



HUMANISTINEN  
AMMATTIKORKEAKOULU

OPINNÄYTETYÖ

## Miehet ystävinä

Miten miehiä motivoidaan vapaaehtoisiksi ystäviksi vanhuksille?

*Pasi Laakso*

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma (210 op)

Yhteisöpedagogi

11 / 2017

# HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

## Koulutusohjelman nimi

### TIIVISTELMÄ

<b>Työn tekijä</b> Pasi Laakso	<b>Sivumäärä</b> 54 ja 4 liitesivua
<b>Työn nimi</b> Miehet ystävinä – Miten miehiä motivoidaan vapaaehtoisiksi ystäviksi vanhuksille?	
<b>Ohjaava opettaja</b> Satu Riikonen	
<b>Työn tilaaja ja/tai työelämäohjaaja</b> Turun Seudun Vanhustuki ry, Nina Karuneva	
<b>Tiivistelmä</b> <p>Tässä opinnäytetyössä tutkittiin miesten motiiveja ja motivointia vanhusten parissa toteutettavaan tukiyhdistämiseen. Opinnäytetyön tilaajana toimi Turun Seudun Vanhustuki ry. Miesvapaaehtoisten määrä vanhusten tukiyhdistämisessä on huomattavan vähäinen verrattuna vapaaehtoisten naisten määrään. Opinnäytetyössä vapaaehtoisten miesten määrää oli selvitetty tilaajan lisäksi viideltä eri vanhusten tukiyhdistämisestä järjestävältä taholta. Näin saatiin tietoa siitä, että ongelma on valtakunnallisesti koko toimintamuotoa koskeva.</p> <p>Opinnäytetyössä keskitytään vapaaehtoistoiminnan motiiveihin ja niiden määrittelyyn. Motivoinnin teoriassa pohditaan sisäisen ja ulkoisen motivaation eroja sekä vapaaehtoistyötä näiden motivaatiotekijöiden lähtökohdista. Tietopohjassa otettiin tarkasteluun neljä teoriaa. Näistä Maslowin tarvehierarkia ja Reissin motivaatioteoria ovat suoraan motivaatioperustaan liittyvää teoriaa. Lisäksi valittiin Freudin psykoanalyttinen teoria ja Franklinin eksistenssianalyttinen teoria, jotka edustivat filosofisempaa lähestymistapaa ihmisen motivaatioihin.</p> <p>Opinnäytetyössä käytettiin haastattelua ja kyselylomaketta menetelminä tuottamaan tietoa vapaaehtoisten motiiveista. Edellä mainitut menetelmät oli kohdistettu kuudelle Turun Seudun Vanhustuen organisoiman tukiyhdistämisen miesvapaaehtoiselle. Toteutustapana oli käytetty strukturoitua kyselyä ja puolistrukturoitua haastattelua. Osallistuvaa havainnointia oli toteutettu kahdesti tapahtumissa, joihin osallistui satoja miehiä. Lisäksi oli tehty dokumenttianalyysiä tilaajan ja viiden muun vanhusten tukiyhdistämisen järjestävän organisaation nettisivuista. Analyysillä etsittiin tietoa siitä, mitä motivaatioon vaikuttavia viestejä dokumentit sisälsivät ja miten nämä viestit vastasivat motivaatioteorioihin sekä kahdella muulla menetelmällä hankittuun tietoon.</p> <p>Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa Turun Seudun Vanhustuelle periaatteet, jotka tulee ottaa huomioon markkinoidessa vanhusten tukiyhdistämistä mieskohderyhmälle. Tuotoksessa vastataan kysymyksiin: missä markkinoidaan, miten markkinoidaan, kenelle markkinoidaan ja mitä asioita markkinoinnissa kannattaa painottaa. Näiden vastausten perusteella luodaan koulutusmateriaali yhdistyksen käyttöön.</p> <p>Tutkimuskysymyksenä oli, miten miehiä motivoidaan vapaaehtoisiksi vanhusten tukiyhdistämiseen? Opinnäytetyössä löytyi useita tekijöitä, joita motivoinnissa on hyvä ottaa huomioon. Tulosten mukaan miehille on tärkeää, että toiminnassa on mukana myös muita miehiä. Tärkeänä pidetään myös tukisuhteesta molemmille syntyvää hyvää mieltä ja mukana oloa yhdistyksen sekä yhteiskunnan missioissa auttamassa vanhuksia. Useimmat miehet olivat lähteneet vapaaehtoisiksi jonkun tuttavansa kehoituksesta. Vapaaehtoisina toimivista haastatelluista vain yksi on mukana työelämässä ja muut opiskelijoita tai eläkeläisiä.</p>	
<b>Asiasanat</b> vapaaehtoistoiminta, motivaatio, tukihenkilöt, tukiyhdistämistä, vanhustyö, miesvapaaehtoiset	

# HUMAK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

## Name of the Degree Programme

### ABSTRACT

<b>Author</b> Pasi Laakso	<b>Number of Pages</b> 54 + 4
<b>Title</b> Males as friends – How motivate males to act as volunteer support friends for elderly.	
<b>Supervisor(s)</b> Satu Riikonen	
<b>Subscriber and/or Mentor</b> Turun Seudun Vanhustuki ry, Nina Karuneva	
<b>Abstract</b> <p>In this thesis was explored men's motives and motivation to work as support friends for elderly. Thesis orderer was Turun Seudun Vanhustuki ry. Number of male volunteers for elderly support friends is low when its compared to the number of female volunteers. In this thesis was clarified the number of male volunteers in orderer's support friend activity for elders and from five other organization that produces the same kind of service. That way was gathering information from male volunteers low amount in elderly support friend activities, also nationwide.</p> <p>In this thesis voluntary work was opened that much what is important to understand voluntary work from a view of motivation. In theory of motivation was considered from the difference of internal and external motivation along with voluntary work from the view of those motivating factors. In basic information of motivation was selected four theories for closer investigation. From these theories, Maslow's hierarchy of needs and Reiss's motivation theory was directly the theory of human motivation. Other two theories were Freud's psychoanalytic theory and Frankl's theory of existential analysis - those theories were a more philosophical approach to human motivation.</p> <p>In thesis was used interview and questionnaire as methods to provide information about volunteers motivations. Methods were directed to six males who act as volunteers in elderly support friend service provided by Turun Seudun Vanhustuki ry. Interview's execution was half structured and inquiry's structured. The participative observation was the second method that was used to providing information. The observation was realized by participation in two events where hundreds of males act voluntarily together. Third in the thesis used method was documented analysis. The method was realized by familiarization to thesis orderers and five other organizations internet pages where they motivate humans to join their mission to provide support friends for elders.</p> <p>A target of the thesis was to produce those principles that should be kept in mind when orderer organization tries to motivate males to join volunteers for elders support friend activity. The thesis tries to answer questions: where to market, how to market, to whom to market and what facts to bring up in marketing.</p> <p>The thesis research question was how to motivate males to join volunteers and act support friends for elders? In thesis was not founded one big answer to that question. Many smaller answers were founded, which should be taken into consideration when males are motivated.</p>	
<b>Keywords</b> volunteer work, motivation, support persons, friendship programmes, men volunteers, work with elderly	

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 CASE: TURUN SEUDUN VANHUSTUKI RY:N YSTÄVÄTOIMINTA	8
3.0 MIEHET VAPAAEHTOISTYÖNTEKIJÖINÄ	10
3.1 Vapaaehtoistyön historiaa, kehitystä ja sukupuolirooleja	10
3.2 Miesvapaaehtoisten määrä vanhusten ystävätoiminnassa	12
4 MOTIVAATIO JA SEN TEORIAT	14
4.1 Psykoanalyttinen teoria	18
4.2 Eksistenssianalyttinen teoria	19
4.3 Maslowin tarvehierarkia	21
4.4 Reissin motivaatioteoria	23
5 MOTIIVITUTKIMUKSEN TOTEUTUS	26
5.1 Kysely / Haastattelu	26
5.2 Dokumenttianalyysi	30
5.3 Havainnointi	32
5.4 Tulosten analysointi	33
6 TUTKIMUKSEN TULOKSET	35
6.1 Miehet aktivoivat miehiä	36
6.2 Tukisuhteesta hyvää mieltä molemmille	38
6.3 Vapaaehtoisten keskinäinen toiminta	39
6.4 Osaamisen hallinta ja kehittäminen	40
6.5 Miten tulon mukaan tukiystävätoimintaan	41
6.6 Osana suurempaa kokonaisuutta	42
7 POHDINTA	44
7.1 Kehitysajatuksia	47
7.2 Tilaaajan palaute	50
LÄHTEET	51
LIITTEET	55
Liite 1: Kyselylomake	55
Liite 2: Avoimet kysymykset	56
Liite 3: Reissin teorian perusmotivaatiot	57
Liite 4: Kyselyn tulokset	58

## 1 JOHDANTO

Tein yhteisöpedagogiopintojeni kolmannen työharjoittelun Turun Seudun Vanhustuki ry:ssä. Osana harjoitteluani toteutin turkulaisille vanhuksille suunnatun huolikyselyn. Kyselyssä vanhusten suurimmaksi yksittäiseksi huolenaiheeksi nousi yksinäisyys (Laakso 2017, 13). Turun Seudun Vanhustuella on tarjolla vanhuksille Tukiystävätoimintaa, jossa välitetään tuki- ja puhelinystäviä. Avaan nämä palvelut myöhemmin luvussa 2.0 CASE: Turun Seudun Vanhustuki ry:n tukiystävätoiminta. Harjoitteluni aikana tulin tietoiseksi, että näissä palveluissa on vapaaehtoisten miesten määrä vain noin kymmenen prosenttia kaikista vapaaehtoisista. Näihin tietoihin perustuen päätin tehdä opinnäytetyön miesten motivoinnista vapaaehtoisiksi vanhusten ystäviksi.

Turun Seudun Vanhustuki ry toimi opinnäytetyöni tilaajana ja mentorina yhdistyksen toiminnanjohtaja Nina Karuneva. Opinnäytetyöllä tuotetaan lisäarvoa yhdistyksen Tukiystävätoimintaan. Lisäarvo syntyy siitä, että tunnistetaan ne tekijät, miten miehiä motivoidaan vapaaehtoisiksi ystäviksi vanhuksille. Tämä muodostuikin opinnäytetyöni tutkimuskysymykseksi.

Ensimmäiseksi kartoitin sitä, onko miesten vähäinen osallistuminen ongelmana koko toiminta-alalla. Lähetin sähköpostikyselyn seitsemälle organisaatiolle ja kysyin, paljonko heillä on miesten osuus vanhusten ystävätoiminnan vapaaehtoisista. Sain vastauksen viideltä organisaatiolta. Vastaukset perusteella ongelma on olemassa koko toimintaympäristössä ja siihen pitää etsiä ratkaisua. Kaikilla kyselyyn vastanneilla organisaatioilla miesten osuus oli nollasta kahteenkymmeneen prosenttiin. Ongelma on siis koko alaa koskeva ja vaatii tarkastelua.

Vapaaehtoistyöstä ja motivaatiosta on tehty aiemmin paljon yleistä tutkimusta. Esimerkiksi opinnäytetietokanta Theseus.fi antaa hakusanalla vapaaehtoistyö 2042 osumaa ja hakusanalla motivaatio 22507 osumaa (Arene ry 2017). Richard M Ryanin ja Edward L Decin (2013) julkaisun mukaan esimerkiksi vuonna 2012 tehtiin yli 350 itseohjautuvuuteen liittyvää tieteellistä tutkimusta (Martela & Jarenko 2014, 13).

Miehiin kohdistuvaa motivaatiotutkimusta löytyy niukasti ja miesten motivaatioista toimia vanhusten ystävinä ei löytynyt aiempaa tutkimusta.

Työni tavoitteena on löytää motivaatiotekijöitä miesten rekrytoimiseksi vanhusten tukiystäviksi. Motivaatiotekijöistä tuotetaan koulutusmateriaali, josta pidän koulutuksen Turun Seudun Vanhustuen henkilökunnalle ja luovutan koulutusmateriaalin heidän käyttöönsä.

Luvussa 3 avaan vapaaehtoistyön luonnetta ja miesten roolia vapaaehtoistyössä. Luku sisältää myös tiedot viiden muun organisaation vanhustenystävätoiminnasta. Organisaatiot ovat saman, jotka vastasivat kyselyyni vapaaehtoisten miesten määrästä heidän ystävätoiminnassaan.

Motivoinnin teoriaa lähestytään eri näkökulmista. Tarkasteluun valitsin neljä tunnettua teoriaa, jotka sisältävät ihmisen käyttäytymisen ja toiminnan motivaation perustelua. Freudin psykoanalyttinen teoria ja Franklin eksistenssianalyttinen teoria edustavat filosofisempaa näkökulmaa motivaatioon. Maslowin ja Reissin teoriat taas edustavat varsinaisia motivaatioteorioita.

Uutta tietoa kerätiin käyttäen menetelminä kyselyä, haastattelua, havainnointia ja dokumenttianalyysiä. Kysely ja haastattelu kohdistuivat Turun Seudun Vanhustuen vapaaehtoiisiin miehiin, jotka toimivat vanhusten ystävinä Tukiystävätoiminnassa. Havainnointia tehtiin kaksi eri kertaa suuressa kuntoilutapahtumassa, jonka osallistujat ovat pelkästään miehiä. Dokumenttianalyysi toteutettiin niiden organisaatioiden nettisivuista, jotka vastasivat kyselyyn miesten määrästä vanhusten ystävätoiminnassa.

Tuloksissa nousi selvästi esiin kuusi eri teemaa, joiden alle tulokset on sijoiteltu. Jokainen teemoista esitellään omana alalukunaan. Ensin niissä kerrotaan kyselyn, haastattelun, havainnoinnin ja dokumenttianalyysin tuottamasta tiedosta kyseiseen teemaan. Tämän jälkeen teemaan sidotaan motivaatioteorioista löytyvää tietoa.

Viimeisessä luvussa suoritan teoriaan ja menetelmillä luotuun tietoon perustuvaa pohdintaa ja kehitysideoita. Luvussa esitän myös kysymyksiä, joilla haastan lukijaa

mieltämään aihealueeseen liittyvää problematiikkaa. Lopuksi luvussa esitellään tilaajalta saamani opinnäytetyötä koskeva palaute.

## 2 CASE: TURUN SEUDUN VANHUSTUKI RY:N YSTÄVÄTOIMINTA

Yhdistyksen nettisivuilla Turun Seudun Vanhustuki ilmoittaa missiokseen vanhusten edunvalvonnan ja hyvinvoinnin edistämisen arvokkaan vanhenemisen turvaamiseksi (Turun Seudun Vanhustuki 2017). Yhtenä toimintamuotona tavoitteen saavuttamiseksi yhdistys toteuttaa Tukiystävätoimintaa, jossa vanhuksille välitetään vapaaehtoisia ystäviä. Tukiystävätoimintaan tulisi saada lisää vapaaehtoisia miehiä, jotta yhdistys pystyy vastaamaan myös lisääntyvään miesten yksinäisyyteen.

Turun Seudun Vanhustuki ry on tarjonnut vanhuksille tukiystävätoimintaa vuodesta 2004. Toiminta on tarkoitettu yli 70-vuotiaille ihmisille, jotka kokevat yksinäisyyttä. Vapaaehtoinen voi valita kahdesta eri ystävyysmuodosta. Hän voi toimia varsinaisena tukiystävänä tai puhelinystävänä. Varsinainen tukiystävä vieraillee vanhuksen luona noin kaksi kertaa kuukaudessa ja tarjoaa ystävälleen juttuseuraa sekä ulkoilu- ja asiointiapua. Puhelinystävänä toimiva vapaaehtoinen soittaa ystävälleen 2-4 kertaa kuukaudessa ja keskustelee ystävänsä kanssa noin 30 minuuttia. Raha-automaattiyhdistys on tukenut tukiystävätoimintaa vuodesta 2012. Tukiystävätoimintaa koordinoi vapaaehtoisista koostuva Tukiystävätoiminnan johtoryhmä joka koontuu tarvittaessa. (Turun Seudun Vanhustuki ry 2017a, 11.) Tukiystävätoimintaa organisoitiin päivittäin neljä yhdistykseen palkattua työntekijää (Turun Seudun Vanhustuki ry 2017b).

Vuoden 2016 aikana yhdistyksellä oli tuettavana 119 vanhusta. Tukiystävät tekivät heidän luokseen 1460 ystäväkäyntiä ja puhelinystävät soittivat 446 puhelua vanhuksille. Vuonna 2016 yhdistykselle tuli 89 uutta ystäväpyyntöä, eli keskimäärin 7 pyyntöä kuukaudessa. Tukiystävätoiminnan ohjaajat tekivät vanhusten luokse 83 kartoituskäyntiä. Jonossa tukiystävää odottamassa oli vuonna 2016 keskimäärin 17 halukasta vanhusta kuukaudessa. Joulukuuhun mennessä halukkaiden määrä oli pudonnut kuuteen. Tuettavista kaikki muut, paitsi kolme, asuivat Turussa. Suurin ikäryhmä tuettavista olivat 85-94 vuotiaat, joita oli 60% kaikista tuettavista. Tuettavista vain 6 oli miehiä ja loput naisia. (Turun Seudun Vanhustuki ry 2017a, 11-12.)



Vuoden 2016 aikana kaikkiaan 121 henkilöä toimi vapaaehtoisina tukiystävätoiminnassa. Heistä yhdeksän oli miehiä ja 112 naisia. Vuoden lopussa aktiivisia vapaaehtoisia oli 86, joista 75 oli tukiystävää ja 11 puhelinystävää. Uusia ystäviä liittyi vapaaehtoisiksi 66 kappaletta, joista 54 tukiystäväksi ja 12 puhelinystäväksi. 29 vapaaehtoista lopetti tukiystävänä toimimisen. Yleisimmät syyt lopettamiseen olivat elämäntilanteeseen, esimerkiksi opiskeluun, työhön tai paikkakunnalta muuttamiseen, liittyvät syyt. Vapaaehtoiset olivat iältään 21 – 90 vuotiaita, mutta eniten vapaaehtoisia oli ikäryhmässä 61-70 vuotiaat. Uudet ystävät koulutettiin ystävän peruskurssilla, joita järjestettiin vuonna 2016 12 kappaletta. Lisäksi kuudelle henkilölle annettiin henkilökohtainen perehdytys ystävänä toimimiseen. (Turun Seudun Vanhustuki ry 2017a, 12-13.)

Vuonna 2016 tukiystävätoiminnan vapaaehtoisia tuettiin järjestämällä heille 11 ystävätapaamista, joissa he voivat tavata ystävätoiminnan muita vapaaehtoisia. Tapaa-misiin kuului asiantuntijoiden alustuksia sekä vertaiskeskusteluja. 49 vapaaehtoista kävi ystävätapaamissa ja käyntikertoja kertyi yhteensä 128. Vapaaehtoisille järjestettiin myös neljä muuta tapahtumaa ja kaksi koulutusta. Ystävätoiminnan ohjaajat pitävät vuosittain jokaiselle vapaaehtoiselle vuosikeskustelun, joita pidettiin vuonna 2016 66 kappaletta. (Turun Seudun Vanhustuki ry 2017a, 13.)

### 3.0 MIEHET VAPAAEHTOISTYÖNTEKIJÖINÄ

Ensimmäisessä aluvussa avataan vapaaehtoistoimintaa yleisesti. Tämän lisäksi siinä kuvataan sosiaalipuolen vapaaehtoistoiminnan kehitystä sekä miesten ja naisten tapoja toimia vapaaehtoisina. Toisessa aluvussa kuvataan viiden vanhuksille vapaaehtoisia ystäviä rekrytoivien tahojen toimintaa sekä miesten määrää ystävätoiminnassa. Toisesta aluvusta voi todeta sen, että miesten vapaaehtoistoiminta vanhusien ystävinä on erittäin vähäistä ja ongelma on koko alaa koskeva.

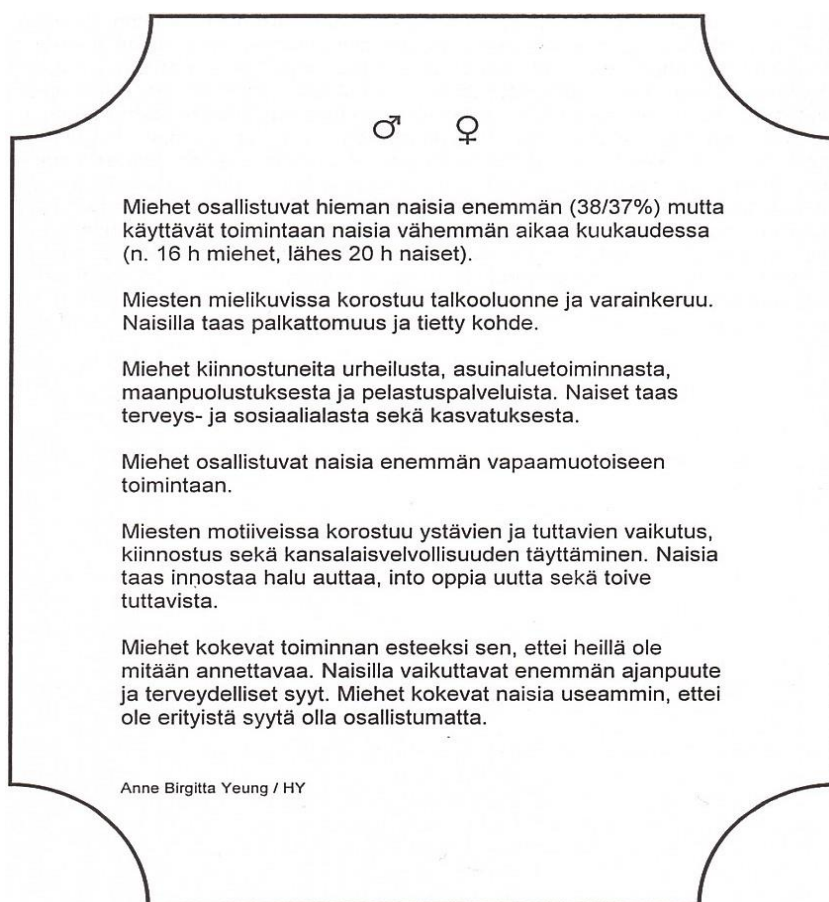
#### 3.1 Vapaaehtoistyön historiaa, kehitystä ja sukupuolirooleja

Vapaaehtoistoiminta on yleensä jonkin tahon avustuksella toteutettavaa palkatonta ja vapaaehtoisuudesta kumpuavaa yleishyödyllistä toimintaa (Nylund & Yeung 2005, 15). Kansalaistoiminta perustuu aina vapaaehtoisuuteen. Satojakin palkkatyöläisiä työllistävä kansalaisjärjestö menettää merkityksensä ilman vapaaehtoisia. (Laitinen 2006, 6.) Vapaaehtoistoiminnan johtamistakin ohjaa toiminnan luonne. Toiminnasta ei makseta palkkaa ja aineellinen hyöty on muutenkin vaatimatonta. (Kuuluvainen 2015, 9.) Suomessa toimii noin 10 000 sosiaali- ja terveysalan yhdistystä. Suurin osa näistä on paikallisyhdistyksiä. (Peltosalmi & Eronen & Litmanen & Londen & Ruuskanen 2016, 26.) Peltosalmen, Hakkaraisen, Särkelän ja Erosen mukaan sosiaali- ja terveysjärjestöjen toimintaan osallistuu vuosittain noin 900 000 suomalaista (Marjovuori 2014, 11).

Yksi keskeisiä teemoja on ikäihmisten ja niin kutsutun kolmannen iän edustajien rooli vapaaehtoistyössä. Kolmannella iällä kuvataan ihmisiä jotka ovat siirtyneet eläkkeelle, mutta joita ei voida vielä kutsua vanhuksiksi. Saksassa toteutettiin hanke, jossa 1000 ikäihmistä koulutettiin tukihenkilöiksi vertaistukeen. Valtaosa koulutetuista koki, että heidän aiempi ammatillinen tietonsa oli mielekkäällä tavalla hyödyksi vapaaehtoistyössä. (Nylund & Yeung 2005, 20-21.) Yeungin 2004 tekemässä tutkimuksessa korostuu naisten osuus sosiaalialan vapaaehtoistoiminnassa, tämä ilmiö toistuu myös useissa muissa tutkimuksissa. Kurosen (2004, 5) mukaan sosiaalityöntekijän ammatti onkin kehittynyt naisten vapaaehtoisesta hyväntekeväisyystyöstä. Petreliuk-

sen (2004, 69) kansainvälinen tutkimus havaitsi, että suuri osa palkalliseen ja vapaaehtoisuuteen pohjautuvan hoivatyöntekijöistä kuuluu alistettuihin yhteiskunnallisiin ryhmiin, kuten naisiin ja etnisiin ryhmiin. Naisten osallistumista vapaaehtoistyöhön voidaan pitää ei toivottuna palkkatyön jatkumona. (mt. 19-20.)

Eniten suomalaisten vapaaehtoisten toiminta suuntautuu urheiluun ja liikuntaan. Tällaisessa toiminnassa on mukana noin kolmannes vapaaehtoistoimintaan osallistuvista henkilöistä. Suomalaiset eivät useinkaan näe urheiluseuroissa toimimista vapaaehtoistyönä, vaan moni pitää vapaaehtoistyötä perinteisenä sosiaali- ja terveysjärjestöjen organisoimana palvelutoimintana. Yeungin (2002) mukaan miehiä ja naisia kiinnostavat erilaiset vapaaehtoistehtävät (Kuvio 1). Naisia kiinnostavat terveys- ja sosiaaliasiat, lapsi- ja nuorisotyö sekä uskonnollinen toiminta. Miehet suosivat vapaaehtoistoiminnassa urheilua, asuinaluetoimintaa, maanpuolustusta sekä pelastustoimintaa. (Yeung 2002, 26-28.)



Kuvio 1: Miesten ja naisten eroja vapaaehtoistoiminnassa.  
(Yeung 2002, 50.)

### 3.2 Miesvapaaehtoisten määrä vanhusten ystävöitymisessä

Vanhustyön Keskusliitto välittää vanhuksille vapaaehtoisia ystäviä Helsingin alueella. Ystävävapaaehtoinen vieraillee vanhuksen luona säännöllisesti, hän toimii keskustelukumppanina, ulkoiluseurana ja asiointiapuna tarvittaessa. (Vanhustyön keskusliitto 2017.) Yhdistyksellä on ystävöitymisessä mukana 75 vapaaehtoista joista 8 on miehiä. Miesten vähäistä määrää ei ole koettu yhdistyksessä ongelmana koska suurin osa vapaaehtoista ystävää pyytävistä on naisia. Miespuoliset ystävää hakevat eivät yleensä vaadi, että vapaaehtoisen ystävän tulisi olla mies. Normaalisti vapaaehtoisten ystävien tapaamisissa on paikalla vain 1-2 miestä 15-20 henkilön kokonaisuudesta. Miehiä tulisi saada enemmän mukaan, jotta vertaistuki ja vapaaehtoistyön luoma sosiaalinen verkosto, syntyisi paremmin myös miesten osalta. Miehiä tarvitaan lisää mukaan myös siksi, että saataisiin purettua ystävöitymisen kuvaa ”naisten juttuna”. (Dufva 2017.)

Kauhavan Seudun Vanhustenkotiyhdistys ry hallinnoi Evijärven ja Lappajärven kuntien sekä Kauhavan kaupungin alueella Aijjoos-toimintaa. Aijjoos-toiminta on osa Vanhustyön keskusliiton koordinoimaa ja julkisin varoin tuettua Eloisa ikä – avustushjelmaa. Eloisa ikä-ohjelman tavoitteena on luoda voimavaralähtöistä vanhuuskulttuuria, jossa toimijoina ovat ikäihmiset itse. Aijjoos-toiminnan yhtenä osana on yksinäisten ikäihmisten tukihenkilötoiminta. Tukihenkilötoiminta on sopimukseen perustuvaa yhdessäoloa, esimerkiksi keskustelua, ulkoilua tai lukemisapua. (Kauhavan Seudun Vanhustenkoti Yhdistys ry 2017.) Miehiä on mukana vapaaehtoistyössä huomattavasti naisia vähemmän, mutta heitä tarvittaisiin ehdottomasti lisää. Toiminnassa on ollut periaatteena, että vapaaehtoinen ystävä on samaa sukupuolta kuin yksinäinen vanhus. Varsinainen ystävöityminen on seurakuntien vastuulla ja myös Suomen Punainen Risti tekee sitä. Aijjoos toiminnassa toimii kuitenkin esimerkiksi kulttuurikavereita. Heitä on yhteensä 18 joista kaksi on miehiä. Toiminnassa on koettu, että miesten on ehkä helpompaa toimia muulla tavoin vapaaehtoisena kuin perinteisenä ystävänä. Miehiä tarvitaan ehdottomasti lisää toimintaan. (Koponen 2017.)

Kotkan kaupunki tarjoaa alueellaan vanhuksille ystäviä Uusi Kaveri -hankkeessa. Hanketta ovat olleet kehittämässä Kotkan vanhusneuvosto, Kotkan kotihoito, Palvelutalo Koskenrinne, Yksillä Purjeilla -hanke ja kotkalaisia yksityishenkilöitä. Toimin-

nassa on tarkoituksena, että vapaaehtoinen vierailee vanhuksen luona sosiaalisen kanssakäymisen merkeissä. Vierailut voivat sisältää esimerkiksi pelailua, keskustelua, ulkoilua tai muuta ihan tavalliseen elämään liittyvää. (Kotkan kaupunki 2017.) Uusi kaveri -hankkeessa on koulutettu yhteensä 26 vapaaehtoista, joista 4 on miehiä. Aktiivisena kaverina toimii 1 mies. (Idström 2017.)

Rovaniemen seurakunta järjestää alueellaan vanhuksille vapaaehtoisia ystäviä. Toimintaa koordinoi diakoniatyön lähimmäispalvelu. Vapaaehtoiset valitaan soveltuvuushaastattelun kautta ja heille annetaan koulutus tehtävään. (Rovaniemen seurakunta 2017.) Lähimmäispalvelussa toimii 30-40 henkilöä, joista yksikään ei ole mies. Ongelmana koen sen, että ihmiset eivät tahdo sitoutua pitkiin lähimmäispalvelusuhteisiin. (Koski 2017.)

Pääkaupunkiseudulla toteutetaan Ollaan Ihmisiksi! -lähimmäispalveluhanketta, jota organisoii Suomen Raamattuopisto. Hankkeen tarkoituksena on lievittää vanhusten yksinäisyyttä ja turvattomuuden tunnetta. Hakijat haastatellaan ja heille järjestetään lähimmäispalveluun sekä peruskoulutusta että syventävää koulutusta. Vapaaehtoisille järjestetään tarpeen mukaan vertaisryhmiä ja virkistyspäiviä vietetään kaksi kertaa vuodessa. (Suomen Raamattuopisto 2017.) Ollaan ihmisiksi! -hanke saa rahoitusta nykyiseltä STEA:lta. Vuonna 2016 aktiivisia vapaaehtoisia oli 79 henkilöä, joista miesten osuus oli 22. (Lamminmäki 2017.)

## 4 MOTIVAATIO JA SEN TEORIAT

Tässä luvussa käsitellään ensin ulkoista ja sisäistä motivaatiota. Sisäisen ja ulkoisen motivaation käsittely on tarpeellista, koska se liittyy olennaisesti vapaaehtoistyön luonteeseen, verrattuna palkkatyöhön. Luvussa käsitellään myös rahan merkitystä motivaatitekijänä, koska se on suurin ulkoisen motivaationlähde. Alaluvuissa tarkastellaan lähemmin neljää eri motivaatioteoriaa. Teorioista kaksi on filosofista lähestymistä motivaation syntyyn ja kaksi suoranaisia motivaatioteorioita. Valitsemalla tarkasteluun useampia erilaisia teorioita saadaan enemmän näkökulmia motivaation synnystä. Kun teorioissa perustellaan tiettyjä tekijöitä motivaation syntymiseen, niiden voi katsoa myös suhtautuvan toisiin teorioihin kriittisesti.

Vapaaehtoistyössä motivaation johtaminen on keskeinen käsite. Vapaaehtoistyön johtamisen voikin kiteyttää vapaaehtoisten motivoinniksi. Vapaaehtoisen motivaationa yhdistyksen toimintaan liittymisellä on halu toimia jonkin asian puolesta. (Kuuluvainen 2015, 44-45.)

Viime aikoina on keskusteltu paljon sisäisestä ja ulkoisesta motivaatiosta. 1950-60 luvuilla syntyi teoria sisäsyntyisestä motivaatiosta, sen tarkoituksena oli tarjota kritiikkiä ja vastapainoa ulkoisen palkitsemisen motivaatioteorioille. (Mayor & Risku 2015, 28.) Ulkoista motivaatiota pidetään yllä keinotekoisesti. Se voi syntyä esimerkiksi ryhmäpaineesta, toisten aiheuttamista yllykkeistä tai matkimisen halusta. Ulkoinen motivaatio syntyy palkkion toivosta tai rangaistuksen pelosta. (Otavan Opisto 2015.) Ulkoisen motivaation syy on myös jokin muu kuin tekeminen itse. Jos vaikka työpäikällä sanotaan, että tee näin tai saat potkut, silloin ollaan ulkoisen motivaation ytimessä. Ulkoinen motiivi on uhkiin vastaamista ja välttämättömien resurssien keräämistä. (Martela & Jarenko 2015, 25-26.) Tämän perusteella voi päätellä, että vapaaehtoistyö liittyy kiinteästi sisäiseen motivaatioon mutta siinä voi olla myös elementtejä ulkoisesta motivaatiosta. Esimerkiksi koulussa opettaja voi määrätä oppilaat osallistumaan Nälkpäivän lipaskeräykseen. Jos vapaaehtoistyötä tehdään tällaisista ulkoisista motivaattoreista, niin onko se silloin enää vapaaehtoistyötä? Taulukko 1 sisältää vertailun sisäisen ja ulkoisen motivaation eroista.

Taulukko 1: Ulkoisen ja sisäisen motivaation ominaisuuksia

ULKOINEN MOTIVAATIO	SISÄINEN MOTIVAATIO
Reaktiivista	Proaktiivista
Ulkoiset palkkiot ja rangais- tukset	Sisäinen innostus tekemi- seen
Kaventaa näkökulmaa	Laajentaa näkökulmaa
Negatiiviselta suojautuminen	Positiiviseen etsiytyminen
Kuluttavaa	Energisoivaa
Ihminen työntää itseään kohti	Tekeminen vetää puoleensa
"Keppi ja porkkana"	"Leikki"

(Martela &amp; Jarenko 2014, 14.)

Sisäisesti motivoitunut ihminen toteuttaa itseään haluamallaan tavalla. Sisäinen motivaatio toimii omaehtoisesti ja saa ihmisen tekemään asioita joita hän itse haluaa asioiden itsensä takia. (Otavan Opisto 2015). Sisäinen motivaatio voi syntyä, kun ihmisen perustarpeet ovat kunnossa. Martela ja Jarenko esittävät, että ihmisillä on neljä perustarvetta joiden täytyminen synnyttää innostusta, merkityksellisyyttä ja tekemisen draivia:

1. Vapaaehtoisuuden tarve: Ihminen voi tehdä itseään kiinnostavia asioita valitsemallaan tavalla. Tekeminen ei ole ulkoapäin pakotettua vaan edustaa sitä mitä ihminen on omana itsenään.
2. Kyvykkyyden tarve: Tehtävä tarjoaa ihmiselle sopivasti haasteita ja antaa mahdollisuuden käyttää parasta osaamista. Tehtävässään ihminen oppii, kehittyy ja tuntee saavansa asioita aikaiseksi.
3. Yhteenkuuluvuuden tarve: Ihmisellä on tunne, että hän on osa yhteisöä joka välittää hänestä ja arvostaa häntä ihmisenä.
4. Hyväntekemisen tarve: Ihminen kokee saavansa hyvää aikaan tehtävänsä kautta.

(Martela &amp; Jarenko 2015, 17.)

Petteri Niittamo saa meidät miettimään sisäistä motivaatiotamme tarjoamalla pohdittavaksemme kysymyksen, mitä tekisit, jos toimeentulosi olisi turvattu eikä sinulla olisi mitään pakottavia velvoitteita (Niittamo 2005, 40)?

Vuonna 2016 suomalaisista 16-64 vuotiaista 68,7% teki ansiotyötä. Palkkaa sai 2 105 000 suomalaista. Yrittäjinä tai heidän perheenjäseninään palkkansa ansaitsi 344 000 henkeä. (Tilastokeskus 2017.) Liikkeenjohtamisen perinteisissä teorioissa johtaminen nähdään johtajan ja johdettavan välisenä vaihtokauppana, jossa motivaattoreina toimivat organisaation tarjoamat edut, ensisijaisesti palkka (Kuuluvainen 2015, 45). Lähi Tapiola teki vuonna 2013 tutkimuksen, jonka mukaan raha on ihmisille tärkein motivaattori työn tekemiselle. Työn tarkoitus oli tärkeimpänä motiivina vain kymmenelle prosentille ja työn sisältö joka viidennelle suomalaiselle. Varsinkin nuorilla raha korostuu työn teon motiivina. Kyselyssä vain 12% ei maininnut rahaa tärkeimpien työmotivaation lähteiden joukossa. (Talouselämä 2013.)

Vaikka vapaaehtoistyössä ei makseta palkkaa, näen sen välillisenä motivaationa vapaaehtoistyöhön kahdesta eri syystä. Rahalla ei ole itsessään mitään arvoa tai motivaatiovaikutusta mutta sen arvo määritellään sillä, mihin asioihin sen voi vaihtaa. Nämä vaihtokaupan kohteet ovat pääsääntöisesti asioita, jotka liittyvät elämän säilyttämiseen, itsestä ja toisista huolehtimiseen ja myös sosiaalisen elämän toteuttamiseen. Näin ollen rahan hankkiminen täytyy nähdä ulkoisena motivaationa, jolla toteutetaan sisäisiä motivaatioita. Steven Reissin mukaan ulkoista motivaatiota ei ole olemassa vaan palkkiot vaikuttavat sisäiseen motivaatioon sen mukaan mitä palkkioita käytetään (Mayor & Risku 2015, 34).

Vapaaehtoistyöstä saa kokemusta ja taitoja, jotka voivat positiivisesti vaikuttaa vapaaehtoisen työllistymiseen, urakehitykseen tai paremman palkan ansaitsemiseen tulevaisuudessa. Martela ja Jarenko avaavat tämän seuraavasti:

Työstä saatava raha on resurssi, jonka avulla voi turvata perheen ruoan saannin (ulkoinen motivaatio) ja ostaa erilaisia omaa statusta kasvattavia tavaroita (ulkoinen motivaatio), mutta samalla myös mittari omasta edistymisestä ja siitä että on saanut jotakin aikaan (sisäinen motivaatio) ja että joku kokee oman tekemisen hyödylliseksi (sisäinen motivaatio) (Martela & Jarenko 2015, 17).

Olen kehittänyt lauseparin kuvaamaan vapaaehtoisuuden suhdetta palkkatyöhön ja niiden erilaisia motiiveja. Menisitkö tehtaaseen pakkaamaan ruokaa, jos siitä ei makseta palkkaa? Tekisitkö tämän, jos ruoka jaettaisiin köyhille ja nälkäisille? Ensimmäi-



sestä kysymyksestä puuttuu ulkoinen ja sisäinen motivaatiotekijä, mutta toisesta löytyy sisäinen.

Teoreettiset lähestymistavat ovat vaikuttaneet suuresti siihen, miten motivaatiopsykologian perusajatukset ovat vaihdelleet eri aikoina. Yksi klassisista näkökulmista perustuu fysiologiaan. Teorian mukaan motivaatio, tarpeet ja vietit ovat ihmisten sisäisiä ominaisuuksia ja ne kumpuavat esimerkiksi elimistöstämme ja aivoistamme. Tällaisina tarpeina esitettiin esimerkiksi nälkä, jano ja seksuaalisuus. Teorian mukaan ihmisen elimistössä on tietty optimaalinen tila, jonka poikkeamat lisäävät tarpeen voimakkuutta. Yksi tällainen tila on esimerkiksi veren sokeritasapaino. Vielä nykyäänkin fysiologisia motivaatioselityksiä voidaan käyttää esimerkiksi nälkään ja janoon liittyvien toimintojen selittämiseen mutta ei seksuaalisuuden. (Nurmi & Salmela-Aro 2005, 11.)

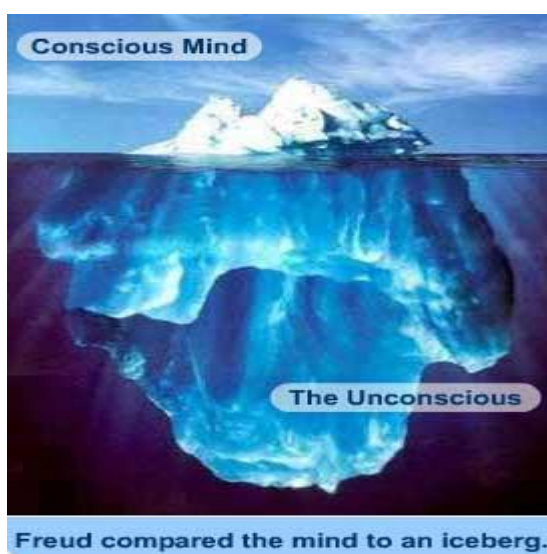
Vain yhden motivaatioteorian tarkasteleminen ei mielestäni antaisi riittävän laajaa näkökulmaa ihmisen motivointiin. Koska teoriat ovat erilaisia ne myös ovat kritiikkiä toisiaan kohtaan. Tarkasteluun valitut motivaatioteorioita ei ole sidottu sukupuoleen, joten niiden motivaatioperusta sopii miesten motivoimiseen. Teoriat eivät myöskään keskity ihmisen motivoimiseen vain tiettyyn asiaan. Tästä syystä niiden ajatukset ovat käytettävissä myös vanhusten vapaaehtoisen ystävätyön motivaatioita tutkittaessa. Kaksi valitsemistani teorioista ovat filosofisia lähestymistapoja ihmisen motivaatioon ja kaksi varsinaisia motivaatioteorioita. Valitsin tarkasteluun seuraavat teoriat:

1. Psykoanalyttinen teoria. Kyseessä on teoria, jota käytetään erittäin laajalajaisesti terapiana hoidettaessa esimerkiksi ihmisten psyykettä. Teoriaa on kehitetty jo yli 100 vuotta ja sillä on keskeinen merkitys länsimaisessa kulttuurissa (Suomen Psykoanalyttinen Yhdistys 2017). Hoidollisesta luonteestaan huolimatta psykoanalyysi sisältää paljon teoriaa motiivien tutkimiseksi.
2. Eksistenssianalyttinen teoria (Logoterapia). Teoria on kansainvälisesti tunnustettu, arvo- ja tarkoituskeskeinen ajattelusuuntaus, joka sopii erinomaisesti itsensä kehittämisen menetelmäksi ja muiden ihmisten auttamisen lähestymistavaksi (Viktor Frankl Institute Finland 2013). Terapeuttisesta luonteestaan huolimatta logoterapia sisältää paljon teoriaa motiivien tutkimiseksi.
3. Maslowin tarvehierarkia. Ehkä tunnetuin motivaatiota käsittelevä teoria (Mayor & Risku 2015, 27).

4. Reissin motivaatioteoria. Reiss on pystynyt teoriallaan syventämään käsitystämme siitä, mikä meitä sisäisesti motivoi. Reiss on myös luonut yksilöllisten motiivien mittaamiseen ja tarkasteluun työkalun nimeltä motivaatioprofiili. (mt. 29.)

#### 4.1 Psykoanalyttinen teoria

Yksi klassisista motivaatioteorioista on vuosina 1856-1939 eläneen Sigmund Freudin kehittämä psykoanalyttinen teoria (British Broadcasting Corporation 2014; Saarniaho 2015). Freudin (1900, 1905) mukaan ihmisen mielellä on kolme tasoa. Näitä kuvaillessa hän käytti esimerkkinä jäävuorta (Kuva 2). Pinnalla näkyy jäävuoren huippu, joka sisältää ajatukset jotka tiedostamme ja joihin keskitymme juuri tällä hetkellä. Toisena on esitietoisuus, joka sisältää kaiken muistissamme olevan. Kolmantena tasona on tiedostamaton, joka on kaikkein merkittävin alue ja joka sisältää todelliset syyt suurimpaan osaan käyttäytymisestämme. Kuten jäävuoressa, tärkein osa mielestä on se joka ei ole näkyvissä. (MacLeod 2013.) Psykoanalyttinen teoria liittyy osittain fysiologisiin tarpeisiin. Teorian mukaan ihmisen motivaatio perustuu viettiilykkeisiin ja mielihyvään, kuten syömiseen ja seksuaalisuuteen. Myös lapsuudessa koettujen ihmissuhteiden ajateltiin toistuvan samankaltaisina aikuisiän ihmissuhteissa. Keskeinen ajatus teoriassa on, että ihmisten toimintaa motivoivat seikat ovat tiedostamattomia. (Nurmi ym. 2005, 11.)



Kuva 2. Freudin mukaiset mielentasot (McLeod 2013).

Freudin personallisuusteorian mukaan yksilön jokapäiväisen käyttäytymisen syinä ovat tiedostamattomat psyykkiset voimat. Freudin teoriassa ihmisen psyykeen muodostavat id, ego ja superego. (Otavan Opisto 2015a.)

- *Id* toimii mielihyväperiaatteen mukaan ja pyrkii toteuttamaan viettejä.
- *Superego* on kasvatuksen perusteella syntynyt kuva ihanneminästä. Toimii moraaliperiaatteen mukaan (omatuntona) ja kontrolloin *Idiä*, eli viettien toteuttamista.
- *Ego* toimii kahden edellisen välimaastossa ja sovittelee niiden eri suuntiin vieviä viestejä.

(Tampereen yliopisto s.d..)

Freudin teorioita on kritisoitu paljon siitä, että niillä ei ole tieteellistä pohjaa. Crews (1998) ja Macmillan (1996) kirjoittavat, että tieteellisestä näkökulmasta Freudilainen psykoanalyysi on kuollut mielen teoriana ja terapianmuotona. Kokemukset eivät tue sitä, että psykoanalyysi olisi tehokkaampi, kuin muutkaan psykoterapian muodot. (Kihlstrom 2015.)

#### 4.2 Eksistenssianalyttinen teoria

Logoterapia eli eksistenssianalyysi määritellään kolmanneksi psykoterapian wieniläiseksi koulukunnaksi. Freudin psykoanalyttinen nähdään ensimmäisenä ja Adlerin individuaalipsykologinen toisena koulukuntana. Varsinkin Amerikassa logoterapia luetaan humanistiseen psykologiaan. Logoterapian kehittäjä Viktor Frankl (1905-1997) kuvasi logoterapian olevan humaania psykologiaa, joka antaa ihmiselle arvoa. Logoterapia nähdään myös arvo- ja tarkoitussuuntautuneena terapiana. (Möller 2012, 69-70.) Freudin mukaan ihmistä ohjaa tahto mielihyvään ja Adlerin mukaan tahto valtaan. Näitä tärkeämpänä Frankl näki tahdon tarkoitukseen. (Nurmela 2005, 12.)

Logoterapian kolme perusolettamusta ovat:

1. *Ihmiskäsitys*, joka perustuu ihmisen tahdon vapauteen. Logoterapia kieltää determinismin eli sen, että kaikki tapahtuisi lakien ja luonnonlakien mukaan kohdalonomaisesti. Käsityksen mukaan ihmisellä on aina vapaus valita vähintään se, miten hän suhtautuu vallitseviin tilanteisiin ja olosuhteisiin.
2. *Tahto tarkoitukseen*, terapiana logoterapia keskittyy tarkoitukseen, sen etsimiseen, löytämiseen ja täyttämiseen.
3. *Elämän tarkoitus*, logofilosofialla on myönteinen maailmankatsomus. Elämällä on aina tarkoitus, joka pysyy olosuhteista huolimatta.  
(mt. 70.)

Franklia kiinnosti varsinkin se, mikä saa ihmisen pysymään henkisesti terveenä ja toimintakykyisenä kaikissa elämän traagisissa vaiheissa. Tutkimuksissaan hän vakuuttui siitä, että ihmisen perimmäinen tarve on pyrkimys mielekkääseen elämään, elämän tarkoituksen löytäminen ja tämän tarkoituksen täyttäminen. Frankl totesikin ihmisen kestävän mitä vain, jos hän tietää miksi, minkä tai kenen vuoksi. (Möller 2012, 70.)

Frankl kuvasi terveen toimintakykyisen ihmisen tunnuspiirteiksi:

1. *Kyvyn tehdä työtä*. Tämä ei ole vain rahan vuoksi tehtävää työtä vaan myös esimerkiksi vapaaehtois- tai kotitaloustyötä.
2. *Kyvyn rakastaa*. Tällä hän tarkoitti rakastamista, huolenpitoa, välittämistä sekä myös kykyä ottaa niitä vastaan.
3. *Kyvyn kärsiä*. Kärsimys ei tee elämää tarkoituksettomaksi mutta kaikki kärsimys on pyrittävä poistamaan. On kuitenkin myös väistämätöntä kärsimystä, tuskaa, taakkaa, syyllisyyttä ja kuolemaa. Nämä täytyy kestää, kantaa ja kärsiä osana elämää, kuitenkin luopumatta elämän tarkoituksen ja mielekkyyden uskosta.  
(mt. 73.)

Frankl (1989, 15) kuvaili logoterapian olennaista käsitettä itsen transsendenssia inhimilliseksi olemassaoloksi, jossa ihminen kurottautuu aina itsen ulkopuolelle. Samal-

la kun ihminen unohtaa itsensä, hän suuntautuu johonkin tai johonkuhun itsensä ulkopuolella olevaan. (Suomen Logoterapiayhdistys 2017.) Frankl kuvailee oman elämänsä tarkoituksiksi auttaa muita löytämään elämälleen tarkoituksen (Möller 2012a,11).

Logoterapiassa arvoilla tarkoitetaan sellaista, minkä ihminen tuntee sisimmässään aidosti arvokkaaksi. Tällaisen arvon saavuttamiseksi tai parhaaksi hän haluaa toimia. Arvokkaaksi kokemiansa arvojen toteuttamisesta hän löytää elämälleen tarkoituksia. Franklin mukaan tällaisia arvoja ihminen löytää:

1. *Luovista arvoista*, joita voi löytää tekemisestä. Tällaista tekemistä on esimerkiksi jonkin asian tai toisen ihmisen hyväksi toimiminen, työ ja palveleminen.
2. *Elämysarvoista*, joita voi löytää toisen ihmisen rakkauden ja huolenpidon vastaanottamisesta tai luonnosta, taiteesta ja muun kulttuurin nauttimisesta.
3. *Asennearvoista*, jotka löytyvät asennoitumisesta elämän tuomiin faktoihin, kohtaloniskuihin ja menetyksiin.

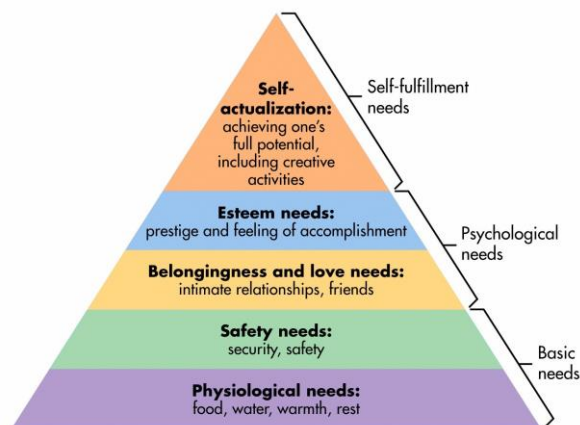
(Möller 2012, 74.)

Minkä mukaan ihmisen sitten tulisi valita, jotta hän toimisi arvojensa mukaisesti? Usein valintojamme ohjaavat kasvatus, ajattelutavat ja ulkoiset tekijät. Usein teemme vääriä ja epäeettisiä valintoja tavoitellessamme omaa etuamme. Franklin mukaan jokaisella ihmisellä on aito omatunto (tarkoitusaisti), joka ei ole opittu tai ulkoa annettu. Aito omatunto antaa meille tiedon siitä, mitkä ovat oikeita valintoja ja eettisiä valintoja elämän eri tilanteissa. Aidon omantunnon ja valintojen väliset ristiriidat kuluttavat, uuvuttavat, sairastuttavat ja vievät elämältä mielekkyyttä. (mt. 77.)

#### 4.3 Maslowin tarvehierarkia

Abraham Maslowin (1908 – 1970) tarvehierarkian mukaan ihmisellä on viidenlaisia tarpeita, joita usein kuvataan pyramidin muotoisena kuviona (Kuva 3) (McLeod 2017). Teorian mukaan alemman tason tarve tulee täyttyä ennen, kuin ihminen voi siirtyä seuraavalle tasolle (ylöspäin pyramidissa). Siirtyminen nähdään kuitenkin joustavana ja ihmisen motivoituminen tapahtuu useasta tarpeesta. Tärkeään pääramää-

rään pyrkiessään ihminen voi jättää lähes kokonaan täyttämättä alemman tason tarpeet, siirtyen jo ylemmälle tasolle. (Otavan Opisto 2015b.) Maslow (1943;1954) kirjoitti, että ihmiset motivoituvat täyttääkseen tiettyjä tarpeita joista toiset ovat etusijalla toisiin nähden. Tärkein tarpeemme Maslowin mukaan on eloonjääminen ja kun tämä tarve on turvattu ihmisen motivoituminen siirtyy seuraavalle tasolle pyramidissa ja niin edelleen. Maslow (1943, 375) selvitti teoriaansa kysymyksellä: ihminen elää yksin leivästä – kun leipää ei ole tarjolla, mutta mitä tapahtuu hänen haluilleen, kun leipää on runsaasti tarjolla ja vatsa on täynnä? (McLeod 2017.)



Kuva 3. Maslowin tarvehierarkiapyramidi (McLeod 2017).

Alkuperäinen tarvehierarkia sisälsi seuraavat viisi tasoa:

1. *Biologisiin ja fysiologisiin tarpeisiin* kuuluvat: ilma, ruoka, juoma, suoja, lämpö, seksi ja uni.
2. *Turvallisuuden tarpeisiin* kuuluvat: suoja luonnonvoimilta, turvallisuus, järjestys, laki, vakaus ja vapaus peloista.
3. *Rakkauden ja yhteenkuuluvuuden tarpeisiin* kuuluvat: ystävyys, suhteet, luottamus, hyväksyntä ja ryhmiin kuuluminen.
4. *Arvostuksen tarpeisiin* kuuluvat: itsensä arvostukseen liittyvät tekijät, kuten itsekunnioitus, saavutukset, taidot ja itsenäisyys. Oman arvostuksen lisäksi tähän tasoon kuuluu halu saada arvostusta ja kunnioitusta toisilta.
5. *Itsensä toteuttamisen tarpeisiin* kuuluvat: ymmärrys omasta kyvykkyydestä, itsensä toteuttaminen, henkilökohtaisen kasvun tavoittelu ja huippukokemukset. (McLeod 2017.)

Vuonna 1970 Maslow teki muutoksia tasoon viisi ja lisäsi alkuperäiseen hierarkiaansa kolme tasoa. Näin hierarkian lopullisten tasojen määräksi muodostui kahdeksan. Viides taso muuttui *Tiedolliseksi tasoksi*, joka sisälsi tiedon ja ymmärryksen, uteliaisuuden, tutkimisen, tarpeen tarkoitukselle ja ennustettavuuden. Kolme uutta tasoa olivat:

6. *Esteettisiin tarpeisiin* kuuluvat: arvostus ja kauneuden tavoittelu, tasapainoisuus ja ulkomuoto.
  7. *Itsensä toteuttamisen tarpeisiin* kuuluvat: ymmärrys omasta kyvykkyydestä, itsensä toteuttaminen, henkilökohtaisen kasvun tavoittelu ja huippukokemukset.
  8. *Ymmärryksen ylittämisen tarpeisiin* kuuluvat: mystiset ja henkiset kokemukset, jotkin luonnon tarjoamat kokemukset, esteettiset kokemukset (esimerkiksi havainnoidessa taidetta), seksuaaliset kokemukset, tieteelliset tavoitteet ja uskonnot.
- (mt.)

Maslowin teoriaa tukevia tutkimuksia on tehty vähän ja tästä syystä se on saanut osakseen myös arvostelua. Arvostelua on kohdannut varsinkin se näkökanta, että alemman tason tarpeet vähenisivät sen jälkeen, kun ne on tavoitettu. Esimerkiksi Lawler ja Suttle (1975, 39-45) ovatkin edellä mainitusta syystä ehdottaneet hierarkia- tasojen vähentämistä kahteen tai kolmeen. (Elola 2005, 12.) Maslowin teoria tunnetaan nykyään jäykkänä pyramidimallina. Hän ei kuitenkaan tarkoittanut teoriaansa jäykän hierarkkiseksi, koska ei uskonut tarpeiden toteutuvan kaikissa ihmisissä samalla tavalla. Maslow toivoi, että muut kehittäisivät hänen teoriaansa enemmän dynaamisempaan ja yksilöllisempään suuntaan. (Mayor ym. 2015, 27-28.)

#### 4.4 Reissin motivaatioteoria

Vuonna 1995 psykologi Steven Reiss ryhmineen aloitti laajan empiirisen (kokemusperäisen) tutkimuksen. Haastatteleamalla yli 6000 ihmistä Yhdysvalloissa, Kanadassa ja Japanissa ryhmä tuli siihen tulokseen, että on olemassa 16 halua (Taulukko 2.) jotka motivoivat ihmisiä melkein kaikkeen mitä he tekevät. Tutkimuksen tarkoituksena

oli oppia mikä tekee elämästämme tarkoituksellista. (Reiss Motivation Profile Nordic Ltd 2014.)

Reissin motivaatioteoria perustuu onnellisuuden, elämän tarkoituksen ja inhimillisten voimavarojen tutkimiseen. Teorian katsotaan kuuluvan positiivisen psykologian koulukuntaan ja siihen on kohdistunut vahvaa tieteellistä tukimusta tämän vuosituhannen alusta lähtien. (Mayor ym. 29.)

Tutkimusryhmän löytämää kuuttatoista motiivia, jotka ohjaavat ihmisiä koko elämän ajan, alettiin kutsua perustarpeiksi tai perusmotiiveiksi. Neljääntoista näistä motiiveista vaikuttaa geeniperimämme. Tätä todistetaan sillä, että samoja motivaatioita löytyy myös eläimistä. Idealismien ja hyväksynnän ei katsota kuuluvan geneeistä johtuviin motiiveihin. Reissin teoria korostaa ihmisten yksilöllistä ainutlaatuisuutta eikä se lajittele ihmisiä kategorioihin. Teoriassa kuusitoista havaittua motiivia yhdistyvät ihmisissä eri tavoilla ja vahvuuksilla ja näin tekevät heistä ainutlaatuisia yksilöitä. Löydetty motivaatiotekijät myös ohjaavat ihmisen psyykettä ja näin selittävät kokemuksiamme ihmissuhteista ja arvoista. (mt. 31-32.)

Taulukko 2. Reissin teorian perusmotiivit

Valta	Riippumattomuus	Uteliaisuus	Hyväksyntä
Järjestys	Säästäminen/Kerääminen	Kunnia	Idealismi
Sosiaaliset kontaktit	Perhe	Status	Kosto/Voittaminen
Romantiikka/Esteettisyys	Syöminen	Fyysinen aktiivisuus	Rauhallisuus/Mielenrauha

(Reiss Motivation Profile Nordic Ltd 2014a.)

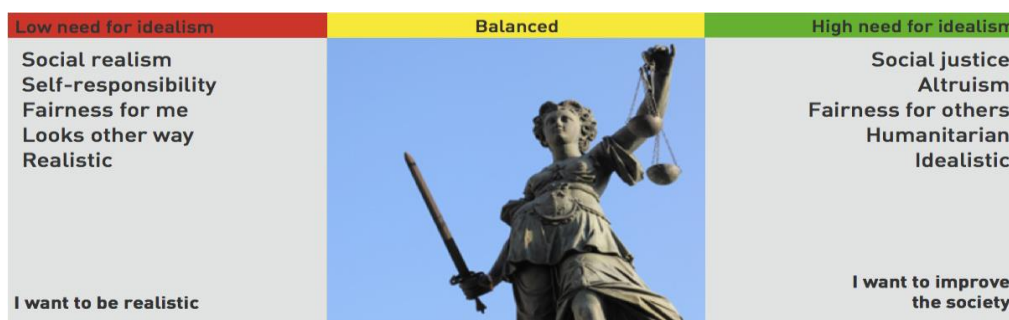
Reissin mukaan ihminen on varsin suvaitsematon olento ja tästä syystä ihmisten käytöstä on helposti luokiteltu normaaliksi tai epänormaaliksi. Ihmisen käytös voi johtua erittäin vahvasta tai heikosta perusmotiivista. Tällöin ihminen, jolla on päinvastaiset ja vahvat perusmotiivit, voi helposti nähdä käyttäytymisen epänormaalina. Reiss korostaa teoriassaan suvaitsevaisuutta ja erilaisuuden ymmärtämistä. Ei voida sanoa, että toiset yksittäiset motiivit tai niiden yhdistelmät olisivat toinen toisiaan parempia. Yksilön perusmotiiveihin vaikuttavat suuresti temperamentti, kasvatus ja ympäristö.



Ihmisen aivot kehittyvät 25 ikävuoteen asti ja Reissin teorian perusteella motiivit ovat tuossa iässä muodostuneet varsin pysyviksi. Yksilöllisiä motiiveja voi kuitenkin mitata jo 12 vuotiaasta lähtien. (Mayor ym. 33-34.)

Reissin teoriassa elämän perustarpeet pitää tyydyttää aina uudelleen ja uudelleen, koska tarpeet palaavat aina jonkin ajan kuluttua uudelleen. Tällöin se alkaa taas toimimaan motivaattorina käyttäytymisellemme. Uteliaisuus esimerkiksi herää toistuvasti, kohde vain muuttuu. Tilanne, joka synnyttää meissä positiivisen tunteen, rohkaisee ihmistä etsiytymään vastaaviin tilanteisiin, koska haluamme kokea sen uudelleen. Toisaalta haluamme välttää joutumasta tilanteisiin, jotka aiemmin olemme kokeneet negatiivisiksi. Positiiviset kokemukset houkuttavat meitä puoleensa, koska tarpeiden tyydyttäminen on ihmisen tärkein tavoite. Ne ovat myös onnellisuuden perusta. Reiss jakaa onnellisuuden kahteen eri kategoriaan. Tunnepohjaisessa onnellisuudessa ihminen pyrkii hyvän olon tunteeseen. Arvopohjainen onnellisuus taas syntyy syvältä arvoistamme. Tyydyttämällä elämän 16 perustarvetta pysymme Reissin mukaan kestävästi onnellisina. (mt. 40-41.)

Reiss kehitti motivaatiotestin kuvaamaan ihmisen yksilöllisyyttä ja käyttäytymistä. Testillä mitataan elämän kuudentoista perusmotiivin yksilöllistä vahvuutta. Testissä vastataan kysymyksiin, jonka perusteella muodostuu yksilöllinen motivaatiohierarkia. Graafisena esityksenä testistä syntyy kolmeen väriin perustuva motivaatioprofiili (Kuva 4). Vihreä väri tarkoittaa vahvaa perusmotiivia, punainen heikkoa motiivia ja keltainen, että motiivi joustaa tarpeen ja tilanteen mukaan. Testin tulosta on kuvattu ihmisen ainutlaatuiseksi ”sormenjäljeksi”, koska kahdella ihmisellä ei voi olla täysin samanlaista profiilia. (Mayor ym. 50-51.)



Kuva 4. Reissin motivaatiotestin värit idealismimotivaatiota kuvaamassa  
(Reiss Motivation Profile Nordic Ltd 2014a.)

## 5 MOTIIVITUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tutkimusmenetelmiksi valitsin kyselyn/haastattelun, dokumenttianalyysin ja havainnoinnin. Itse tutkimuskysymyshän on, miten miehiä motivoidaan vapaaehtoisiksi ystäviksi vanhuksille? Tarkoituksena oli hakea vastausta seuraaviin tutkimuskysymyksen alakysymyksiin:

1. Mikä motivoi miehiä olemaan mukana vanhusten ystävätoiminnassa? (kysely/haastattelu)
2. Mitä seikkoja tulisi ottaa esille, kun ystävätoimintaa markkinoidaan miehille? (kysely/haastattelu, havainnointi)
3. Miten järjestöt ja yhdistykset käyttävät nettisivujaan vapaaehtoisten motivoimiseen? (dokumenttianalyysi)
4. Löytyykö järjestöjen ja yhdistysten nettisivuilta varsinaisesti miehille kohdistuvaa motivaatio-informaatiota? (dokumenttianalyysi)
5. Mikä saa ison joukon miehiä osallistumaan vapaaehtoisesti yhteiseen toimintaan? (havainnointi)
6. Löytyykö näillä menetelmillä tietoa jota voisi monistaa käytettäväksi, jotta miesten kiinnostusta ja motivaatiota vanhusten ystävätoimintaan saataisiin lisättyä? (haastattelu/kysely, havainnointi, dokumenttianalyysi)

### 5.1 Kysely / Haastattelu

Määrällisissä tutkimusmenetelmissä yleisin käytetty tapa on kyselylomake. Menetelmästä käytetään myös nimityksiä postikysely, informoitukysely tai joukkokysely. Hirsijärvi, Remes ja Sarjavaara (2005) kuvailevat kyselyä myös survey-tutkimuksena, jolloin kaikilta kyselyyn osallistujilta kysytään samat kysymykset täysin samalla tavalla. Tällöin kysely on standardoitu eli vakioitu. Informoitua kyselyä he kuvailevat menetelmäksi, jossa tutkija kohtaa kyselyyn osallistujat joko lomakkeita jakaessaan tai ne noutaessaan. Tällöin tutkija voi selventää esimerkiksi kyselyn tarkoitusta. (Vilkkä 2015, 94-95.)

Heikkilä (2004, 18) kuvailee informoitua kyselyä kyselyn ja henkilökohtaisen haastattelun välimuotona jossa tutkija voi tehdä myös tarkentavia lisäkysymyksiä. Vallin (2001, 100-102) ja Hirsijärvi ym. (2005, 184-185) mukaan kyselylomaketutkimuksessa vastaaja itse lukee kirjalliset kysymykset ja vastaa kirjallisesti. Tällaisen toiminnan hyvänä puolena he pitävät, että vastaaja jää aina tuntemattomaksi. Toisaalta kyselylomaketutkimuksessa on riski, että vastaajien määrä jää alhaiseksi. (Vilkkä 2015, 94-95.)

Tilastokoulun (2015) mukaan kyselytutkimuksen tekeminen puhelinhaastatteluna on erittäin yleistä. Noin 90% ihmisistä voidaan tavoittaa puhelimitse. Puhelinkyselyssä ja kasvokkain tehdyissä kyselyissä ongelmaksi voi muodostua anonymiteetti eli vastaajien tunnistamattomuus. (Vilkkä 2015, 94-95.)

Kyselylomaketutkimus voidaan toteuttaa joko poikittais- tai pitkittäistutkimuksena. Pitkittäistutkimuksessa kysely pidetään tiettyinä ajankohtana useille vastaajille. Poikittaisutkimuksessa kysely tehdään vähintään kahtena eri ajankohtana samoille vastaajille. Mikäli tutkimuskysymykset liittyvät tiettyjen asioiden olemassaoloon on poikittaisutkimus sopiva menetelmä asian tutkimiseen. (Vastamäki 2015, 121.)

Kyselyssä käytettävien kysymysten tekemisessä ja muotoilussa tulee olla huolellinen. Kysyttävät kysymykset luovat pohjan kyselyn onnistumiselle tai epäonnistumiselle. Tulokset voivat vääristyä jos vastaaja ei ajattele kysymyksestä samalla tavalla kuin sen tekijä. Kysymysten tulee olla yksiselitteisiä eivätkä ne saa johdatella vastaajaa. Kyselyssä tulee kysyä kaikki oleellinen ja pyrkiä karsimaan ylimääräiset kysymykset. (Valli 2015, 85.)

Strukturoitu eli standardoitu lomakehaastattelu sopii aineiston keräämiseen silloin kun halutaan kerätä faktatietoa ja kysyä samat kysymykset suurelta joukolta. Robson, C. (2002) kuvailee strukturoitua haastattelua haastatteluksi, jossa kysymykset on muotoiltu valmiiksi ja niiden järjestys on ennalta määrätty. Yin, R. K. (2014) mukaan vain vastausten sisältö jätetään avoimeksi, mikä erottaa haastattelun kyselytutkimuksesta. Puolistrukturoidussa haastattelussa kysymykset on laadittu ennakkoon, mutta kysymysten järjestystä voi vaihdella haastattelutilanteen mukaan. Kysymysten

sanamuodot voivat vaihdella ja haastattelija voi esittää myös tarvittaessa lisäkysymyksiä. Haastattelijan tarpeettomaksi katsomia kysymyksiä voi myös jättää kokonaan kysymättä. (Ojasalo & Moilanen & Ritalahti 2015, 107-108.)

Yhtenä kehittämistyön kannalta tärkeänä seikkana oli löytää joukko miehiä joilta voisi selvittää heidän motiivejaan toimia vapaaehtoisina vanhusten ystävinä. Luonnolliseksi ryhmäksi tällöin muodostui Turun Seudun Vanhustuen Tukiystävätoiminnan vapaaehtoiset miehet. He toimivat vapaaehtoisina vanhusten ystävinä, joten heillä oli jokaisella jokin motiivi vapaaehtoisena toimimiseen. Pyysin miesten yhteystietoja yhdistyksen kautta. Kaikki kahdeksan kohderyhmän miestä antoivat yhdistykselle luvan luovuttaa minulle nimensä, puhelinnumeron ja sähköpostiosoitteensa.

Tässä vaiheessa minulla ei vielä ollut selvyttä siitä, miten, missä ja milloin tulen kohderyhmän miehiä haastattelemaan. Lähetin kohderyhmälle sähköpostiviestin, jossa esittelin itseni, kiitin luvasta yhteystietojen luovuttamiselle, kerroin opinnäyte-työstäni ja lupasin olla yhteydessä lähiaikoina. Sähköpostin lähettämällä halusin luoda luottamusta, ilmoittaa prosessin olevan käynnissä ja kiittää osallistumisesta.

Valitsin haastattelutavaksi puolistrukturoidun haastattelu. Tein kysymykset valmiiksi paperille, mutta haastattelun kulku antoi mahdollisuuden lisäkysymyksiin ja tarkennuksiin. Näin sain paremmin kohderyhmältä haluamaani tietoa kehittämistehtävää varten. Tiukasti strukturoitu haastattelu olisi vastannut kysymykseen mitä, mutta puolistrukturoidussa voi kysyä miksi?

Toteutin menetelmän kahdessa eri osassa. Tuotin strukturoidun kyselylomakkeen (Liite 1), johon haastateltavien tuli vastata asteikolla 1-5. Vastaus 1 tarkoitti, että asia ei ole vastaajan mielestä lainkaan tärkeä ja vastaus 5 tarkoitti, että asia on hänelle erittäin tärkeä. Toisena tuotin puolistrukturoidun haastattelulomakkeen (Liite 2). Varsinaisessa haastattelutilanteessa annoin haastattelun kuitenkin lähestyä vapaampaa muotoa tekemällä esimerkiksi tarkentavia kysymyksiä.

Minulla oli alun perin neljä eri vaihtoehtoa joilla olisi saanut vastaukset:

1. Lähettää lomakkeet kohderyhmälle postitse, sähköpostitse tai tuottamalla nettikysely esimerkiksi webropol – ohjelmalla.
2. Sopia tapaamiset kohderyhmän edustajien kanssa ja tehdä kysymykset kasvokkain.
3. Tehdä haastattelut puhelimen välityksellä.
4. Kutsua kohderyhmä ryhmähaastatteluun ja näin tuottaa ryhmän yhteinen näkemys kysymyksiin.

Tämän luvun ensimmäisessä kappaleessa viitataan Heikkilän (2004) kuvailemaan informaatiokyselyyn ja Tilastokoulun (2015) tietoon puhelinkyselyjen yleisyydestä. Nämä näkemykset tukivat omaa näkemystäni ja päätin toteuttaa puhelimitse suoritettavan informaatiokyselyn. Tällä tavalla uskoin saavani mahdollisimman suuren vastausprosentin. Toteutustapa olisi myös ajankäytöllisesti ja taloudellisesti järkevä. Pystyisin tarvittaessa kyselyn aikana avaamaan vastaajille kysymysten tarkoitusta ja tekemään halutessani tarkentavia kysymyksiä. Anonymiteettisuojaan säilyminen aiheutti kuitenkin pohdintaa. Olisiko se merkityksellistä vastaajille? Miten voisin tukea sitä ja näin saada vastaajat kertomaan avoimesti? Minulla oli haastateltavien nimet ja puhelinnumerot, joten tiesin aina vastaajan henkilöllisyyden.

17.9.2017 laitoin kaikille kahdeksalle yhteystietonsa käyttööni luvanneille tekstiviestin. Viestissä ilmoitin, että toteutan kyselyn puhelimen välityksellä 19.9.-24.9.2017 välisenä aikana. Pyysin kohderyhmän jäseniä vastaamaan viestiin ajankohdalla, jolloin voisin soittaa. Kyselyyn kehotin varmaan aikaa noin puoli tuntia. Sain vastaukseksi ajankohdan kuudelta jäseneltä, joten kaksi ei vastannut viestiin. Heille laitoin muistutus viestin 20.9.2017, mutta tähänkään viestiin en saanut vastausta. Lopullinen haastateltavien määrä muodostui kuudeksi, joka oli 75% kaikista. En usko, että olisin päässyt tällaiseen prosenttiin esimerkiksi webropol- tai sähköpostikyselyllä.

Suoritin puhelut sovittuina ajankohtina. Puhelun aluksi kävin haastateltavan kanssa lävitse anonymiteettiin ja kyselyn tarkoitukseen liittyviä asioita. Sovimme esimerkiksi, että en tule käyttämään haastateltavien antamaa tietoa niin, että se voitaisiin kohdistaa tietyn haastateltavan lausumaksi.

Olin tyytyväinen prosessin kulkuun ja toteuttamista koskeviin päätöksiini. Haastateltavia olisi voinut olla enemmän, tämä olisi tuonut tutkimusaineistoon lisää näkökulmia. Joidenkin kysymysten muodoissa olisi myös ollut parannettavaa. Käytetyssä muodossa osa kysymyksistä aiheutti liikaa avaamisen tarvetta. Valitsin toteutustavaksi informaatio – puhelinkyselyn joka osoittautuikin hyväksi valinnaksi. Osa kysymyksistä, esimerkiksi jaettavana lomakekyselynä tai webropol kyselynä olisivat suurella todennäköisyydellä johtaneet väärään tietoon.

## 5.2 Dokumenttianalyysi

May T. (2011) kuvailee dokumenttianalyysiä tutkimuksen lähestymistavaksi, jolla kerätään tietoa aineistosta jota ei saada koottua suorilla ja välittömillä havainnoilla. Anttilan (1998) mukaan dokumenttianalyysillä on mahdollista kerätä tietoa esimerkiksi siitä, miten muut ovat aiemmin menelleet. May ja Anttila kuvailevat dokumenttianalyysiä myös tavaksi kerätä aineistoa ilman haastattelua tai kyselylomaketta käyttäen valmista ja julkaistua materiaalia, joka on jo saatavilla. Piergiorgion (2003, 287-309) ja Rapleyn (2007, 11-113) mukaan dokumenttianalyysi keskittyy siihen, miten asiat kerrotaan ja kuinka ne perustellaan. (Sivonen 2017, 17-18.)

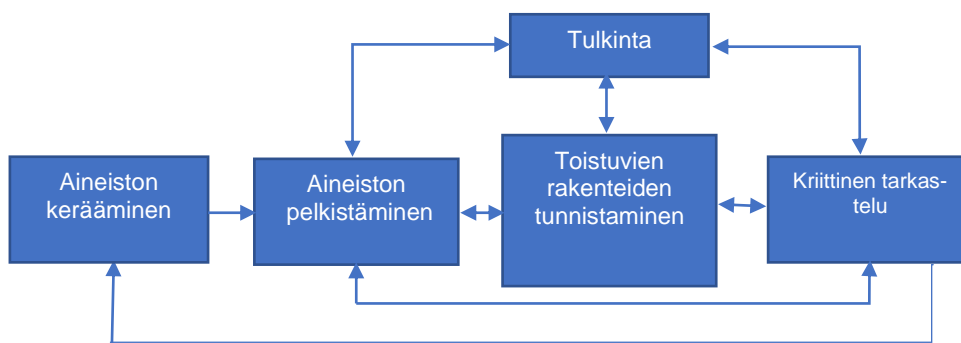
Dokumenttianalyysillä tehdään päätelmiä erityisesti verbaalisesta, symbolisesta ja kommunikatiivisesta materiaalista. Tällaisia voivat olla esimerkiksi litteroidut haastattelut, www-sivut, markkinointimateriaalit, valokuvat, piirroksot ja muu kirjallinen materiaali. Dokumentteja analysoidaan järjestelmällisesti ja luodaan samalla selkeä kuvaus tutkittavasta asiasta. Analyysillä luodaan selkeyttä aineistoon, jolloin sen informaatioarvo kasvaa ja siitä voidaan tehdä selkeitä ja luotettavia johtopäätöksiä. Dokumenttianalyysillä voidaan havaita, millaisena tutkimuksen kohteena oleva ilmiö esiintyy luonnollisessa ympäristössään jossa ilmiötä ei ole tarkoitettu tutkimusta varten. (Ojasalo ym. 2015, 136.)

Dokumenttianalyysi sisältää kaksi keskeistä analyysitapaa. Sisällön analyysillä pyritään kuvaamaan dokumenttien sisältöä sanallisesti, tavoitteena etsiä ja tunnistaa sisällön merkityksiä. Kyngään & Vanhasen (1999) mukaan sisällön erittelyllä taas pyritään kuvaamaan sisältöä määrällisesti, vaikka numeroilla. Kehittämistehtävän tulee

määritellä se, kumpaa analyysimenetelmää käytetään. Näitä kahta analyysitapaa voidaan myös yhdistää esimerkiksi laskemalla tiettyjen sanojen esiintyvyyttä sanallisesti kuvatusta aineistosta. Dokumenttianalyysi perustuu loogiseen päättelyyn ja tulkintaan, jossa osiin hajotettu aineisto käsitteellistetään ja kootaan toisenlaiseksi loogiseksi kokonaisuudeksi. (mt. 137.)

Toteutin dokumenttianalyysin Turun Seudun Vanhustuen www-sivuilla sekä niiden vanhusten ystävätoimintaa järjestävien organisaatioiden www-sivuilla, jotka esittelin alaluvussa 2.2. Analyysi kohdentui organisaatioiden sivuun, jossa ilmoitetaan vanhusten ystävätoiminnasta. Organisaatiot ovat:

- Turun Seudun Vanhustuki / Tukiystävä toiminta
- Vanhustyön Keskusliitto
- Kauhavan Seudun Vanhustenkotiyhdistys / Aijjoos
- Kotkan kaupunki / Uusi kaveri
- Rovaniemen seurakunta
- Suomen raamattuopisto / Ollaan ihmisiksi!



Kuvio 2. Laadullisen tutkimuksen yleinen malli (Ojasalo ym. 2015, 138).

Toteutin dokumenttianalyysin sisällönanalyysinä ja käytin prosessikaaviona laadullisen tutkimuksen yleistä mallia (Kuvio 2).

1. Aineiston kerääminen: Etsin kohdeorganisaatioiden www-sivuilla dokumentin, jossa he markkinoivat vanhusten ystäväpalvelua. Tulostin nämä dokumentit ja suoritin ensimmäisen silmäilyn dokumenteista.

2. Aineiston pelkistäminen: Muutin valokuvat sanalliseen muotoon ja etsin tekstistä kohtia, jotka vaikuttavat motivaation syntymiseen. Kirjoitin jokaisesta analyysin kohteena olevasta dokumentista sanallisen sisällön omalle paperiarkille.
3. Toistuvien rakenteiden tunnistaminen: Vertailin sanalliseksi muutettuja sisältöjä toisiinsa ja etsin niistä toistuvia rakenteita.
4. Tulkinta: Toistuvista rakenteista pyrin tulkitsemaan, onko jokin tietty rakenne selvästi toistuvaa. Näistä rakenteista tuotin tietoa siitä, miten organisaatiot rekrytoivat vapaaehtoisia www-sivujensa kautta. Vertasin rakenteita myös teoriaan motivoinnista.
5. Kriittinen tarkastelu: Tarkastelin, että en tuottanut johtopäätöksiä joihin en löytänyt tukea teorioista tai muista käyttämästäni menetelmistä.

Koska aineistoni oli vain kuusi dokumenttia en katsonut tarkoituksen mukaiseksi toistaa eri vaiheita useampaan kertaan.

### 5.3 Havainnointi

Osallistuva havainnointi on hyvä tapa saada tietoa ihmisistä yksilöinä ja osana yhteisöä. Tutkijan tulee tällöin osallistua tutkittavan yhteisön arkielämään. Osallistuvaa havainnointia voi tehostaa ennakkosuunnitelmalla ja kohdistetulla havainnoinnilla, kohdistettuun havainnointiin voidaan päätyä myös osallistuvan havainnoinnin aikana. Myös tutkimuksen teoreettinen viitekehys voi kohdistaa havainnointia. Grönfors ja Vilkka toteavat kohdistetun havainnoinnin tarkoittavan sitä, että tutkija osallistuu tutkittavan kohteen arkielämään mutta havainnoi vain tiettyjä asioita, tapahtumia ja tilanteita. Tutkimusaineiston keräämisessä osallistuva havainnointi toimii silloin kun tutkimuksen kohteesta on ennakkoon ainakin vähän tietoa. (Vilka 2015, 142-144.)

Tieteessä ja tutkimuksessa havaintoja tekemällä pyritään saamaan aineistoa tietyn ongelman tai ilmiön eri tekijöistä. Niin arjessa, kuin tieteessäkin, tarvitsemme kaikkia aistejamme informaation vastaanottamiseen. Molemmissa työstämme havaintoja järjen avulla. Tieteessä kuitenkin, arkielämää enemmän, havainnointia ohjaa ajattelu, varsinkin silloin kun havaintoja työstetään tieteellisiksi johtopäätöksiksi. Havainnoinnin kohteena voi olla yksilö tai kokonainen yhteisö sosiaalisine ja kulttuurisine piirtei-



neen. Havainnointia ja osallistumista tehdessään tutkijan tärkein välinen on hänen persoonansa. Tutkijan tulee tuntea omaan persoonansa liittyvät tekijät, jotka saattavat vaikuttaa havainnoinnin tuloksiin. (Grönfors 2015, 146-147.)

Tein havainnointitutkimusta osallistumalla kaksi kertaa kevään 2017 aikana Aarnen tallin ([www.aarmentalli.fi](http://www.aarmentalli.fi)) Tallipäivään Turussa, Kupittaaan urheiluhallissa. Suoritin työharjoittelua Turun Seudun Vanhustuessa ja olin Kupittaaalla tekemässä harjoitteluun liittyvää kehittämiskartoitusta. Kartoituksen lomassa päätin havainnoida sitä, mikä saa sadat miehet kokoontumaan yhteen, kerran viikossa ja etsin motivaatiotekijöitä tähän. Tiesin etukäteen, että kyseinen toiminta on erittäin suosittua ja vapaaehtoisuuteen perustuvaa tekemistä, joka osanottajamääriltään on yksi Suomen suurimpia. Esimerkiksi tallipäivänä 13.9.2017 paikalla oli ollut 371 osallistujaa (Aarnen talli 2017). Turun Seudun Vanhustuella oli kontakti yhteen tallin vapaaehtoisista vetäjistä ja tätä kautta sain helposti luvan osallistua heidän tapahtumiinsa. Havainnoidessani keskityin seuraaviin motivaatioon liittyviin kysymyksiin:

1. Mikä motivoi satoja miehiä viikoittain kokoontumaan ja osallistumaan Aarnen tallin toimintaan?
2. Mitä yksittäisiä tai yleisiä motivaatiota synnyttäviä merkkejä pystyn havainnoimaan puheista, sanoista, vuorovaikutuksesta, naurusta ja eleistä?
3. Pystyykö löytämiäni havaintoja monistamaan vanhusten ystävätoimintaan, jotta miehet osallistuisivat siihen aktiivisemmin?

Havainnoistani kirjoitin myöhemmin muistiinpanoja analysoinnin helpottamiseksi.

#### 5.4 Tulosten analysointi

Tein tulosten analyysin sisällönanalyysinä, käyttäen prosessin ohjaukseen laadullisen tutkimuksen yleistä mallia (Kuvio 2, sivulla 31).

1. Analysoitava aineisto muodostui havainnoinnissa tehtyjen havaintojen sanallisesta muodosta, dokumenttianalyysissä tekstiksi kirjoiteuista www-sivujen si-

sällöstä ja kyselylomakkeilla olevista puhelinkyselyn tuloksista. Aineisto oli siis kerätty menetelmävaiheessa.

2. Aineistoa ei enää tarvinnut pelkistää, koska se oli tehty jo menetelmävaiheessa.
3. Etsin aineistosta toistuvia rakenteita. Ensin vertailin kyselyn ja havainnoinnin materiaaleja toisiinsa. Näistä löytyviin rakenteisiin etsin vastaavuuksia dokumenttianalyysillä tuotetusta materiaalista. Tästä sain tuloksia miesten motivaatiosta ja siitä vastaavatko organisaatioiden www-sivut miesten motivoinnin tarpeisiin.
4. Tulkintavaiheessa vertailin kohdan 3. tuloksia ja lukujen 3 sekä 4 teoriapohjaa toisiinsa, saadakseni riittävästi tukea johtopäätöksille.
5. Tehdessäni kohdan 4. tulkintavaihetta suhtaudun koko ajan kriittisesti tekemiini johtopäätöksiin. Tarvittaessa palasin mallin aiemmille portaille etsien lisää tukea tulkinnoille.

Tällä prosessilla syntyi tulkintoja ja johtopäätöksiä, jotka pystyin kirjoittamaan tutkimuksen tuloksina.

## 6 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Esittelen tulokset teemojen mukaan, jotka nousivat toteuttamillani menetelmillä selvimmiksi esiin. Teemoitin tulokset kuuteen eri aihealueeseen:

1. Miehet aktivoivat miehiä
2. Tukisuhteesta hyvää mieltä molemmille
3. Vapaaehtoisten keskinäinen toiminta
4. Osaamisen hallinta ja kehittäminen
5. Miten tulon mukaan tukiystävätoimintaan
6. Osana suurempaa kokonaisuutta

Esittelen tulokset alaluvuissa, jotka on otsikoitu edellä mainittujen teemojen mukaisesti. Tulosten esittelyssä edetään niin, että ensin esitellään kyselyn ja haastattelun teemaan viittaavat tulokset. Toisena esitellään havainnoinnista teemaan syntyvät tulokset. Kolmantena verrataan dokumenttianalyysin tuottamaan tietoa teemaan liittyvistä motivaatiotekijöistä. Näiden jälkeen teemaan liitetään tietopohjaan liittyvää teoriaa, jos sitä teorioista on löydettävissä.

Viitatessani kysely/haastattelun kyselylomakkeeseen (Liite 1) käytän termiä kysely ja viitatessa haastatteluun (Liite 2), käytän termiä haastattelu. Viitatessani tämän työn aikaisempaan lukuun lisään tekstiin sulkeisiin kappaleen numeron, esimerkiksi viitatessa Reissin motivaatioteoriaan on tekstissä merkintä (Luku 4.4). Esittäessäni menetelmänä käyttämäni kyselyn tulosta lisään tekstiin tuloksen suluissa, esimerkiksi (Tulos 4,3) tarkoittaa arvoa asteikolla 1 (ei lainkaan tärkeä) – 5 (erittäin tärkeä).

Kysely/haastatteluun osallistui kuusi vastaajaa ja dokumenttianalyysi tehtiin kuuden organisaation nettisivuilta. Nuorin kysely/haastatteluun osallistuja oli iältään 20 vuotta ja vanhin 82 vuotta. Haastatelluista yksi teki työtä palkansaajana, kaksi oli opiskelijoi- ta ja kolme eläkeläisiä. Tukisuhteissa haastateltavat olivat toimineet noin vuodesta yli kolmeen vuoteen.

Haastattelussa kysyin, onko tukiystävätoiminta vapaaehtoisten mielestä sopiva nimi toiminnalle. Asetin tämän yhdeksi kysymykseksi, koska itse olen pohtinut kovasti ystävä sanan käyttöä, kun kahta toisilleen tuntematonta ihmistä motivoidaan toistensa seuraksi. Pohdintani johtui siitä, että olen itse toimijana Mannerheimin Lastensuojeluliiton ystävätoiminnassa nuorille. Solmiessani ensimmäistä tukisuhdettani tuntui jotenkin omituiselta allekirjoittaa paperi, jossa sitouduin ystäväksi. Eikö ystävyys ole jotain joka kehittyy ajan myötä, eikä sitä noin vain voi sopia paperilla? Olisiko kummiystävyys parempi nimitys, koska kummithan ovat ihmisen tukena ja kummisopimus tehdään, eikä sen syntymiseen tarvita muuta? Mietin, onko ystävä sanana liian voimakas, että se olisi motivoiva eikä pelottava? Kaikki haastateltavat kuitenkin pitivät nimeä ihan hyvänä, eikä se ollut aiheuttanut heissä tunteita puolesta eikä vastaan. Huoleni oli siis turha ja ystävä sanan käytöstä tällaisessa vapaaehtoistoiminnassa ei tarvitse olla huolissaan.

Pyysin haastattelussa palautetta Turun Seudun Vanhustuen toimijoille. Tällä kysymyksellä etsin kehitysideoiden lisäksi lisää motivaatiota kasvattavia tekijöitä. Kukaan vastaajista ei nähnyt toiminnassa mitään suurempaa kehitettävää. Palaute toimijoille oli positiivista ja rohkaisevaa. Yksi vastaajista toivoi alkuun laajempaa koulutusta ja henkilökohtaista keskustelua ohjaajan kanssa. Näkisin, että mitään systemaattista keskustelua ei kuitenkaan tarvitse järjestää koska ohjaajiin voi olla itse yhteydessä ja keskustella tai sopia tapaamisesta. Tämä vaihtoehto ei siis ole suljettu pois jos sellaista tuntee tarvitsevänsä. Yksi vastaajista halusi myös lisätietoa siitä, miksi ystävä-tapaamisista täytyy pitää ”päiväkirjaa”. Kehotin haasteltavaa olemaan yhteydessä tukiystävätoiminnan ohjaajaan asian selventämiseksi.

## 6.1 Miehet aktivoivat miehiä

Kyselyn mukaan miehiä tulisi saada lisää mukaan toimintaan (Tulos 4,8). Kysymyksellä ei tarkoiteta, että miehiä tulisi saada lisää vanhusten takia vaan haastateltavat kokisivat toiminnan mielekkäämmäksi, jos miehiä olisi mukana enemmän. Kysymyksen tarkoitus informoitiin heille, kun sitä kysyttiin.

Havainnoidessani Aarnen Tallin toimintaa tulin myöskin siihen johtopäätökseen, että miehet motivoivat miehiä mukaan toimintaan. Kyseessä on tapahtuma, joka on selkeästi suunnattu miehille. Kuvailisin toimintaa hyvin miesten kohderyhmälle brändätyksi toiminnaksi. Yleisin sana jota muista osallistujista käytettiin, oli veli. Toiminnan vetäjä ei ollut puheenjohtaja vaan hänestä käytettiin nimitystä tallipäällikkö. Yhteenkuuluvuutta lisättiin vielä osallistujien yhtenäisellä pukeutumisella. Melkein kaikilla oli päällään Aarnen tallin kelta/musta verryttelyasu. Toisilla oli asuissaan merkkejä saavutuksista. En tarkemmin kysellyt mistä saavutuksista niitä oli saatu. Toisella havainnointikerralla osa tallin jäsenistä oli matkalla Ylläksellä. Kupittaalla olleet veljet ottivat heihin videoyhteyden ja lauloivat Ylläksellä oleville tervehdyslaulun. Saman tekivät myös Ylläksellä olleet veljet Kupittaalla olleille. Kaikesta kävi ilmi vahva yhteenkuuluvuus, ylpeys jäsenyydestä ja toisista välittäminen. Myös miesten keskeinen huumori oli joka paikassa läsnä. Minuakin pyydettiin jäseneksi, vaikka ikäraja tallin jäsenyyteen on 60 vuotta. Sääntöjä luvattiin muuttaa, että jäsenyyteni mahdollistuisi. Tämä keskustelu käytiin naureskellen.

Dokumenttianalysissä yhdistysten nettisivuilta löytyi vähän miehiä. Tämä varmasti siitä syystä, että heitä on toiminnassa vähän. Kolmella sivustolla on kuva ihmisryhmästä, joista kahdessa on mukana miehiä. Yhdellä sivustolla on kuva yhdestä miehestä. Nettisivuilla ei tehdä sukupuolten välisiä eroja tiedottaessa vapaaehtoistoiminnasta, miehiä ei siis millään sivustolla mainita erikseen. Kolmella sivustolla vanhusten ystävähankkeen koordinoinnissa mainitaan myös miehen yhteystiedot.

Yeungin (2002, 50) mukaanhan miehet ovat enemmän kiinnostuneita maanpuolustuksesta, talkoista ja urheiluseurojen toiminnasta, kuin sosiaalipuolen vapaaehtoistehtävistä. Mielestäni tutkimukseni tulokset ovat saman suuntaisia Yeungin näkemysten kanssa. Hänen listaamansa miesten vapaaehtoistyön kiinnostuskohteet viittaavat ryhmätoimintaan jota esimerkiksi vanhusten ystävätoiminta ei ole.

Iiro Rastas on opinnäytetyössään (2013) listannut tekijöitä, miksi miehet eivät osallistu Mannerheimin Lastensuojeluliiton vapaaehtoistoimintaan. Hänen tutkimuksensa mukaan miesten mielestä osallistumisen esteitä muodostavat esimerkiksi: toiminta koetaan liian naisvaltaisena, toiminta painottuu tätien ja lasten yhteiseen tekemiseen, miehiset toimintamuodot ovat hukassa sekä miesten tarpeellisuudesta ei ole annettu

selvää signaalia. Tutkimuksessa on kysytty myös naisilta sitä, miksi heidän mielestään miehet eivät osallistu. Syitä tähän ovat esimerkiksi naisvaltaisuus, toisten miesten puuttuminen ja naiset pelottavat. (Rastas 2013, 31.)

Maslowin tarvehierarkiassa (Luku 4.3) miesten halun ryhmäytyä ja toimia yhdessä, voidaan katsoa kuuluvan tasoille 3, 4 ja 5. Näihin tasoihin kuuluvat ryhmään kuuluminen, arvostus ja kunnioitus toisilta sekä huippukokemusten tavoittelu. Reissin perusmotivaatioissa (Luku 4.4) miesten ryhmätoiminnan taas voidaan katsoa tulevan tarpeista riippumattomuus, hyväksyntä ja sosiaaliset kontaktit.

## 6.2 Tukisuhteesta hyvää mieltä molemmille

Miehet pitivät tukisuhteessa erittäin tärkeänä sitä, että he pystyvät antamaan tuettavalleen hyvää mieltä toiminnallaan (Tulos 4,8). Melkein yhtä merkitykselliseksi (Tulos 4,0) koettiin se, että saa itsekin hyvää mieltä auttamalla tuettavaa. Arvostuksen saaminen vapaaehtoistyöstä vanhusten ystävinä (Tulos 3,2) jakoi vastaajia eniten koko kyselyssä. Jotkut kokivat arvostuksen tärkeäksi mutta toiset taas eivät pitäneet sitä lainkaan tärkeänä. Parasta arvostusta oli tukiystävän antama positiivinen palaute. Eksistenssianalyttisen teorian (Luku 4.2) mukaan ihminen löytää elämälleen tarkoitusta ja arvoa toimimalla toisen ihmisen hyväksi sekä rakkauden ja huolenpidon vastaanottamisesta. Mielestäni tämä ajatus näkyy erittäin selvästi tässä tuloksessa. Ihminen suuntautuu toiminnallaan itsensä ulkopuolelle ja saa itselleenkin hyvää mieltä. Haastattelussa kolme vastaajaa ilmoitti tukisuhteen parhaaksi puoleksi sen, että saa auttaa toista ihmistä. Kaksi organisaatiota motivoi nettisivuillaan vapaaehtoisia antamaan periaatteella. Molemmilla sivustoilla kerrotaan siitä, miten toista auttaessa saa itselleen hyvän mielen.

Vaikka miehet tekevät mielellään asioita toisten miesten kanssa ryhmässä (Luku 6.1), niin tukisuhteissa tämä ei näy oikeastaan mitään roolia. Kyselyn mukaan vastanneille ei ole merkityksellistä se, onko tuettava heidän kanssaan samaa sukupuolta (Tulos 1,8). Paljon tärkeämpänä pidettiin, että tukisuhteen osapuolilla on yhteisiä kiinnostuksen kohteita (Tulos 4,3). Haastattelussa kaikki haastateltavat ilmoittivat löytävänsä tuettavien kanssa helposti keskustelun aiheita. Kolmella oli ollut tässä

vaikeuksia toiminnan aluksi, mutta ajan myötä asia on korjaantunut tukiystävän tultua tutummaksi. Yksi haastatelluista oli vaihtanut ystävää, koska tunsi olevansa liian erilainen kuin aikaisempi ystävä. Kaksi nuorinta vastaajaa kertoi tukisuhteen parhaaksi anniksi uudet rikastuttavat kokemukset ja näkökulman historiaan.

Neljä organisaatiota antaa nettisivuillaan esimerkkejä siitä, mitä tukiystävän kanssa voi tehdä. Neljällä sivustolla vedotaan ihmisten omaantuntoon, kertomalla vanhusten ongelmallisista tilanteista. Kahdella nettisivulla on kuva, jossa vapaaehtoinen työntää vanhusta pyörätuolissa. En tiedä kuinka harkittua tämä omaantuntoon vetoaminen organisaatioiden nettisivuilla on, tulosteni mukaan se on järkevää ja sen pitäisi olla myös tehokasta.

Maslowin tarvehierarkiassa (Luku 4.3) tukisuhteen tunnusmerkkejä löytyy tasoilta 3, 4 ja 5. Näiltä tasoilta löytyy ystävyys, suhteet, luottamus, arvostus ja kunnioitus toisilta sekä henkilökohtaisen kasvun tavoittelu ja huippukokemukset. Reissin teoriassa (Luku 4.4) (Liite 3) tunnusmerkistöä löytyy motiveista riippumattomuus, hyväksyntä, kunnia, idealismi, sosiaaliset kontaktit ja status.

### 6.3 Vapaaehtoisten keskinäinen toiminta

Vapaaehtoisten keskinäistä toimintaa ei nähty kovin tärkeäksi. Vapaaehtoisten keskinäinen vertaistuki (Tulos 3,5) nähtiin vähän tärkeämpänä kuin vapaaehtoisten yhteiset tapaamiset (Tulos 3,0). Kaksi haastateltavaa kertoi käyneensä kerran järjestetyssä tapaamisessa. He kertoivat olleensa tapaamisessa ainoana miehenä ja siksi eivät olleet osallistuneet toista kertaa. Tässä vastauksessa näkyi selvästi että, miehet aktivoivat miehiä mukaan toimintaan (Luku 6.1).

Haastattelussa kolme vastaajaa kertoi pitävänsä kuitenkin mahdollisuutta osallistua tapahtumiin tärkeänä. He eivät olleet tunteneet tarvitsevansa tällaista toimintaa mutta sen oli hyvä olla olemassa, jos tarvetta myöhemmin ilmenisi. Ajanpuute nousi kahdessa vastauksessa perusteluksi osallistumattomuudelle.

Havainnoinnissa vapaaehtoisten keskinäinen toiminta sai ihan eri arvostuksen kuin tukisuhteessa. Havainnointi osoitti keskinäisen toiminnan ja vertaistuen erittäin merkitykselliseksi, ehkä jopa merkityksellisimmäksi koko yksittäiseksi tekijäksi koko toiminnassa. Veljet sanan käyttö antoi kuvaa perheestä ja yhtenäinen pukeutuminen viittasi yhteenkuuluvuuteen. Mieleeeni tuli välillä armeija tunnuslauseella: kaveria ei jätetä.

Kaksi ystävätoiminnan organisaatiota mainitsee kotisivullaan vapaaehtoisille järjestettävistä yhteisistä tapaamisista, vertaistuesta tai virkistystoiminnasta. Kahden organisaation sivuilla on myös kuva, jossa on joukko iloisia ihmisiä. Tämä luo myös kuvaa vapaaehtoisten yhteisestä toiminnasta ja vertaistuesta.

#### 6.4 Osaamisen hallinta ja kehittäminen

Kyselyn vastaajat pitivät vapaaehtoistehtävään saamaansa koulutusta melko tärkeänä (Tulos 4,3). Vastaajista neljä koki ennen tukisuhdetta annettavan koulutuksen riittävänä. Kaksi vastaajaa olisi toivonut laajempaa alkukoulutusta. Yksi vastaajista olisi toivonut koulutukseen lisää konkretiaa.

Aarnen tallissa osaamisen hallinta liittyi ihmisen fyysisiin edellytyksiin toimia. Tämä oli toiminnassa huomioitu erittäin hyvin. Miesten oli mahdollista osallistua toimintaan, jonka he kokivat olevan itselleen mielekäästä ja fyysisesti sopivaa. Eri tasoiset ryhmät toimivat eri puolilla Kupittaaan hallia. Oli jumppaa ja eri tasoisia kävely- ja juoksuryhmiä, joista oli helppo valita oman kunnon mukaan sopiva. En havainnut, että kukaan olisi suorittanut väkisin tai totisena vaan iloisia ilmeitä oli joka puolella.

Viisi organisaatiota ilmoittaa nettisivuillaan, että vapaaehtoiset koulutetaan tehtäväänsä. Viidellä organisaatiolla on nettisivuillaan tiedot siitä mihin vapaaehtoinen voi ottaa puhelimitse yhteyttä, jos eteen tulee ongelmia tai muuta kysyttävää. Kolmella näistä viidestä sivustosta ilmoitetaan suoraan työntekijöiden nimet ja yhteystiedot. Kahdella sivustolla korostetaan sitä, että vapaaehtoiset eivät tee ammattihenkilöstölle kuuluvia töitä. Samoilla sivustoilla mainitaan myös, että vapaaehtoinen toimii tavallisen ihmisen taidoin ja tiedoin. Itseäni mietitytti eniten se, että miksi näillä sivuilla mainitaan, että vapaaehtoistyö on maksutonta? Onko tarkoitus ilmoittaa, että vapaaeh-



toiselle ei makseta palkkaa vai onko ihmisiä jotka luulevat joutuvansa maksamaan siitä, että voivat toimia vapaaehtoisina?

Pidän vapaaehtoisten koulutusta motivoinnin kannalta erittäin tärkeänä. Alkukoulutusta voisi kutsua vaikka motivoinnin toiseksi tasoksi. Ensimmäisellä tasolla vapaaehtoisuudesta kiinnostunut ihminen tulee saada osallistumaan koulutukseen. Koulutuksen taas on oltava sellainen, että potentiaalinen vapaaehtoinen innostuu ja tuntee saavansa sen osaamisen mitä tarvitsee toimiessaan vanhuksen ystävänä.

### 6.5 Miten tulin mukaan tukiystävätoimintaan

Kaksi vapaaehtoista oli tullut tietoiseksi Turun Seudun Vanhustuen Tukiystävätoiminnasta paikallisen ilmaisjakelulehden välityksellä. Kaksi oli keskustellut vapaaehtoisuudesta ystävätoiminnan ohjaajien kanssa eri tapahtumissa. Nuorimmat haastatellut olivat saaneet tiedon yliopiston tiedotuskanavien kautta, toinen ilmoitustaululta ja toinen sähköpostista. Neljä haastatelluista oli tehnyt lopullisen päätöksen vapaaehtoiseksi lähtemisestä jonkun tutun henkilön kehotuksesta. Kolmessa tapauksessa kehottaja oli ollut puoliso ja yhdessä kaveri. Yeungin mukaan miesten vapaaehtoistyön motiiveissa korostuu ystävien ja tuttavien vaikutus (Luku 3.0). Vaikutus näkyi siis selvästi myös haastatteluni tuloksessa. Yksi kertoi aloittamisen suurimmaksi motiiviksi tietoisuuden vanhusten yksinäisyydestä. Yksi kertoi myös tehneensä päätöksen etsiessään lisätietoa organisaation nettisivuilta. Päätöksenteon kestossa vapaaehtoiseksi ryhtymisessä oli suuri hajonta. Yksi haastateltavista mainitsi päättäneensä heti kun oli tullut tietoiseksi toiminnasta, kun taas pisimmillään tämän päätöksen tekeminen oli kestänyt kymmenen vuotta. Neljä kuitenkin vastasi tehneensä päätöksen seuraavana päivänä tai noin kuukauden kuluessa.

Organisaatioiden nettisivut eivät olleet huomattavassa roolissa vapaaehtoisten osallistamisessa. Vain yksi haastatelluista ilmoitti käyneensä sivuilla ja tämän vaikuttaneen päätökseen osallistumisesta. Vapaaehtoiseksi haluavalla on varmasti jo lähtökohtaisesti normaalia suurempi motivaatio osallistua toimintaan, jos hän tutkii palvelun nettisivuja. Vapaaehtoistehtäviä on tarjolla monella eri organisaatiolla ja monia erilaisia tehtäviä. Organisaation nettisivuilla on suuri merkitys, kun potentiaalista va-

vapaaehtoista yritetään saada mukaan juuri omaan toimintaan. Dokumenttianalyysin perusteella organisaatiot ovat panostaneet nettisivuihinsa vaihtelevasti. Toisilla on vain muutaman rivin yleisesittely vapaaehtoismahdollisuudesta, kun taas joillakin on tarkkaan esitelty eri toimintoja ja mahdollisuuksia. Pääosalla organisaatioiden nettisivut olivat selkeitä ja sieltä löysi riittävästi informaatiota päätöksen tueksi. Jos informaatiota ei ollut itse sivuilla niin ainakin oli tieto siitä, mistä tietoa saa lisää. Yhden organisaation sivuun suhtauduin melko kriittisesti. Värimaailma oli valittu niin, että sivun tekstistä oli erittäin haastavaa saada selvää, koska teksti ja tausta olivat molemmat tumman sävyisiä.

## 6.6 Osana suurempaa kokonaisuutta

Vastaajat näkivät aika tärkeäksi, että saavat toiminnallaan tukea yhteiskuntaa pitämään huolta vanhuksista (Tulos 4,3). Yhtä tärkeänä nähtiin, että voidaan olla mukana toteuttamassa Turun Seudun Vanhustuen missioita vähentää vanhusten yksinäisyyttä (Tulos 4,3). Monen vastaajan kanssa käytiin keskustelua siitä, miten vanhuk- sia arvostetaan ja mihin suuntaan yhteiskunnan asenteissa heitä kohtaan ollaan menossa. Keskusteluissa nousi myös esiin tyytyväisyys siihen, että kolmannen sektorin toimijat ovat enenevässä määrin ottanut tämän kaltaisia tehtäviä hoitaakseen.

Aarnen tallissa näkyi selvästi osallistujien tyytyväisyys olla osana jotain suurempaa. Toisella käyntikerrallani ennen varsinaista liikuntaa tallipäällikkö piti alkupuheen. Tämä alkupuhe oli varmasti kaikkia motivoiva ja siinä viitattiin suoraan osallisuuteen, yhteenkuuluvuuteen ja suuruuteen. Puheessa kerrottiin Aarnen tallin synnystä ja sen kehityksestä Suomen suurimmaksi tämän luonteiseksi toiminnaksi. Myös Yeungin näkemykset (Luku 3.0) antavat viitteitä siihen, miksi Aarnen tallin toiminta on niin suosittua. Hänen mukaansa vapaaehtoistoiminnassa miehiä kiinnostavat urheilu ja he osallistuvat mieluummin vapaamuotoiseen toimintaan. Aarnen tallissahan jokainen urheilee omalla tasollaan ja valitsee itse sopivat toteuttamisen muodot.

Yeungin mukaan miehet ovat kiinnostuneita kansalaisvelvollisuuden täyttämisestä (Luku 3.0). Haastattelussa käymieni keskustelujen perusteella jotkut vapaaehtoiset näkevät toimintansa myös kansalaisvelvollisuutena. Kun yhteiskunnalla ei ole varaa,

niin vapaaehtoistyötä tehdään tällöin myös yhteiskunnan etua ajatellen. Ollaanko Suomessa varojen puutteessa siirtymässä kansalaisyhteiskunnasta kansalaisvelvollisuusyhteiskuntaan? Tällöin kansalaisten toiminnan motivaatio ei olisi enää täysin vapaaehtoinen vaan siihen tulisi mukaan ulkoinen velvollisuusnäkökulma? Sisäisen ja ulkoisen motivaation (Luku 4.0) tutkimusnäkökulmasta kysymys on varsin mielenkiintoinen.

Motivaatioteorioista löytyy paljon ajateltavaa osallisuuden kannalta. Franklin teorias-  
sa (Luku 4.2) yhdeksi toimintakykyisen ihmisen tunnuspiirteeksi mainitaan kyky pitää huolta ja välittää sekä kyky ottaa näitä vastaan toisilta. Teorian mukaan nämä nähdään myös tekijöinä joista ihminen voi löytää elämälleen tarkoitusta. Maslowin teoriassa (Luku 4.3) ryhmiin kuuluminen on tason kolme tarve, johon kuuluu ystävyys, suhteet, luottamus, hyväksyntä ja ryhmiin kuuluminen. Idealismi sitoo kolmannen sektorin tai yhteiskunnan puolesta tehdyn vapaaehtoistyön Reissin motivaatioteoriaan (Luku 4.4) (Liite 3). Tähän kategoriaan kuuluvat sosiaalinen oikeudenmukaisuus, yhteiskunta ja maailman parantaminen.

## 7 POHDINTA

Miettiessäni opinnäytetyön aihetta minulla oli muutamia kiinnostavia vaihtoehtoja joista valitsin, miten miehiä motivoidaan vanhusten tukiystävätoimintaan? Vielä pitkään sen jälkeen, kun olin kirjoittamisen aloittanut, olin epävarma teinkö oikean valinnan. Epävarmuuteni liittyi kysymykseen, onko minulla edes mahdollista löytää ratkaisua tutkimusongelmaani? Jos asia olisi niin yksinkertainen, että sen pystyy selvittämään yhdellä opinnäytetyöllä sen olisi joku jo tehnyt. Opinnäytetyön edetessä epäilyni vain vahvistui, koska kysymys on vahvasti perinteistä ja asenteista, ei niinkään itse ystävätoiminnasta. Sosiaaliala ja sen kehitys vapaaehtoistyöstä palkkatyöksi on perinteisesti leimattu naisten toiminnaksi ja tehtäväksi (Luku 3.0).

Nykyään puhutaan paljon tasa-arvosta ja pyritään kaatamaan perinteisiä raja-aitoja. Toivottavasti tämä johtaa myös sellaiseen asenne- ja ajattelutavan muutokseen, että sosiaalipuoli ja sen vapaaehtoistehtävät nähdään meidän kaikkien toimintakenttänä. Toinen mikä varmasti lisää miesten osallistumista sosiaalipuolen tehtäviin on työmarkkinoiden muutos. Perinteisesti miesten työnä nähty teollinen tuotanto vähenee, kun taas sosiaalialan tehtävät lisääntyvät. Pidän hyvänä merkinä myös sitä, että haastatelluista kaksi miestä olivat noin kaksikymmentä vuotiaita opiskelijoita. Toivottavasti tämä on merkki nuorison asenteiden muutoksesta.

Nyt kun olen opinnäytetyössäni loppusuoralla, en kadu yhtään valintaani. Vaikka en varmasti löytänyt yhtä suurta viisasten kiveä mutta löysin ideoita, jotka oikeaan maaperään kylvettynä kantavat satoa. Löysin kehittämistehtävässä niitä periaatteita, joita tulee ottaa huomioon, kun mies kohderyhmälle markkinoidaan vapaaehtoistyötä vanhusten ystävinä ja muutenkin. Itse löysin prosessin aikana paljon minulle uutta tietoa ja monia kysymyksiä pohdittavaksi. Lisäksi nousi mieleen monia uusia aiheita joita olisi mukava tutkia. Opinnäytetyön aluksihan selvitin tutkimusongelmaa Turun Seudun Vanhustuki ry:n lisäksi laajemmin, useammasta organisaatiosta (Luku 3.2). Toivottavasti opinnäytetyöni antaa tilaajalle ja laajemmin koko alalle eväitä miesten rekrytointiin.

Motivaatioteoriat olivat erittäin kiinnostavia tutkittavia. Freudin *psykoanalyttinen teoria* (Luku 4.1) perustuu siihen, että motiivimme on suurimmaksi osaksi tiedostamattomia. Teorian superego on kasvatuksen pohjalta ihmiselle syntynyt kuva siitä, miten hänen tulisi toimia. Teorian pohjalta siis kasvatuksemme vaikuttaisi esimerkiksi motivaatioomme toimia vanhusten tukiystävinä. Tämä herättää kysymyksen siitä, että miten kasvatuksemme eri sukupolirooleihin vaikuttaa toimintaamme erilaisissa vapaaehtoistyön ympäristöissä?

Franklinin *eksistenssinanalyttinen teorian* (Luku 4.2) mukaanhan ihmisen suurin tarve on löytää elämälleen tarkoitusta ja tätä hän löytää itsensä ulkopuolelle suuntautumisesta. Eikö tämä ole juuri sitä mitä vapaaehtoistyö vanhusten ystävänä antaa?

Maslowin *tarvehierarkia* (Luku 4.3) oli minulle jo etukäteen vähän tuttu. Olin siinä uskossa, että teoriaan kuuluu viisi tasoa. Oli positiivinen yllätys, kun löysin hierarkiaan liitetyt uudet tasot. Teorian tasot 4, 5, 7 ja 8 ovat mielestäni merkittäviä vapaaehtoistyön motivaatioita tutkittaessa.

Reissin *motivaatioteoria* (Luku 4.4) oli erittäin mielenkiintoinen pohdittaessa vapaaehtoisuutta vanhusten ystävinä. Reissin mielestä ulkoista- ja sisäistä motivaatiota ei ole erillisinä olemassa (Luku 4.0). Ensin olin tästä ajatuksesta eri mieltä, mutta mitä enemmän sitä mietin, niin monessa paikassa kyseiset motivaatiot yhdistyvät tavalla tai toisella. Kiinnostuin paljon Reissin motivaatiotestistä yhdistettynä ajatuksiin vapaaehtoistyöstä. Olisi erittäin mielenkiintoista teettää testi riittävän suurella määrällä vapaaehtoisia. Uskon, että tulokseksi saataisiin tietyn suuntainen vapaaehtoistyöntekijän profiili, jossa tietyt perusmotivaatiot erityisesti painottuisivat. Tulosta voitaisiin sitten käyttää apuna vapaaehtoisia rekrytoitaessa.

*Kysely/haastattelu* menetelmä (Luku 5.1) antoi käyttämistäni menetelmistä relevantteinta tietoa tutkimuskysymykseeni. Olen tyytyväinen, että suurin osa Turun Seudun Vanhustuen miesvapaaehtoisesta antoi minulle haastattelun. Laajemmassa tutkimuksessa voinut haastatella myös niitä miehiä, jotka eivät toimi vapaaehtoisina ja kysyä mikä heitä motivoisi osallistumaan?

*Havainnoinnissa* (Luku 5.3) sain tuloksia, joilla pystyin päättämään, miksi miehet ovat niin suurella joukolla ja innoissaan osallistumassa havainnoimaani toimintaan. Havainnoinnissa tuli erittäin selvästi ilmi se, että miehet toimivat mielellään miesporukassa.

*Dokumenttianalyysissa* (Luku 5.2) oli kiinnostavinta se, löytyykö organisaatioiden nettisivuilta niitä viestejä jotka kahden muun menetelmän perusteella motivoivat miehiä osallistumaan. Yhdelläkään sivustolla ei ollut suoraan miehille suunnattua markkinointia mutta monikin asia antoi piiloviestiä teorian ja menetelmieni esiin tuomiin motivaatiotekijöihin. Vaikka organisaatiot tunnistavat miesten osallistumisongelman, siitä ei näy merkkejä heidän nettisivuillaan.

Vapaaehtoistyöstä tulee ensimmäisenä mieleen sisäisestä motivaatiosta (Luku 4.0) toteutettu ja itse valittu mielekäs tekeminen. Uskon, että kaikilla vapaaehtoistyötä tekeillä on toiminnassaan mukana tätä sisäistä motivaatiota. Monet varmasti tekevät vapaaehtoistyötä pelkästään sisäisen motivaation pohjalta, mutta usealla on mukana myös ulkoista motivaatiota (Luku 4.0).

Tutkimukseni tuloksissa tämä näkyy parhaiten siinä, että neljä haastatelluista vapaaehtoista oli lähtenyt mukaan toimintaan puolison tai kaverin kehotuksesta. Tällöin mukaan lähtemiseen on tullut myös ulkoisia vaikutteita jotka ovat vaikuttaneet vapaaehtoistoiminnan aloittamiseen. Tällöin on ollut kyseessä ulkopuolinen motivaatiotekijä.

Opiskelijan ja eläkeläisen vapaaehtoistyön motivaatiossa, löytyy myös varmasti eroja. Opiskelija voi saada vapaaehtoistyöstä hyötyä opiskeluunsa tai tulevaan ammattiinsa. Tämä motiivi ilmeni myös tekemissäni haastatteluissa. Oikein kohdistettu vapaaehtoistyö antaa ammattiin opiskelevalle tietoa ja taustaa, josta sitten on hyötyä tulevaisuudessa. Opiskelijoiden ulkoisen motivaattorina voi myös olla vapaaehtoistyön suora hyöty itse opiskelussa. Ainakin omissa opinnoissani vapaaehtoistyötä voi opinnoistaa suoraan opintopisteiksi. Itse olen toiminut kahdessa eri vapaaehtoistehtävässä ja opintopisteet ovat olleet toissijainen motivaation lähde, mutta silti olemassa. Jos vapaaehtoisen yhtenä motiivina on koulutuksen saaminen, työelämää hyödyntä-

vä kokemus ja osaaminen, niin eikö silloin raha tule välilliseksi motivaattoriksi (Luku 4.0)?

### 7.1 Kehitysajatuksia

Kehitettäessä nykyistä vanhusten ystävätoimintaa miesten vapaaehtoisuus näkökulmasta, on miesten "laumakäyttäytymisen" huomioiminen erittäin ongelmallista. Ystävätoiminnassa suhteet ovat kahden ihmisen välisiä. Toiminnan muuttaminen ryhmätoiminnaksi ei mielestäni onnistu vaan kyseessä olisi aivan jokin muu toiminnanmuoto. Nykymuotoisessa ystävätoiminnassa voi sosiaaliset ryhmät nähdä vain varsinaisen tukisuhteen ulkopuolisena ja vapaaehtoisten keskinäisenä toimintana. Tuloksista käy tuli ilmi että miehet eivät käy näissä mielellään koska niissä ei ole miehiä (Luku 6.3). Olemmeko siis oravanpyörässä koska miehet eivät tule, kun ei ole miehiä? Vapaaehtoisten keskinäisissä tapaamisissa tulisi tehdä töitä sen eteen, että paikalle sataisiin vähintäänkin kaksi miestä. Toinen voisi olla esimerkiksi yhdistykseen palkattu työntekijä, jos tällainen yhdistyksestä löytyy. Kysymykseen voisi tulla myös yhdistyksen muussa, kuin ystävätoiminnassa toimiva mies, esimerkiksi hallituksen jäsen.

Mies ei halua toimia yksin (Luku 6.1) ja puoliso on usein se joka saa miehen aloittamaan vapaaehtoistoiminnan (Luku 6.5). Olisiko tästä johdettavissa uusi ystävätoiminnan muoto pariskunnille? Jokaista varmaan jännittää ajatus vapaaehtoistyön aloittamisesta tuntemattoman ihmisen ystävänä. Onko tämä pelko suurempi miehillä koska heitä on vähemmän toiminnassa ja tulosten mukaan he haluavat toimia ryhmissä? Onko sukupuolten välisissä sosiaalisissa taidoissa tai sosiaalisessa itseluottamuksessa myöskin jotain sellaista eroa joka vaikuttaa uskallukseen lähteä vanhuksen ystäväksi ihan kahdestaan? Näitä esteitä varmasti tasoitettaisiin sillä, että miehellä olisi tukiystävätoiminnassa mukana oma tukipuoliso. En löytänyt tietoa siitä, onko tällaista "kummipariskunta-toimintaa" aikaisemmin kokeiltu, mutta näkisin tällaisen toiminnan kokeilemisen arvoisena. Tämä antaisi varmasti myös hyvinvointia ja sisältöä parisuhteessa elävien arkeen.

Toimin Mannerheimin Lastensuojeluliiton vapaaehtoisena ystävänä nuorelle. Parhaana yhdistyksen antamana tukena pidin heidän järjestämiään tapahtumia, joihin

voi osallistua yhdessä tuettavan kanssa. Kävimme yhdessä nuoren kanssa esimerkiksi tutustumassa poliisilaitokseen, keilaamassa ja kiipeilypuistossa. Yhdistys oli sopinut järjestävien tahojen kanssa ajankohdan ja tuki osallistumista myös taloudellisesti. Tapahtumissa myös tutustui muihin vapaaehtoiisiin ja oli halutessaan mahdollista vaihtaa kokemuksia sekä peilata omaa toimintaansa muiden toimintaan. Olisiko tällaisen toiminnan lisääminen myös vanhusten tukitoiminnassa järkevää? Varmasti tapahtumat olisivat erilaisia kuin nuorten kanssa eikä kiipeilypuistoon tai parkouriin lähdetäisi. Tätä kirjoittaessani elokuvateattereihin on juuri tullut uusi Tuntematon Sohilas-elokuva. Olisiko järkevää laittaa vapaaehtoisille viesti, että mennään vapaaehtoiset ja tuettavat porukalla katsomaan elokuvaa tietynä ajankohtana?

Opinnäytetyöni merkitys nousisi omissa ajatuksissa uudelle tasolle, jos kuulisin sen tuottamaa tietoa käytetyn jatkokehityksessä. Miesvapaaehtoisia tarvitsevat organisaatiot voisivat ottaa markkinointiin suuntautuvan opiskelijan työharjoitteluun. Opiskelijan tehtävänä olisi tehdä kohderyhmäanalyysi ja vapaaehtoistyön markkinointimateriaalia kohderyhmälle miehet. Mielestäni olen onnistunut tässä työssä antamaan taustaa tällaiselle jatkokehitystyölle.

Huomattava enemmistö Turun Seudun Vanhustuen tukiystävämiehistä oli opiskelijoita ja eläkeläisiä (Luku 6.0). Lähtisinkin rekrytoinnissa miettimään näiden kahden ryhmän tavoittamista. Opiskelijat ilmoittivat tulleen tietoiseksi toiminnasta oppilaitoksensa tiedotuskanavien välityksellä (Luku 6.5). Oppilaitoksissa tiedottamiseen kannattaakin panostaa. Sitä kannattaisi tutkia, että minkä koulutuslinjojen opiskelijoille olisi opiskeluissan hyötyä vapaaehtoisena toimimisesta. Tällaista hyötyä ovat esimerkiksi opintopisteet ja ammattitaidon lisääntyminen. Vanhusten ystävätoimintaa järjestävien yhdistysten toimijat voisivat yhdessä oppilaitosten päättäjien kanssa käydä näitä asioita systemaattisesti läpi. Humanistisessa ammattikorkeakoulussa opiskellessani olen saanut useinkin postia erilaisista opiskelua ja osaamista hyödyntävistä vapaaehtoistehtävistä. Nämä tehtävät koskevat kuitenkin useimmiten nuorten parissa tehtävää vapaaehtoistyötä. Eläkeläiset ja vanhuksat lisääntyvät koko ajan yhteiskunnassa. Oppilaitosten ja vanhusten palveluja tuottavien yhdistysten keskinäisen yhteistoiminnan lisääntyminen olisi erittäin merkityksellistä.



Kaksi haastattelemaani vapaaehtoista jotka ovat jo eläkkeellä ilmoittivat tulleensa tietoiseksi toiminnasta ilmaisjakelulehden kautta (Luku 6.5). Mielestäni yhdistysten tulisikin panostaa ilmaisjakelulehtien kautta tekemään toimintaansa tunnetuksi. Näin tavoitettaisiin varmasti suurempi joukko eläkeläisiä kuin maksullisten lehtien kautta. Turun seudulla ilmestyvä Turun Sanomat julkaisee säännöllisesti tapahtumakalenteria, jossa kerrotaan yhdistysten järjestämästä toiminnasta. Lehden kestopilaus maksaa tänään (29.10.2017) 27,42€ kuukaudessa. Monellako eläkeläisellä on varaa tilata näin kallis lehti? Olisi mielenkiintoista tehdä tutkimus siitä, millaisen prosentin eläkeläisistä lehdessä oleva tapahtumakalenteri tavoittaa?

Kolmas ryhmä johon markkinointia kohdistaisin ovat työttömät. Heilläkin on varmasti paljon vapaa-aikaa ja vapaaehtoistyöhön osallistuminen auttaisi heitä itseäänkin löytämään elämään tarkoitusta ja sisältöä. Työttömiä lähtisin tavoittelemaan työttömille suunnattujen yhdistysten kautta. Yhteistyö työttömien ja vanhuspalveluja tarjoavien yhdistysten kesken voisi olla molempia tahoja hyödyntävää yhteistoimintaa. Molempien yhdistysten kohderyhmissä löytyy varmasti lukematon määrä ihmisiä jotka kaipaavat ystävää. Kyse on siis kohtaamisen mahdollistamisesta. Työttömille on annettu oikeus tehdä vapaaehtoistyötä ilman pelkoa työttömyyskorvuksen menettämisestä, työttömille voi myös korvata vapaaehtoistoiminnasta aiheutuvia kustannuksia (Oikeusministeriö 2017).

Yksi erittäin mielenkiintoinen ryhmä on lähitulevaisuudessa eläköityvät. Tähän ryhmään kannattaisi yrittää saada kontaktia yritysyritysyrityksen kautta. Eläköityessään ihminen poistuu tutusta sosiaalisesta ympäristöstä ja moni varmasti tarvitsisi tässä kohtaa apua uuden muodostamiseen. Olisiko yrityksissä valmiutta antaa viimeistä vuotta ennen eläköitymistä työskenteleville ihmisille kuukausittain jonkin verran vapaata vapaaehtoistyön tekemistä varten? Tämä varmasti tukisi eläköityviä ihmisiä ja yritys saisi hyvää julkisuutta tämän suuntaisesta toiminnasta. Toiminnassa mukana olevien ihmisten jaksaminen parantuisi ja heille muodostuisi tietoisuus vapaaehtoistyön mahdollisuuksista joihin voisi työn jälkeen siirtyä ja alkaa luomaan uusia verkostoja. Liian moni eläköityvä jää kotiin miettimään mitä tekisi ja mitä kauemmin tätä yksin miettii, sitä suurempana vaarana on, että miettii sitä lopun elämäänsä. Yksilön kannalta tässä kohtaa voidaan ratkaista se, toimiiko hän tulevaisuudessa yksinäisen tukihenkilönä vai yksinäisenä tuettavana.

## 7.2 Tilaajan palaute

Kehitystehtävässä löydettyt miesvapaehtoisten motivaatiotekijät tukivat niitä oletuksia, joita tilaajalla oli jo ennestään. Löydetty tekijät varmistivat sitä, että miesten motivoinnissa vapaaehtoisiksi kyetään painottamaan oikeita asioita. Motivaatiotekijöissä löytyi myös joitain uusia näkökulmia miesten motivointiin, näitä tilaaja ei eritellyt.

Kehitysehdotuksissa oli tilaajan kannalta mielenkiintoisia ajatuksia. Näitä olisi mielenkiintoista lähteä toteuttamaan, mutta resurssien puute on yksi tässä yksi suurimmista ongelmista. Tilaajan mukaan joitain kehitysehdotuksia on muiden yhdistysten toiminnassa jo kokeiltu. Tällaisena esimerkiksi kahden tukiystävän mallia, joka kuitenkin oli koettu vanhusten kannalta ongelmalliseksi.

Tilaaja oli myös erityisen kiinnostunut työssä käytetyistä motivaatioteorioista ja pyysi saada niistä lisää tietoa. Sovimmekin, että avaan näitä lisää yhdistyksen henkilökunnalle. Tilaajan mielestä kehitystehtävän dokumenttianalyysin kohteet oli valittu tarkoituksenmukaisesti ja ne jakautuivat kattavasti eri puolille Suomea.

Kritiikkiä tilaaja esitti kehitystehtävän tulosten käsittelystä opinnäytetyössä. Esitystapa oli tilaajan mielestä välillä sekava ja oli vaikea fokusoida sitä mistä puhutaan.

## LÄHTEET

- Aarnen talli 2017. [www.aarnentalli.fi](http://aarnentalli.fi). Aarnen tallissa tapahtuu. Tallipäivänä 13.9. Viitattu 21.9.2017. <http://aarnentalli.fi/>
- Arene ry 2017. Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto. Theseus – ammattikorkeakoulujen opinnäytetyöt ja julkaisut verkossa. Viitattu 9.9.2017. <https://www.theseus.fi/>
- British Broadcasting Corporation 2014. [www.bbc.co.uk](http://www.bbc.co.uk). History. Historic\_figures. Freud\_Sigmund. Viitattu 28.9.2017. [http://www.bbc.co.uk/history/historic\\_figures/freud\\_sigmund.shtml](http://www.bbc.co.uk/history/historic_figures/freud_sigmund.shtml)
- Elola, Jarkko 2005. Mikä meitä motivoi – Case Jyväskylän kaupungin palveluksessa toimivat perus- ja lähihoitajat, opettajat sekä itsenäisessä asemassa olevat akateemiset työntekijät. Johtaminen, Pro gradu- -työ. Jyväskylän yliopisto. Taloustieteiden tiedekunta. Viitattu 15.10.2017. [https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/8476/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-2005381.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/8476/URN_NBN_fi_jyu-2005381.pdf?sequence=1)
- Grönfors, Martti 2015. Havaintojen teko aineistokeräyksen määritelmänä. Teoksessa: Valli, Raine & Aaltola, Juhani (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Jyväskylä: PS-Kustannus
- Kauhavan Seudun vanhustenkotiyhdisty ry 2017. [www.aijjoos.fi](http://www.aijjoos.fi). Aijjoos-kaveritoiminta. Viitattu 11.9.2017. <http://www.aijjoos.fi/kaveritoiminta.php>
- Kihlstrom, John F. 2015. [ist-socrates.berkeley.edu](http://ist-socrates.berkeley.edu). Is Freud Still Alive? No, Not Really. Viitattu 20.11.2017. <http://ist-socrates.berkeley.edu/~kihlstrm/freuddead.htm>
- Kotkan kaupunki 2017. [www.kotka.fi](http://www.kotka.fi). Vanhuspalvelut. Vapaaehtoistoiminta. uusi kaveri – toiminta. Viitattu 11.9.2017. [http://www.kotka.fi/instancedata/prime\\_product\\_julkaisu/kotka/embeds/kotkawwwstructure/28512\\_Kolmiosainen\\_esite\\_8\\_logolla.pdf](http://www.kotka.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/kotka/embeds/kotkawwwstructure/28512_Kolmiosainen_esite_8_logolla.pdf)
- Kuuluvainen, Salla 2015. Vapaaehtoistyön johtaminen. Kustantaja: Sivistysliitto Kansalaisfoorumi SKAF ry.
- Laakso, Pasi 2017. Huoliraportti. Mistä turkulaiset vanhuksat ovat huolissaan? Viitattu 20.11.2017. <https://vanhustuki-fi-bin.directo.fi/@Bin/6055122426678ec95430850cbc0990a5/1511174156/application/pdf/228127/HuoliRaportti.pdf>
- Laitinen, Hanna 2006 (toim.). Tule mukaan. Osallistumisen edellytyksiä järjestötyössä. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Sarja C. Oppimateriaaleja 11, 2006. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu.
- Marjovuori, Ari 2014. Väitöskirja. Vapaaehtoistyön ytimessä. Järjestömuotoinen vapaaehtoistyö sosiaalisen representaatioiden näkökulmasta. Helsingin yliopisto. Sosiaalitieteiden laitoksen julkaisuja 2014:9. Viitattu 17.9.2017. <https://helda.helsinki.fi/handle/10138/44979>
- Martela, Frank & Jarenko, Karoliina 2014. Sisäinen motivaatio. Tulevaisuuden työssä tuottavuus ja innostus kohtaavat. Eduskunnan tulevaisuusvaliokunnan julkaisu 3/2014. Helsinki: Tulevaisuusvaliokunta. Viitattu 18.9.2017. [https://www.eduskunta.fi/FI/tietoeduskunnasta/julkaisut/Documents/tuvj\\_3+2014.pdf](https://www.eduskunta.fi/FI/tietoeduskunnasta/julkaisut/Documents/tuvj_3+2014.pdf)

- Martela, Frank & Jarenko, Karoliina 2015. Draivi. Voiko sisäistä motivaatiota johtaa? Kustantaja: Talentum Media Oy
- Mayor, Päivi & Risku, Marjo 2015. Opas Yksilölliseen motivointiin. 16 perustarvetta johtamisen apuna. Kustantaja: Talentum media Oy
- McLeod, Saul 2013. www.simplypsychology.org. Psychologists. Sigmund Freud. Viitattu 13.10.2017. <https://www.simplypsychology.org/Sigmund-Freud.html>
- McLeod, Saul 2017. www.simplypsychology.org. Theories. Hierarchy of Needs. Maslow's Hierarchy of Needs. Viitattu 15.10.2017. <https://www.simplypsychology.org/maslow.html>
- Möller, Pirjo 2012. Logoterapiaa ajassamme. Teoksessa: Möller, Pirjo & Åman, lina (toim.) Logoterapia. Peruskäsitteitä, filosofiaa, käytäntöjä. Turku: Suomen Logoterapiainstituutti Oy.
- Möller, Pirjo 2012a. Logoterapia – Viktor Emil Franklin elämäntyö. Teoksessa: Möller, Pirjo & Åman, lina (toim.) Logoterapia. Peruskäsitteitä, filosofiaa, käytäntöjä. Turku: Suomen Logoterapiainstituutti Oy.
- Niittamo, Petteri 2005. Tunneperäinen ja tietoperäinen motivaatio. Teoksessa: Nurmi, Jari-Erik & Salmela-Aro, Katariina (toim.). Mikä meitä liikuttaa – Modernin motivaatiopsykologian perusteet. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Nurmela, Risto 2005. Johdanto. Teoksessa: Viktor E. Frankl. Logoterapia – avain mielekkääseen elämään. Suom. Raija Viitanen. Kustantaja: Lyhytterapiainstituutti Oy & Suomen logoterapiayhdistys ry.
- Nurmi, Jari-Erik & Salmela-Aro, Katariina (toim.) 2005. Modernin motivaatiopsykologian perusta ja käsitteet. Teoksessa: Mikä meitä liikuttaa – Modernin motivaatiopsykologian perusteet. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Nylund, Marianne & Yeung, Birgitta (toim.) 2005. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino
- Oikeusministeriö 2017. www.demokratia.fi. Tietotori. Vapaaehtoistyö. Työttömän oikeus tehdä vapaaehtoistyötä. Viitattu 29.10.2017. <http://www.demokratia.fi/tietotori/vapaaehtoistyö/tyottoman-oikeus-tehda-vapaaehtoistyota/>
- Ojasalo, Katri & Moilanen, Teemu & Ritalahti, Jarmo 2015. Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. Helsinki: Sanoma Pro Oy
- Otavan Opisto 2015. Internetix. Oppimateriaalit. PS4 – Motivaatio, tunteet ja älykäs toiminta. Ulkoinen ja sisäinen motivaatio. Viitattu 16.9.2017. [http://opinnot.internetix.fi/fi/materiaalit/ps/ps4/01\\_motiivit\\_ja\\_motivaatio/04\\_1.4\\_ulkoinen\\_ja\\_sisainen\\_motivaatio?C:D=1465745&m:selles=1465745](http://opinnot.internetix.fi/fi/materiaalit/ps/ps4/01_motiivit_ja_motivaatio/04_1.4_ulkoinen_ja_sisainen_motivaatio?C:D=1465745&m:selles=1465745)
- Otavan Opisto 2015a. Internetix. Oppimateriaalit. PS5 – Persoonallisuus ja mielen-terveys. Freudin psykoanalyysi. Viitattu 14.10.2017 [http://opinnot.internetix.fi/fi/muikku2materiaalit/lukio/ps/ps5/1.0\\_kasitteet\\_ja\\_tutkimus/1.4\\_freudin\\_psykoanalyysi?C:D=hNqP.gZ6b](http://opinnot.internetix.fi/fi/muikku2materiaalit/lukio/ps/ps5/1.0_kasitteet_ja_tutkimus/1.4_freudin_psykoanalyysi?C:D=hNqP.gZ6b)
- Otavan Opisto 2015b. Internetix. Oppimateriaalit PS4. Motivaation, emootioiden ja älykkyyden perusteorioiden ja tutkimus. Maslowin tarvehierarkia. Viitattu 15.10.2017. [http://opinnot.internetix.fi/fi/materiaalit/ps/ps4/03\\_motivaation\\_emootioiden/04\\_3.4\\_maslowin\\_tarvehierarkia?C:D=gjtb.e7S7](http://opinnot.internetix.fi/fi/materiaalit/ps/ps4/03_motivaation_emootioiden/04_3.4_maslowin_tarvehierarkia?C:D=gjtb.e7S7)

- Peltosalmi, Juha & Eronen, Anne & Litmanen, Tapio & Londen, Pia, & Ruuskanen Petri 2016. Järjestöbarometri 2016. Järjestöjen tulevaisuus. Helsinki: SOSTE Suomen sosiaali ja terveys ry. Viitattu 17.9.2017.  
[https://www.soste.fi/media/soste\\_jarjestobarometri\\_2016.pdf](https://www.soste.fi/media/soste_jarjestobarometri_2016.pdf)
- Rastas, Iiro 2013. Miesnäkökulmaselvitys naisvaltaisessa yhdistystoiminnassa. Miehät vapaaehtoisina Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin paikallisyhdistyksissä. Opinnäytetyö. Humanistinen Ammattikorkeakoulu. Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma. Viitattu 18.10.2017. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201305137979>
- Reiss Motivation Profile Nordic Ltd 2014. www.rmp-nordic.com. Background. Research. Viitattu 16.10.2017. <http://www.rmp-nordic.com/background/research/>
- Reiss Motivation Profile Nordic Ltd 2014a. www.rmp-nordic.com. Background. 16 Basic desires or life motives. Viitattu 16.10.2017. <http://www.rmp-nordic.com/background/research/>
- Rovaniemen seurakunta 2017. www.rovaniemenseurakunta.fi. Ilmoittaudu vapaaehtoiseksi. Vapaaehtoistyön sivustolle pääset tästä. Vapaaehtoistehtävät. Ystäväksi yksinäiselle.  
<http://www.vapaaehtoispankki.fi/rovaniemi/page.php?id=3&m=25&i=93&wid=2>
- Saarniaho, Rami 2015. Internetix. Oppimateriaalit. PS5 – Persoonallisuus ja mielen-terveys. 1.4. Freudin psykoanalyysi. Viitattu 28.9.2017.  
[http://opinnot.internetix.fi/fi/muikku2materiaalit/lukio/ps/ps5/1.0\\_kasitteet\\_ja\\_tutkimus/1.4\\_freudin\\_psykoanalyysi?C:D=hNqP.gZ6b](http://opinnot.internetix.fi/fi/muikku2materiaalit/lukio/ps/ps5/1.0_kasitteet_ja_tutkimus/1.4_freudin_psykoanalyysi?C:D=hNqP.gZ6b)
- Sivonen, Mari 2017. Dokumenttianalyysi tutkimusmenetelmänä terveystieteissä. Pro gradu -tutkielma. Itä-Suomen yliopisto. Hoitotieteen laitos.  
[http://epublications.uef.fi/pub/urn\\_nbn\\_fi\\_uef-20170525/urn\\_nbn\\_fi\\_uef-20170525.pdf](http://epublications.uef.fi/pub/urn_nbn_fi_uef-20170525/urn_nbn_fi_uef-20170525.pdf)
- Suomen Logoterapiayhdistys 2017. Eksistenssianalyysi ja logoterapia. Viitattu 14.10.2017. <http://www.logoterapiayhdistys.fi/eksistenssianalyysi-ja-logoterapia/>
- Suomen Psykoanalyttinen Yhdistys 2017. www.psykoanalyysi.com. Mitä psykoanalyysi on? Viitattu 11.10.2017. <http://psykoanalyysi.com/wp/>
- Suomen Raamattuopisto 2017. www.sro.fi. Tule mukaan. Ollaan ihmisiksi! -hanke.  
<http://www.sro.fi/tule-mukaan/ollaan-ihmisiksi>
- Talouselämä 2013. www.talouselämä.fi. Uutiset. Työelämä. Työn sisältö muka tärkeintä – Pah, kyllä raha on tärkeämpi motivaattori. Viitattu 16.9.2017.  
<http://www.talouselama.fi/uutiset/tyon-sisalto-muka-tarkeinta-pah-kylla-raha-on-tarkeampi-motivaattori-3436561>
- Tampereen Yliopisto s.d. Avoin yliopisto. Verkko-opinnot. Sosiaalipsykologian peruskurssi. Psykodynaaminen teoria. Viitattu 14.10.2017.  
<https://www.uta.fi/avoinyliopisto/arkisto/sosiaalipsykologia/yksilo.html>
- Tilastokeskus 2017. Suomen virallinen tilasto (SVT). Työvoimatutkimus. Työllisyys ja työttömyys vuonna 2016. Viitattu 16.9.2017.  
[http://www.stat.fi/til/tyti/2016/13/tyti\\_2016\\_13\\_2017-04-12\\_kat\\_002\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/tyti/2016/13/tyti_2016_13_2017-04-12_kat_002_fi.html)

- Turun Seudun Vanhustuki ry 2017. [www.vanhustuki.fi](http://www.vanhustuki.fi). Viitattu 21.11.2017.  
<https://www.vanhustuki.fi/>
- Turun Seudun Vanhustuki ry 2017a. [www.vanhustuki.fi](http://www.vanhustuki.fi). Tietoa yhdistyksestä. 2016 toimintakertomus. Viitattu 10.9.2017. <https://vanhustuki-fi-bin.directo.fi/@Bin/17bd5613c3bc76e8e5ccc6f572c1dd7b/1509538824/application/pdf/229422/2016%20Toimintakertomus.pdf>
- Turun Seudun Vanhustuki ry 2017b. [www.vanhustuki.fi](http://www.vanhustuki.fi). Tukiystävätoiminta. Tukiystävätoiminnan yhteystiedot. Viitattu 9.9.2017.  
<https://www.vanhustuki.fi/tukiystavatoiminta/>
- Vanhustyön keskusliitto 2017. [www.vtkl.fi](http://www.vtkl.fi). Toimimme. Senioritoiminta. Vapaaehtoistoiminta. Viitattu 11.9.2017.  
<http://www.vtkl.fi/fin/toimimme/senioritoiminta/vapaaehtoistoiminta/>
- Valli, Raine 2015. Paperinen kyselylomake. Teoksessa: Valli, Raine & Aaltola, Juhani (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Jyväskylä: PS-Kustannus
- Vastamäki, Jaana 2015. Kyselylomaketutkimus: tutkimusasetelman ja mittareiden valinta. Teoksessa: Valli, Raine & Aaltola, Juhani (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Viktor Frankl Institute Finland 2013. [www.logoteoria.net](http://www.logoteoria.net). Logoteoria. Viitattu 11.10.2017. <https://www.logoteoria.net/logoteoria2>
- Vilka, Hanna 2015. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Yeung, Anne Birgitta 2002. Vapaaehtoistoiminta osana kansalaisyhteiskuntaa – ihanteita vai todellisuutta? Helsinki: Sosiaali ja terveysjärjestöjen yhteistyöyhdistys YTY ry.

## MUUT TIEDONANNOT

- Dufva, Sanna 2017. Toiminnanohjaaja. Senioritoiminta. Vanhustyön keskusliitto. Email [pasi.laakso@kolumbus.fi](mailto:pasi.laakso@kolumbus.fi) 3.7.2017
- Idström, Katri 2017. Kotihoidon esimies. Keskitetty kotihoito. Kotkan kaupunki. Email [pasi.laakso@kolumbus.fi](mailto:pasi.laakso@kolumbus.fi) 29.6.2017
- Koponen, Minna 2017. Aijjoos-toiminta. Kauhavan Seudun Vanhustenkotiyhdistys ry. Email [pasi.laakso@kolumbus.fi](mailto:pasi.laakso@kolumbus.fi) 10.8.2017.
- Koski, Sari 2017. Diakoni. Rovaniemen seurakunta. Sähköpostitiedonanto 29.6.2017
- Lamminmäki, Elina 2017. Projektipäällikkö- Ollaan Ihmisiksi! -hanke. Email [pasi.laakso@kolumbus.fi](mailto:pasi.laakso@kolumbus.fi) 25.7.2017

## LIITTEET

## Liite 1: Kyselylomake

VANHUSTUEN TUKIYSTÄVÄTOIMINNAN MIESVAPAAEHTOISTEN MOTIVAA-  
TIOKYSELY/HAASTATTELU

Ikä:	Kauanko toiminut tukiystävänä:
Sukupuoli: MIES	Oletko: työssä, työttömänä, opiskelija, eläkeläinen, muu?

Kuinka tärkeänä näet seuraavat tekijät tukiystävätoiminnan vapaaehtoisena ystävänä vanhukselle?

Kysymys	Tärkeys				
	Ei lainkaan tärkeää				Erittäin tärkeää
Saan itselleni hyvää mieltä	1	2	3	4	5
Pystyn antamaan hyvää mieltä	1	2	3	4	5
Saan olla osa vanhustuen missiota tukemassa vanhuksia	1	2	3	4	5
Koulutus vapaaehtoistehtävääni	1	2	3	4	5
Vanhustuen antama tuki tehtävääni. (lisäkoulutukset, vuosikeskustelut, muu ohjaajien antama tuki)	1	2	3	4	5
Vapaaehtoisten yhteiset tapaamiset	1	2	3	4	5
Vapaaehtoisten keskinäinen vertaistuki	1	2	3	4	5
Miehiä tulisi saada lisää toimintaan	1	2	3	4	5
Yhteiset kiinnostuksen kohteet tuettavan kanssa	1	2	3	4	5
Toiminnallani autan yhteiskuntaa pitämään huolta vanhuksista	1	2	3	4	5
Saan arvostusta vapaaehtoisena toimimisesta	1	2	3	4	5
Että tuettava on samaa sukupuolta itseni kanssa	1	2	3	4	5

**AVOIMET KYSYMYKSET**

Mistä sait ensimmäiseksi tietää Turun Seudun Vanhustuen tukiystävätoiminnasta?

---

Kuinka pitkään mietit vapaaehtoiseksi ryhtymistä?

---

Oliko joku tietty asia, joka sai sinut tekemään päätöksen? (lehtijuttu, keskustelu vanhustuen ihmisen kanssa...)

---

Mikä on parasta toimimisessa vapaaehtoisena vanhuksen ystävänä?

---

Saitko tehtävääsi riittävästi koulutusta? Kaipaisitko lisää tiettyä koulutusta?

---

Onko vapaaehtoistyö vanhusten parissa tuntunut mielekkäältä?

---

Löydätkö helposti jutunaihetta ja tekemistä ystäväsi kanssa?

---

Onko Tukiystävä toiminta mielestäsi sopiva nimi toiminnalle?

---

Onko sinulla lähettää palautetta/kehitysideoita/muita terveisiä Turun Seudun Vanhustuen toimijoille?

---

---

---



## Liite 3: Reissin teorian perusmotivaatiot

<b>Motiivi</b>	<b>Pyrkimys johonkin; mikä motivoi?</b>
Valta	Vaikuttaminen, johtaminen, saavuttaminen, päättäminen, suorittaminen
Riippumattomuus	Vapaus, riippumattomuus, omatoimisuus, itse tekeminen
Uteliaisuus	Tieto, oppiminen, ajattelu, ymmärtäminen, älyllisyyden arvostus
Hyväksyntä	Positiivinen palaute, positiivinen kuva itsestä, perfektionismi
Järjestys	Järjestys, puhtaus, siisteys, pysyvyys, rakenteet, säännöt
Säästäminen/Kerääminen	Materia, tavarat, omaisuus, tavaroiden määrä, säästeliäisyys, resurssit
Kunnia	Lojaalisuus vanhempia ja perinteitä kohtaan, periaatteet, moraalit, etiikka
Idealismi	Sosiaalinen oikeudenmukaisuus, yhteiskunta, maailman parantaminen
Sosiaaliset kontaktit	Ystävyys, seurallisuus, iloisuus, kontaktit, yhteydenpito
Perhe	Omien lasten kasvattaminen, perheen hoivaaminen, huoltaminen
Status	Yhteiskunnallinen arvostus, maine, menestys, asema, oma arvo, laatu
Kosto/Voittaminen	Kosto, hyvityksen saaminen, taistelu, voittaminen, kilpaileminen, puolustautuminen
Romantiikka/Esteettisyys	Erotiikka, seksuaalisuus, intohimo, kauneus, esteettisyys
Syöminen	Syöminen, ruoka, ruoan ajattelu, ruoan laittaminen, nautiskelu, makuelämykset
Ruumiillinen aktiivisuus	Hyvä kunto, liikkuminen, lihasten käyttäminen, aktiivisuus, vauhti
Rauhallisuus/Mielenrauha	Turvallisuus, rentous, stressin välttäminen, varovaisuus, riskien ennakointi

(Mayor ym. 33.)

## Liite 4: Kyselyn tulokset

