahansa ilmoittamalla asiasta opinnäytetyön tekijälle
- Annan luvan käyttää haastattelutilanteessa tallennettuja tietoja opinnäytetyössä. Opinnäytetyön tekijän velvollisuus on huolehtia siitä, että saatua tietoa käsitellään luottamuksellisesti niin, ettei henkilöllisyyteni paljastu. Tarvittaessa opinnäytetyön tekijä ottaa minuun yhteyttä ja varmistaa mahdollisuuden käyttää suoraa haastattelulainasta opinnäytetyössään. Yhteystietoni lisätään tämän lomakkeen loppuun tätä tarkoitusta varten.
- Haastattelussa kerättyä aineistoa ei käytetä muihin tarkoituksiin tai luovuteta ulkopuolisille tekijöille. Haastattelussa nauhoitetut tallenteet, muistiinpanot ja tallenteiden puhtaaksi kirjoitetut osiot tuhotaan opinnäytetyön hyväksymisen jälkeen poistamalla näistä luodut tiedostot ja silppuamalla paperitulosteet.

Olen lukenut informointikirjeen ja tämän suostumusasiakirjan. Tästä suostumuksesta on laadittu kaksi saman sisältöistä kappaletta, sekä tutkimuksen tekijälle että minulle.

Minä, _____, vahvistan, että minulle on selvennetty opinnäytetyön tavoitteet ja toteutustapa. Osallistun tutkimuksen haastatteluun vapaaehtoisesti ja annan lupani haastattelun nauhoittamiseen.

Yhteystietoni (puh/tai s-posti): _____

Allekirjoitus

Päiväys
