

OMAISHOIDON VAPAAEHTOISTEN MOTIIVIT

Kyselytutkimus Iloa arkeen -hankkeen

vapaaehtois- ja vertaistoimijoille

Johanna Lehtikangas

Opinnäytetyö, kevät 2018

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosionomi (AMK)

TIIVISTELMÄ

Lehtikangas, Johanna.

Omaishoidon vapaaehtoisten motiivit. Kyselytutkimus Iloa arkeen -hankkeen vapaaehtois- ja vertaistoimijoille.

39 sivua, 2 liitettä. Kevät 2018.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, sosiaalialan koulutusohjelma, Sosionomi(AMK)

Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry:n (POLLI) Iloa arkeen -hanke kehittää vapaaehtois- ja vertaistukitoimintaa omaishoitajille ja heidän läheisilleen. Opinnäytetyön tavoitteena oli kyselytutkimuksella selvittää vapaaehtois- ja vertaistoimijoiden mielipiteitä vapaaehtoistoiminnasta sekä osallistaa vapaaehtoisia toiminnan kehittämiseen. Tarkoituksena oli myös tutkia, onko vapaaehtoistyön kohteen valinnalle jotain yhteistä nimittäjää.

Tutkimuskysymyksinä tässä tutkimuksessa olivat: Miksi vapaaehtoistyöntekijät valitsivat omaishoidon vapaaehtoistyön kohteeksi? Miten jo olemassa oleva toiminta Iloa arkeen -hankkeessa lisää tai laskee vapaaehtoisten motivaatiota osallistua vapaaehtoistoimintaan?

Opinnäytetyö on toteutettu yhdistämällä kvantitatiivista ja kvalitatiivista tutkimusta. Aineisto kerättiin kyselylomakkeella tammikuussa 2017. Kyselylomake sisälsi suljettuja, sekamuotoisia ja avoimia kysymyksiä. Kyselyyn vastasi kaksikymmentä vapaaehtois- ja vertaistoimijaa. Aineistoa on kuvattu prosentti- ja frekvenssijakaumilla.

Tutkimuksen tulosten mukaan vapaaehtois- ja vertaistoiminta nähdään tärkeänä ja tarpeellisena toimintana. Vapaaehtoisuuskohteen valintaan noin puolella vastaajista on vaikuttanut henkilökohtainen kokemus omaishoitajana toimimisesta. Keskeisimpänä motiivina vapaaehtoistyölle nousi halu auttaa ja kokea olevansa hyödyllinen. Vapaaehtoisten motivaatiota lisäävät positiiviset kokemukset ja yhteenkuuluvuuden tunne. Motivaatiota vähentäviä tekijöitä ovat muun muassa ajanpuute ja omien voimavarojen vähäisyys.

Asiasanat: omaishoito, vapaaehtoistoiminta, vertaistoiminta, motivaatio

ABSTRACT

Lehtikangas, Johanna.

Volunteer workers' motivation to work with carers and peer support. A study about volunteer workers and the peer supporters in the Joy to everyday life" -project.

39p., 2 appendices. Language: Finnish. Helsinki, Spring 2018.

Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services.
Degree: Bachelor of Social Services

The purpose of this thesis was to study the motivation and position of the volunteer workers and peer supporters in The Helsinki Metropolitan Area Association of Carers and Friends (Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry, POLLI). Joy to everyday life -project offers volunteer work and peer support to caregivers and friends.

The research questions were as follows: why do volunteer workers choose caregiving as a subject in their volunteer work? and how do the existing activity of the project increase or decrease their motivation to participate in volunteer work?

This study combined quantitative and qualitative approaches. The data was collected by a questionnaire in January 2017. The questionnaire was sent to 53 volunteer workers and peer supporters. Twenty of them answer the survey. According to the survey, volunteer workers' motivation increases when they have positive experiences and sense of solidarity. The factors that decrease motivation are lack of time and coping with daily life.

The results show that volunteer work and peer support is considered as an important activity. Approximately half of the participants has had personal an experience of caregiving. The main motivation to participate in volunteer work was the desire to help and to be useful.

Keywords: voluntary work, caregiving, peer support, motivation

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 TUTKIMUKSEN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT	7
2.1 Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry	7
2.2 Iloa arkeen -hanke	8
2.3 Vapaaehtoistoiminta	9
2.4 Omaishoito ja omaishoitaja	11
2.5 Vapaaehtoistoiminnan motiivit ja motivaatio	12
3 TARKOITUS JA TAVOITTEET	14
4 AINEISTON KERUU JA ANALYYSI	15
4.1 Aineiston keruu	15
4.2 Aineiston analyysi	18
5 TULOKSET	20
5.1 Vapaaehtoistyön kohteen valinta ja omaishoitotilanteen vaikutus	20
5.2 Toimintamuodot, tuki ja motivaatio	20
6 JOHTOPÄÄTÖKSET	24
7. POHDINTA	27
LIITE 1 KYSELYLOMAKE	33
LIITE 2 TUTKIMUSKYSYMYKSIÄ VASTAAVAT KYSYMYKSET	37

1 JOHDANTO

Aihe tälle opinnäytetyölle sai alkunsa työelämälähtöisestä tarpeesta. Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry:n (POLLI) Iloa arkeen -hanke järjestää omaishoitajien parissa vapaaehtois- ja vertaistoimintaa. Olen tutustunut Iloa arkeen -hankkeeseen ja sen vapaaehtoistoimintaan syksyllä 2016. Työyhteisöt ja kehittäminen harjoittelujaksolla 3.10. – 18.11. välisenä aikana viikoittain sekä muutamia kertoja keväällä 2017. Osallistuin erilaisiin vapaaehtoistoihintoihin sekä vapaaehtoisten tapaamisiin. Haastattelin myös muutamia vapaaehtoisia ja tein haastatteluista lyhyitä henkilöesittelyjä POLLIn Lähimmäinen-lehteen. Iloa arkeen -hankkeen projektivastaava pyysi minua tekemään kyselytutkimuksen vapaaehtoistoimijoille.

Vapaaehtoistoimintaa Suomessa tekee noin 1,4 miljoonaa henkilöä. Tämä tarkoittaa, että joka kolmas henkilö tekee vapaaehtoistyötä. Tutkimuksessa on huomioitu kaikenlainen vapaaehtoistyö. (Taloustutkimus 2015.) Kelan valtakunnalliseen omaishoitajat äänessä -kyselytutkimukseen 2014 vastanneista omaishoitajista 25 prosenttia oli saanut omaishoitotyöhönsä tukea omaishoitoyhdistykseltä tai muulta järjestöltä, tutkimus sisältää vertaistuen ja muu avun. (Tillman 2015).

Vuonna 2015 Laurea-ammattikorkeakoulun opiskelijat tekivät kyselytutkimuksen vapaaehtois- ja vertaistoinnasta POLLIn jäsenille. Kyselyn kohteena olivat omaishoitajat. Tutkimuksesta kävi ilmi, että tarvetta vapaaehtois- ja vertaistoinnalle on omaishoitajien parissa. POLLIn toiveena oli tehdä kyselytutkimus vapaaehtois- ja vertaistoimijoille, jolla selvitettäisiin heidän näkemyksiään vapaaehtoistoiminnasta ja samalla voidaan osallistaa vapaaehtoistyöntekijät työn kehittämiseen sekä antamaan palautetta toiminnasta.

Haasteena on uusien vapaaehtoisten saaminen mukaan toimintaan. Toisaalta toimintaan sitoutuminen on vaihtelevaa. Tulee kuitenkin muistaa

vapaaehtoisuuden aspekti ja se, että jokainen tekee työtä oman ajan ja kiinnostuksen puitteissa. Järjestön vapaaehtoistoiminnan jatkumisen ja kehittymisen edellytyksenä kuitenkin on saada vapaaehtoistoimijat sitoutumaan ja viihtymään siten, että toiminta olisi mielekästä sekä vapaaehtoiselle että omaishoitajalle, joka hyötyy vapaaehtoistoiminnasta.

2 TUTKIMUKSEN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

2.1 Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry

Vuonna 2018 kaksikymmenvuotisjuhlaansa viettävä Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry on perustettu 28.4.1998, virallisesti se on rekisteröity 18.11.1998. POLLI on suurin valtakunnallisen Omaishoitajat ja Läheiset -liitto ry:n kuudestakymmenestäyhdeksästä paikallisyhdistyksestä. Nimestään huolimatta yhdistyksen toiminta-alueena ei ole koko pääkaupunkiseutu. Vuonna 2004 Espooseen ja Kauniaisiin perustettiin oma yhdistys, jolloin toiminta-alueeksi POLLille jäi Helsinki ja Vantaa. Yhdistyksen jäseneksi voi tuki liittyä kuka tahansa. Jäseniä POLLilla on vajaa 1200. (Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry 2016, Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry 2017.)

Yhdistyksen visiona on edistää omaishoitoperheiden ja läheisten asemaa sekä lisätä tietoisuutta omaishoitajuuden tunnistamiseen. POLLI antaa jäsenistölle mahdollisuuden osallistua ja vaikuttaa. Yhdistyksen toiminnan arvoina ovat luotettavuus, kunnioittaminen, välittäminen, innovatiivisuus ja kestävä kehitys. (Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry i.a.) POLLI on yleishyödyllinen kansalaisjärjestö ja se on poliittisesti sekä uskonnollisesti sitoutumaton. Vuonna 2016 yhdistyksellä oli noin 70 yhteistyötahoa. (Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry 2016.)

Vuodesta 2001 POLLI on toteuttanut Raha-automaattiyhdistyksen ja vuodesta 2017 alkaen Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskuksen projekteja ja hankkeita. Näillä on mahdollistettu palkattu henkilöstö, joka on ollut POLLIn valitsema keino edistää omaishoitajien asemaa. Tällä hetkellä palkattuja työntekijöitä on kahdeksan ja sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus rahoittaa kahta hanketta sekä yhtä projektia. (Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry 2016, Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry i.a.)

2.2 Iloa arkeen -hanke

Vuonna 2012 alkanut Iloa arkeen -hanke on yksi Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry:n hankkeista. Hanke toimii sosiaali- ja terveysministeriön yhteydessä toimivan sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskuksen kohdennetulla toiminta-avustuksella. Kohdennettua toiminta-avustusta myönnetään järjestön yleisestä toiminnasta erotetun toiminnan menoihin (Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus 2017).

Hankkeen tavoitteena on kehittää vapaaehtois- ja vertaistukitoimintaa omaishoitajien ja heidän läheistensä parissa. Toiminta on organisoitua ja koordinoitua. (Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset 2015, 31.) Vapaaehtoiset ovat merkittävä voimavara POLLIn toiminnassa. Hankkeella on tällä hetkellä noin 50 vapaaehtoistyöntekijää, jotka työskentelevät erilaisissa vapaaehtois- ja vertais-tehtävissä. Viikoittain aktiivisesti toimivien vapaaehtoisten määrä on huomattavasti pienempi. Vapaaehtois- ja vertaistoimintoja ovat ystävätoiminta, toimiminen vertaisohjaajana vertaistukiryhmissä ja vertaisystävänä sekä avustaminen esimerkiksi omaishoitajille suunnatuissa virkistystilaisuuksien järjestämisessä. (Laura Liikanen, henkilökohtainen tiedonanto 5.11.2016.)

Vapaaehtoistoimijat koulutetaan tai perehdytetään yksilöllisesti tehtäväänsä. Heille järjestetään säännöllisesti tukea, ohjausta, virkistystä ja lisäkoulutusta. Lisäkoulutusta ovat esimerkiksi ensiapukoulutus, hygieniapassi ja teemakohtainen koulutus. Toiminnassa sitoudutaan vapaaehtoisuuden periaatteisiin ja vapaaehtoisia sitoo vaitiolovelvollisuus. POLLI on vakuuttanut vapaaehtoiset toiminnan ajaksi. (Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry 2016.)

2.3 Vapaaehtoistoiminta

Marc A. Musickin & John Wilsonin (2008, 3) mukaan vapaaehtoistyö on altruistisen käytöksen muoto, jonka tavoite on tarjota apua toisille, ilman odotuksia materialistisesta palkkiosta. Avun kohteena voi olla toinen henkilö, ryhmä, aatteellinen järjestö tai yhteisö.

Vapaaehtoistyön käsite painottaa yksilön toimintaa, jolloin yksilö tekee ratkaisun toiminnastaan, perustuen omaan vapaaseen tahtoonsa. Järjestössä yksilön toiminta tapahtuu organisoituna ja on näin ollen myös osa järjestön toimintaa. Vapaaehtoistoimijan katsotaan toimivan palkatta, palkattu työntekijä sen sijaan voi organisoida vapaaehtoistoimintaa. (Koskiaho 2001, 16–17.)

Vapaaehtoistoiminnan ydinpiirteitä ja vahvuuksia ovat Anne Birgitta Yeungin (2005, 83) (nykyinen Pessi) mukaan vapaaehtoisuus, vapaamuotoisuus, joustavuus ja riippumattomuus. Toisaalta nämä vahvuudet ovat myös riski vapaaehtoistoiminnan jatkuvuudelle. Yeung (2005, 83) myös toteaa motivaation muodostavan kivijalan vapaaehtoistoiminnalle.

Vapaaehtoistoiminta ei korvaa ammattityötä, vaan täydentää sitä ja toteutuu tasa-arvoisena kanssakulkijana tavallisen ihmisen tiedoin ja taidoin. Vapaaehtoinen voi olla myös vertaistukija, jolla on oma elämäkokemus ja tieto samasta tilanteesta. Vapaaehtoinen tukee ja toimii puolueettomasti, jokaisen itsemääräämisoikeutta kunnioittaen. (Harju, Niemelä, Ripatti, Siivonen & Särkelä 2001, 33–39.)

Vapaaehtoistoiminnan on tutkittu edistävän vapaaehtoistoimijan elämänlaadun eri osatekijöitä, kuten esimerkiksi tyytyväisyyden, uuden oppimisen ja merkityksellisyyden kokemusta. Vapaaehtoistoiminnan kokemus myötätunnosta, mielekäs tekeminen, ihmissuhteet sekä kokemus vapaudesta ja vaikuttamisesta ovat myös onnellisuuden ydintekijöitä. Elämänlaadun paranemisella on yhteys terveydellisiin hyötyihin. Ikäihmisillä myötätunnosta kumpuavan

vapaaehtoistoiminnan on todettu olevan yhteydessä pidemmän eliniän ennusteeseen. (Pessi 2014.)

Pessi (2014) toteaa, että vapaaehtoistyön antamisen ja saamisen kehä on paitsi konkreettisia tekoja, myös kohtaamisen kaikkia ulottuvuuksia sekä merkityksellisiä tunnekokemuksia tarpeellisuudesta ja kiitollisuudesta. Vapaaehtoistyöntekijät ovat olleet hämmästyneitä siitä, kuinka paljon he itse ovat saaneet lähtiessään auttamaan.

Omaishoidosta on tehty lukuisia tutkimuksia. Vapaaehtoistyön suosio on ollut viimeiset kaksikymmentä vuotta runsaasti esillä, mutta se on edelleen vähemmän tutkittu aihe (Marjovuo 2014). Vapaaehtoisuuden motiivitutkimukset ovat olleet sitoutuneisuutta käsitteleviä tutkimuksia yleisimpiä (Yeung 2007, 156). Viime vuosina vapaaehtoisuudesta on tehty tutkimuksia muun muassa Helsingin ja Tampereen yliopistoissa.

Väitöskirjan järjestömuotoisesta vapaaehtoistyöstä sosiaalisten representaatioiden näkökulmasta tehnyt Ari Marjovuo (2014) tutki muun muassa, millaisia käsityksiä vapaaehtoisilla itsellään on vapaaehtoistyöstä sekä heidän motiiveistaan vapaaehtoistyöhön. Tutkimuksen mukaan vapaaehtoisuuden maailma tarjoaa mahdollisuuden dereifikaatiokokemukseen. Kokemukseen, jossa ihminen tuntee olevansa osallisena yhteisöllisyydessä. Tämä persoonattoman ystävyyden maailma on yhteistoiminnallinen ja dialoginen. Vapaaehtoiset eivät odota Marjovuon mukaan tältä suhteelta kuitenkaan yhtä paljon kuin mitä he antavat. Vapaaehtoisille merkityksellisiä ydintekijöitä ovat Marjovuon mukaan eettisyys, yhteenkuuluvuus ja suunnitelmallisuus.

Minna Kalliokosken (2015) pro gradu -tutkielmassa on käsitelty omaishoidon parissa työskentelevien vapaaehtoisten voimaannuttamista ja miten järjestöt voivat lisätä kansalaisten aktiivisuutta sekä vastuunottoa. Tutkimus on tehty kolmentoista eri omaishoidon parissa toimivan järjestön tai seurakunnan palkatun työntekijän haastatteluista. Haastatteluille yhteisiä vapaaehtoisten voimaannuttamisen keinoja olivat muun muassa arvostus, koulutus, virkistys, erilaiset toimintaan osallistumisen mahdollisuudet ja matalan kynnyksen

osallistumismahdollisuus. Tiedonhakua tehdessäni törmäsin samaan ongelmaan kuin Kalliokoski (2015, 14). Kolmannen sektorin yhdistäminen omaishoittoon ei tuottanut juurikaan viitteitä tiedonhaussa.

Lotta Lehmusvuori (2016) tarkasteli pro gradu -tutkielmassaan kahden Setlementti Naapuri ry:n organisaatiossa olevan yksikön välisiä eroja vapaaehtoisten motivaatiossa toimintaan osallistumisessa. Yhteisenä tekijänä ja keskeisimpänä motivaationa vapaaehtoistyöntekijöillä oli halu auttaa ja toimia yhteiskunnan hyväksi. Vapaaehtoiset myös olivat sitoutuneita vapaaehtoistyöhönsä.

Vapaaehtoistyön motiiveista on tehty muitakin pro gradu -tutkielmia sekä ammattikorkeakoulujen opinnäytetöitä, mutta tutkimukset eivät välttämättä ole yleistettävissä koskemaan yleisesti vapaaehtoisia.

2.4 Omaishoito ja omaishoitaja

Omaishoidosta puhuttaessa useampi meistä tuntee käsitteen yleisesti, mutta laki ja säädökset sekä omaishoidon eri muodot voivat tehdä siitä hankalasti lähestyttävän. Omaishoito on ollut viime aikoina julkisessa keskustelussa esillä muun muassa omaishoidon tuen sekä 1.7.2016 omaishoidontuen lakiin (937/2005) tulleiden muutosten takia. Omaishoitajat ja läheiset -liiton (2017) mukaan useissa kunnissa lain tulkinta on muutoksen myötä aiheuttanut tilanteita, joissa omaishoitajien elämäntilanne on vaikeutunut entisestään. Esimerkiksi kuntien kiristynvä talous on monissa kunnissa leikannut omaishoitajien tukea tai omaishoitajat ovat jääneet kokonaan ilman heille kuuluvaa tukea. Toisaalta osa omaistaan hoitavista haluaa jättää tuen hakematta muista syistä, esimerkiksi läheisen ihmisen hoitamiseen ei haluta sekoittaa byrokratiaa tai ei haluta hyväksyä omaishoitotilannetta. Omaishoitotilannetta ei myöskään aina tunnisteta ja näin ollen ei osata hakea tukea. (Meriranta 2010, 5–6.)

Laki omaishoidontuesta (937/2005) määrittelee sen, kuka on lain mukaan omaishoitaja. Lain mukaan omaishoidolla tarkoitetaan vanhuksen, vammaisen tai

sairaahan henkilön hoidon ja huolenpidon järjestämistä kotiloissa omaisen tai muun hoidettavalle läheisen henkilön avulla. Omaishoitosopimus on hoidosta vastaavan kunnan ja hoitajan välinen toimeksiantosopimus omaishoidon järjestämisestä. Omaishoitajalla laki tarkoittaa hoidettavan omaista tai läheistä, joka on tehnyt omaishoitosopimuksen. Omaishoidontuen laki käsittää kokonaisuutena, joka muodostuu hoidettavan tarvittavista palveluista, sekä hoitajalle maksettavasta palkkiosta, vapaasta ja omaishoitoa tukevista palveluista.

Kunta voi myöntää omaishoidontukea sellaiselle henkilölle, joka alentuneen toimintakyvyn, vamman, sairauden tai vastaavanlaisen syyn takia tarvitsee kotioloissa hoitoa tai huolenpitoa. Omaishoitaja on terveydeltään ja toimintakyvyltään omaishoidon vaatimuksia vastaava. Omaishoito on muiden sosiaali- ja terveyspalveluiden kanssa hoidettavan kannalta riittävää, hoidettavan koti on annettavalle hoidolle sopiva ja tuen myöntäminen on hoidettavan edun mukaista. (Laki omaishoidontuesta 937/2005).

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (2015) mukaan vuonna 2015 Suomessa oli 44 107 virallista omaishoitajaa. Todellisuudessa omaistaan kotona hoitavien määrä on suurempi. Sosiaali- ja terveysministeriön (2014) Kansallisen omaishoidon kehittämissuunnitelman loppuraportissa on arvioitu, että yli miljoona suomalaista avustaa läheistään säännöllisesti ja omaishoitotilanteita on noin 350 000 kertaa vuodessa.

2.5 Vapaaehtoistoiminnan motiivit ja motivaatio

Motiivien ja motivaation käsitykset ovat vaihdelleet runsaasti historiassa. Motiiveja on lähestytty eri tieteenalojen näkökulmasta, mutta motivaatiotutkimuksista suurin osa on psykologian alalta. Psykologiassa motiivit ovat sisäisiä ja ulkoisia tekijöitä, jotka saavat ihmisissä aikaan toimintaa. Sisäinen motivaatio liittyy henkilön arvoihin ja saa sisäsyntyisesti toimimaan. Ulkoisena motiivina toimii esimerkiksi rahapalkka tai muu ulkoinen kannustus. Motiiveja

tutkittaessa tulisi huomioida myös ympäristön ja yksilön suhde ympäristöönsä. (Yeung 2005, 84–87; Kuuluvainen 2015, 45.)

Yeungin (2005, 88) mukaan sosiaalipalveluja koskevissa motivaatiotutkimuksissa toistuvia teemoja ovat: sosiaalisten kontaktien kaipuu, sosiaalipalveluihin kohdistuva kiinnostus, emotionaaliset tarpeet ja motivaatioon sisältyvä altruismi - auttamisenhalu.

Altruismi on tekoja ja kollektiivista toimintaa, jossa ei odoteta ulkoista palkkiota. Sisäinen palkkio voi olla oman hyvän olon lisääntyminen tai itsetunnon kohotus. Perimmäisenä tarkoituksena on toisen hyväksi tapahtuva pyyteetön toiminta. Altruismi voi myös olla näennäistä. (Pessi & Oravasaari 2011, 72.)

Motiivit ovat muuttuvia ja kullakin yksilöllä on erilainen kirjo motiiveja, nämä tulisi muistaa työskentelyssä vapaaehtoisten kanssa.

3 TARKOITUS JA TAVOITTEET

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää vapaaehtois- ja vertaistoimijoiden mielipiteitä POLLIn vapaaehtoistoinnista sekä pyrkiä kehittämään POLLIn vapaaehtoistointia. Yhteistyökumppanin toiveena oli myös löytää mahdollinen yhteinen nimittäjä sille, miksi vapaaehtoistyöntekijät olivat valinneet omaishoidon vapaaehtoistyön kohteeksi. Ajatuksena oli, että löytämällä yhteinen nimittäjä, voidaan myös vapaaehtoisten rekrytoinnissa kiinnittää tähän huomioita.

Tavoitteena oli kyselylomakkeen lähettäminen vapaaehtois- ja vertaistoimijoille joulukuussa 2016. Vastausten analysoinnin ja opinnäytetyön kirjoittamisen oli tarkoitus tapahtua keväällä 2017. Valmiin opinnäytetyön oli tarkoitus valmistua toukokuussa 2017.

Tutkimuskysymykset tässä työssä ovat:

1. Miksi vapaaehtoistyöntekijät valitsivat omaishoidon vapaaehtoistyön kohteeksi?
2. Miten jo olemassa oleva toiminta lloa arkeen -hankkeessa lisää tai laskee vapaaehtoisten motivaatiota osallistua vapaaehtoistointaan?

4 AINEISTON KERUU JA ANALYYSI

4.1 Aineiston keruu

Tutkimuksen kohderyhmä on vapaaehtoistyöntekijät Iloa arkeen -hankkeessa. Hankkeessa on tällä hetkellä noin 50 vapaaehtois- ja vertaistoimijaa. Yhteistyötahon toiveesta tutkimus toteutettiin kyselytutkimuksena.

Kyselytutkimuksessa esitetään kysymykset vastaajalle lomakkeella. Kyselylomake toimii mittausvälineenä, jota voidaan soveltaa yhteiskunta- ja käyttäytymistieteellisestä tutkimuksesta mielipide- ja palautemittauksiin. Voimme törmätä kyselylomakkeisiin erilaisissa yhteyksissä, kaikkia kyselyitä ei kuitenkaan voida pitää tutkimuksena. Kyselytutkimus voi olla postitse toimitettava kyselylomake tai aineistonkeruu voi tapahtua myös tutkijan ollessa paikalla. Kyselyn muoto riippuu käyttötarkoituksesta. Kyselytutkimus on tilastollisin menetelmin tapahtuvaa määrällistä tutkimusta. (Vehkalahti 2008, 11, Valli 2010, 103.)

Pohdittaessa kyselylomakkeen toteuttamista ja toimittamista vastaajille, oli yhteistyötahon toiveena sähköinen Webropol-kysely. Osa vapaaehtoisista ei omista tai käytä tietokonetta, minkä vuoksi heille kysely lähetettiin postitse. POLLI vastasi kyselystä aiheutuvista kustannuksista. Kysymykset laadittiin hyvässä yhteistyössä Iloa Arkeen -hankkeen projektivastaavan kanssa. Hänellä oli selkeä näkemys, siitä millaista tietoa kyselyllä halutaan saada.

Kysymysten tekemisessä on syytä olla huolellinen, sillä ne ovat perusta tutkimuksen onnistumiselle. Eniten virheitä tutkimustuloksiin aiheuttavat kysymysten sanamuodot. Niiden tulee olla yksiselitteisiä ja niitä lähdetään rakentamaan tavoitteiden ja tutkimuskysymysten mukaan. (Valli 2010, 103–104.) Aloitin kysymysten ja tutkimuslomakkeen rakenteen suunnittelun marraskuussa 2016. Kyselyssä oli sekä suljettuja, sekamuotoisia että avoimia kysymyksiä. Strukturoitujen suljettujen kysymysten tarkoituksena oli rajata

vastausvaihtoehtoja yhteistyötahoa kiinnostaviin aiheisiin. Avoimilla kysymyksillä pyrittiin antamaan mahdollisuus kehittämisehdotuksiin ja henkilökohtaisiin mielipiteisiin; sekamuotoisilla kysymyksillä pyrittiin tarjoamaan jokaiselle vastaajalle vaihtoehto.

Suljetut eli strukturoidut kysymykset antavat vastaajalle valmiit vaihtoehdot. Strukturoituihin kysymyksiin vastaaminen on nopeaa, eikä vastaaminen ole vastaajalle liian työlästä. Kysymyksistä ympäröidään tai rastitaan itselle sopiva vastausvaihtoehto. Dikotomisessa kysymyksessä vastausvaihtoehtoja on vain kaksi. Useamman vastausvaihtoehdon kysymystä kutsutaan monivalintakysymykseksi. Riskinä on harkitsematon vastaaminen tai oikean vaihtoehdon puuttuminen. Strukturoiduissa kysymyksissä tulisi olla sopiva vaihtoehto jokaiselle vastaajalle. (Heikkilä 2014, 49–50.)

Sekamuotoisissa eli puolistrukturoiduissa kysymyksissä on sekä suljettuja että avoimia kysymyksiä. Avoin kysymys on hyvä lisätä, jos on epävarma, löytyykö kaikille vastaajille sopivaa vastausvaihtoehtoa. Avoimissa kysymyksissä ei vastaajille anneta valmiita vastausvaihtoehtoja. Näin voidaan saada myös tutkimukselle olennaista tietoa, jota muuten ei olisi saatu. Kysymys voidaan jättää avoimeksi, kun vastausvaihtoehtoja on liian paljon tai niitä ei voida tai haluta luetella. Avoimien kysymysten laatiminen on helppoa, mutta käsittely saattaa olla työläämpää kuin strukturoiduissa vastauksissa. (Heikkilä 2014, 47–50, Vehkalahti 2008, 24–25.)

Kyselylomakkeessa jaottelin kysymykset neljään eri osa-alueeseen ja teemaan. Ensimmäiseen osa-alueeseen sisältyivät vastaajien taustatiedot, johon kuuluivat kysymykset vastaajan ikäryhmästä, sukupuolesta, asuinkunnasta ja yhteiskunnallisesta asemasta. Ikäryhmät eivät ole jaoteltu tasaisesti, vaan yhteistyötahon pyynnöstä STEA:n raportointimallin mukaisesti. Ikäryhmillä ei tässä tutkimuksessa ole varsinaisesti merkitystä. Halusimme myös tietoa myös vapaaehtoistoiminnan aloittamisvuodesta, toimiiko vastaaja omaishoitajana tai onko hän toiminut aiemmin, vapaaehtoistyön kohteen valinnasta ja mistä vastaaja on alun perin saanut tiedon POLLlsta. Taustatiedot ovat selittäviä muuttujia, joita vasten tutkittavaa ominaisuutta tarkastellaan (Valli 2010, 104).

Toisessa osa-alueessa on kartoitettu POLLIn vapaaehtoistyömuotoja. Matriisiin asteikossa on lueteltu kaikki tämän hetken toiminnassa olevat vapaaehtoistyömuodot, joita on kaksitoista eri vaihtoehtoa. Arvoja asteikossa on yhdeksän. Matriisilla pyrittiin mittaamaan vapaaehtoisten osallistumista x kertaa kuukaudessa eri vapaaehtoistyön muotoihin, vapaaehtoisten osallistumisesta virkistysretkiin ja tapahtumiin. Vertais- ja vapaaehtoisten tapaamisiin on myös tässä osa-alueessa oma kysymyksensä. Tällä pyrittiin selvittämään, onko näihin toimintoihin osallistuttu ja onko niihin halukkuutta osallistua.

Kolmannen osa-alueen otsikkona on vapaaehtoistoiminnan koulutus ja tuki. Iloa arkeen -hanke järjestää koulutusta vapaaehtoistoimijoille ja tämän osa-alueen tavoitteena oli kartoittaa vastaajien osallistumista vapaaehtoistyön koulutuksiin POLLissa tai muualla. Vapaaehtoisten tapaamiset ovat olennainen osa vapaaehtoistoimijoiden tukea ja koulutusta. Kyselyllä haluttiin selvittää, miksi vapaaehtoiset osallistuvat tapaamisiin tai miksi eivät? Jokaisesta vapaaehtoisten tapaamisesta on tehty muistio, joka on lähetetty vapaaehtoisille, joko sähköisesti tai postitse. Muistion lukeminen oli yksi kiinnostuksen kohde. Saavuttaako muistio kaikki vapaaehtoiset ja luetaanko sitä. Vastausten perusteella voitaisiin miettiä näihin liittyviä kehitystarpeita. Tässä osa-alueessa haluttiin selvittää myös vastaajien tarvetta ja halukkuutta työnohjaukseen. Vastaajille annettiin avoimilla kysymyksillä mahdollisuus kertoa, millaista sisältöä he haluaisivat työnohjaukseen ja kuinka usein työnohjausta tulisi järjestää. Viimeinen kysymys oli avoin kysymys: millaista tukea vastaaja haluaisi saada työskentelylleen vapaaehtoisena? Kysymyksellä kartoitettiin vapaaehtoisten toiveita siitä, millaista tukea POLLI voisi antaa parhaimmillaan sekä mitkä asiat estävät tuen toteutumisen.

Viimeinen eli neljäs osa-alue kyselyssä on otsikoitu ”Sinä aikana, kun olet toiminut POLLissa vapaaehtoisena”. Kyselylomakkeen viimeisillä kysymyksillä haluttiin selvittää vapaaehtoisten kokemuksia tehdystä työstä ja toiminnasta avointen kysymysten kautta. Mikä on koettu antoisaksi ja mikä vielä vaatisi kehitystä. Keskeisenä tutkimuskysymyksenä vapaaehtoisilta kysyttiin, mikä lisää

tai laskee motivaatiota osallistua vapaaehtoistoimintaan sekä vapaata tilaa palautteelle toiminnasta.

Kyselylomakkeen loppuun lisättiin yhteistyötahon pyynnöstä kysymys: miltä yhteistyökumppaneiden toiminta näyttää vapaaehtoistyöntekijöiden silmin? Kysymyksen tarkoitus oli kerätä tietoa hankkeen tuloksellisuus- ja vaikuttavuusarviointiin, ei tähän tutkimukseen. Loppuun lisättiin kohta yhteystiedoille, mikäli vastaaja haluaa, että POLLIn työntekijä on häneen yhteydessä. Yhteystietojen jättäminen oli vapaaehtoista, eikä niitä käytetä tässä opinnäytetyössä.

Huolellisesti tehty kyselylomake on hyödyllistä antaa kohdejoukon edustajille testattavaksi, jotta voidaan testata lomakkeen selkeyden ja sisällöllisen toimivuuden. Tämä mahdollistaa lomakkeen korjaamisen vielä ennen lähetystä. (Heikkilä 2014, 58.) Ennen lomakkeen lähettämistä testasin kyselyä yhdellä vapaaehtoistyöntekijällä. Tarkoituksena oli testata lomaketta useammallakin henkilöllä, mutta se ei aikataulullisten haasteiden takia ollut mahdollista. Yhteistyökumppani esitti myös korjausehdotuksia ja huomioita kyselylomakkeesta ennen kuin kysely lähetettiin. (Liite 1)

Kysely lähetettiin 5.1.2017. Sähköpostilla kyselyitä lähetettiin 40 kappaletta ja 13 kappaletta lähetettiin postitse, yhteensä 53. Aikaisemmasta suunnitelmasta poiketen, kyselyä ei toteutettu joulukuussa 2016, koska oletuksena oli alhainen vastausprosentti joulun ja uuden vuoden välisenä ajankohtana.

4.2 Aineiston analyysi

Aineiston analyysissä käytin sekä määrällisiä, että laadullisia tutkimusmenetelmiä. Aineiston analyysin aloitin käymällä läpi aineiston, sekä siirtämällä paperilla tulleet vastaukset (6 kappaletta) Webropoliin, josta oli mahdollista analysoida aineistoa Microsoft Excelin avulla. Pyrin kuvaamaan aineistoa prosentiosuuksien ja frekvenssien kautta. Avoimien kysymysten

analysoimiseen sovelsin sisällönanalyysiä, jossa pelkistämällä ja ryhmittelemällä vastaukset teemoittain sekä yhdistämällä havaintoja tein tulkintoja vastauksista.

Lähetetyistä 53 kyselystä vastauksia tuli yhteensä 20. 14 sähköpostitse ja 6 postitse. Kyselyn vastausprosentti jäi alle puoleen sen ollessa 38,5 prosenttia. Heikkilän (2014, 63–64) mukaan vastausprosenttiin vaikuttavat muun muassa kohderyhmä, tutkimuksen aihe, kyselylomakkeen ulkoasu ja kysymysten määrä. Se, kuinka tärkeänä kyselyn vastaajat pitävät kyselyä, vaikuttaa oleellisesti palautusprosenttiin.

Vastaajista 3 oli miehiä ja 17 naisia. Vastaajista yhdeksän edusti ikäryhmää 30–62 vuotta, vastaajista kymmenen oli ikäryhmässä 63–79 vuotta ja yksi vastaaja 80 vuotta tai yli. Asuinkunnakseen 16 vastaajista ilmoitti Helsingin ja 4 Vantaan. Eläkeläisiä vastaajista oli 9, työssäkäyviä 6, opiskelijoita 3, työttömiä 1 ja 1 jotain muuta. Vastaajat ovat tulleet vapaaehtoisiksi tasaisesti eri vuosina 2006–2016.

Tutkimuskysymyksiä vastaavat kysymykset:

Miksi vapaaehtoistyöntekijät valitsivat omaishoidon vapaaehtoistyön kohteeksi? Kyselylomakkeen kysymykset 6,7,8. (ks. Liite 2)

Miten jo olemassa oleva toiminta lisää/laskee vapaaehtoisten motivaatiota osallistua vapaaehtoistoimintaan? Kyselylomakkeen kysymykset 11, 12, 14, 17 ja 18. (ks. Liite 2)

5 TULOKSET

5.1 Vapaaehtoistyön kohteen valinta ja omaishoitotilanteen vaikutus

Vastaajista 25 % (n=5) toimii tällä hetkellä omaishoitajana. Vastaajista 30 % (n=6) vastasi toimineensa aiemmin omaishoitajana. Henkilöt jotka toimivat tällä hetkellä tai ovat aiemmin toimineet omaishoitajana, vastasivat 100% (n=11) omaishoitotilanteen vaikuttaneen valintaan aloittaa vapaaehtoistyö POLLissa. (ks. Liite 2 Kaavio 1)

Vastaajat, joilla ei ole ollut omaishoitotilannetta 45 % (n=9), ovat tulleet toimintaan mukaan erilaisia reittejä esimerkiksi lehti-ilmoituksen innoittamana, ystävä/tuttava on kertonut POLLista tai messuilla on tutustunut POLLin toimintaan. Usein on ollut jo halu tehdä vapaaehtoistyötä ja POLLin on tutustuttu siinä kohtaa sattumalta. (ks. Liite 2 Kaavio 3.)

5.2 Toimintamuodot, tuki ja motivaatio

Kyselyyn vastanneiden joukosta oli osallistuttu kaikkiin eri vapaaehtoistyön muotoihin. Vastaajista 20%(n=5) ei ollut osallistunut mihinkään vapaaehtoistyön toimintamuotoon. Yhteen toimintamuotoon oli osallistunut 10%(n=2). Kahteen eri toimintamuotoon oli osallistunut 20% (n=5). Kolmeen eri toimintamuotoon oli osallistunut 20%(n=5). Neljään eri toimintamuotoon oli osallistunut 15% (n=3) ja viiteen 10% (n=2) vastaajista. Vastaajat jotka eivät olleet osallistuneet mihinkään toimintamuotoon eivät toimineet omaishoitajina. Yksi vastaajista ilmoitti, ettei toimi vapaaehtoisena, mutta on käynyt vapaaehtoistyön kurssin POLLissa aiemmin.

Vapaaehtoisten tapaamisiin oli vastaajista osallistunut 65% (n=13). Vapaaehtoisten virkistykseen oli vastaajista osallistunut 35% (n=12). Vertaisryhmiin osallistuneita oli vastaajista 15% (n=3). Halukkuutensa osallistua

vapaaehtoisten virkistykseen ilmoitti 15% (n=3) sekä vertaisryhmään 15 % (n=3) (ks. Liite 2 Kaavio 4.)

Vapaaehtoistyön kurssille POLLissa on osallistunut 45% (n=9) vastaajista. Muualla kuin POLLissa järjestetyille kurssille on osallistunut 20% (n=4). Vastaajista 35% (n=7) ei ollut osallistunut vapaaehtoistyön kurssille. (ks. Liite 2 Kaavio 5.) Vapaaehtoisista 95% (n=19) lukee mielellään vapaaehtoisten tapaamisista kirjoitettua muistiota. (ks. Liite2 Kaavio 6.)

Kysymykseen numero 17. (ks. Liite 1.) vapaaehtoisille tarjottavasta tuesta, kolmetoista vastaajista oli vastannut ja seitsemän oli jättänyt vastaamatta. Kohta seitsemäntoista, oli moniosainen ja siihen sisältyi kolme kysymystä. Osa vastaajista oli vastannut lyhyesti vain yhteen kysymykseen.

Teemoiksi valitsin; Nykyinen tuki, uusi tuki ja tuen toteutumista estävät asiat, josta edelleen jatkoin tiivistämistä. Viiden vastaajan vastauksen ryhmittyi selkeästi nykyisen tuen alle. Yhden vastaajan vastauksessa oli vastaukset sekä nykyisen tuen, että uuden tuen alle. Yhden vastaajan vastaus ryhmittyi sekä nykyisen tuen alle, että tuen toteutumista estävien asioiden alle. Kolmen vastaajan vastaukset poistin, koska niitä ei voinut käsitellä. Näistä kaksi kertoivat, etteivät osanneet vastata kysymykseen ja kolmannen vastauksen tulkitin väärin ymmärretyksi kysymykseksi. (ks. Liite 2 Kaavio 7.)

Neljätoista vastaajaa (N=20) vastasi motivaatiota koskevaan kysymykseen numero 18 (ks. Liite 1), vastaajista kahdeksan ei vastannut tähän kysymykseen. Tämä oli moniosainen kysymys, jonka tarkoituksena oli saada selville mikä on vastaajien mielestä ollut antoisinta vapaaehtoistyössä. Mikä vaatii kehitystä ja mikä lisää tai laskee motivaatiota osallistua vapaaehtoistoimintaan. Kohtaan 18. oli mahdollista vastata kolmeen eri kysymykseen. (ks. Liite 2 Kaaviot 8, 9.)

Kyselyn mukaan motivaatiota lisääviä tekijöitä vapaaehtoisten mielestä olivat työstä saatu palaute, kiitos ja kannustus, vapaaehtoisten tapaamiset, virkistyspäivät, oma voimaantuminen toiminnan kautta/vertaistuki, koulutukset ja

henkilökunta. (ks. Liite 2 Kaavio 9.) Vapaaehtoisten vastauksia motivaatiota lisäävistä tekijöistä olivat muun muassa:

Olen voimaantunut itsekin vertaisryhmässä ohjaajana olemisesta. (Vastaaaja 2.)

Ilon tuottaminen omaishoitajien arkeen ja heidän jaksamiseen. Saan myös itse ihania ystäviä muista vapaaehtoisista ja POLLIn henkilökunnasta. (Vastaaaja 3.)

Tunne, että voin olla hyödyksi. (Vastaaaja 4.)

Mukava ja neuvova henkilökunta. (Vastaaaja 18.)

Kyllä kokemusasiantuntijan eri tilaisuuksiin osallistuminen on ollut parasta. (Vastaaaja 7.)

Vapaaehtoistoimintaan osallistumisen motivaatiota vähentäviä tekijöitä olivat kyselyyn vastanneiden vapaaehtoisten mielestä: aikapula, voimavarat, oma elämäntilanne ja kustannukset.

Yhteistyötaho halusi selvittää kyselyllä myös vapaaehtoistyöntekijöiden mielipiteitä ja motivaatiota työnohjauksesta (Liite 1, kysymys 15). Tämä kysymys liittyi toiminnan kehittämiseen. Mikäli ulkopuolista työnohjausta järjestettäisiin vastanneista yksitoista osallistuisi työnohjaukseen ja yhdeksän ei. Kysymykseen, miksi et haluaisi osallistua työnohjaukseen, ettei ole tarvetta tai ei ole aikaa. Toisille se oli vieras termi eivätkä he tienneet mitä se sisältää.

Vastaaajilta kysyttiin myös mahdollisen työnohjauksen sisällöstä (Liite 1, kysymys 16). Kysymykseen vastasi 12 (N=20) vastaajaa. Mikäli ulkopuolista työnohjausta järjestettäisiin, sen toivottaisiin olevan muun muassa henkistä vahvuutta korostavaa keskustelua ja tukea, rajojen asettamista toimintaan, haasteellisten tilanteiden läpikäyntiä ja niistä selviytymistä. Kolme vastaajista ei osannut sanoa sisällöstä tai ei tiennyt mitä se tarkoittaa. Kahdeksan ei ollut vastannut kysymykseen mitään. Kysymykseen, kuinka usein työnohjausta tulisi järjestää, vastattiin kerran kuukaudessa (n=2), 1–2 kertaa vuodessa (n=3), 3–4 kertaa vuodessa (n=1) ja tarvittaessa (n=1). Vastaaajista viisi (N=12) ei vastannut kysymykseen, kuinka usein työnohjausta tulisi järjestää.

Kysyimme, miten yhteistyökumppanit näyttäytyvät vapaaehtoistyöntekijöiden silmin. Yhteistyökumppaneita on useita ja aina vapaaehtoistyöntekijät eivät tunnista yhteistyökumppaneita. Tällä haluttiin selvittää myös tarvittavan tiedon lisäämistä esimerkiksi vapaaehtoisten yhteisissä tapaamisissa tai koulutuksissa. Vapaaehtoiset mainitsivat yhteistyökumppaneiksi muun muassa: Laurea-ammattikorkeakoulu, HUS virtuaalisairaala, kunnat, sosiaalitoimi ja Metropolia-ammattikorkeakoulu.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Vapaaehtoistyöntekijöiden omaishoidon valinta vapaaehtoistyön kohteeksi jakautuu kyselyn perusteella niihin, joilla vaikuttava tekijä on ollut henkilökohtainen omaishoitokokemus sekä vapaaehtoiisiin joilla kohde on valikoitunut sattumalta. Kyselyyn vastanneista omaishoitajista jokainen vastasi henkilökohtaisen kokemuksen vaikuttaneen halun valita omaishoito vapaaehtoistyön kohteeksi.

Keskeisimpänä vastauksista oli halu auttaa toisia, joka on useimmissa vapaaehtoistyötä koskevissa tutkimuksissa tullut esille yhtenä vapaaehtoistyön motiivina. Anne Birgitta Yeungin (2005, 110) mukaan halu auttaa ilmenee odotuksena toisen hyvinvoinnin edistämässä ja hyödyllisenä olemisessä.

Ihmisten motiivit vapaaehtoistyöhön osallistumiseen ovat moninaiset ja niistä on olemassa useita erilaisia teorioita. Myös vapaaehtoistyön rekrytoinnin kannalta on tärkeää tiedostaa ihmisten eri motiivit. Yeungin (2005, 83) mukaan motiivi muodostaa vapaaehtoistoiminnan kivijalan. Vapaaehtoiset kokivat toiminnan ja vuorovaikutustilanteissa tulleiden positiivisten kokemusten lisäävän motivaatioita työskennellä vapaaehtoisena. Tunne, että voi olla hyödyksi ja saa samalla itsekin voimavaroja omaan arkeen.

Toisaalta tällä hetkellä omaishoitajina työskentelevät kokevat omaishoitajien tarvitsevan myös enemmän apua kotiin, tämä tuli ilmi myös Alhlgrenin ja Camiquen (2015) tutkimuksesta POLLIn omaishoitajille, kun kartoitettiin omaishoitajien mielipiteitä vapaaehtois- ja vertaistoiminnasta.

Tekemisen ollessa itselle mielekästä, eikä ulkoa pakotettua, motivaatio lähtee ihmisestä sisältä ja hän nauttii tekemisestään. (Martela & Jarenko, 2014) Vapaaehtoistoiminnassa tärkeää on myös oman paikkansa ja toiminnan löytäminen eri vapaaehtoistoiminnoista omien kykyjensä ja aikataulun mukaan. Vapaaehtoisten aktivoinnissa tärkeitä ovatkin erilaiset osallistumisen muodot,

myös vastuunoton lisääminen on yksi keino aktivoida. Vastuun tulee kuitenkin olla kohtuullinen, eikä sen tulisi rasittaa vapaaehtoista liikaa.

Tärkeäksi koettiin vapaaehtoisten yhteiset tapaamiset, niissä aikataulullisesti tapaamiskerrat koettiin myös pääsääntöisesti sopivaksi. Vapaaehtoisten tapaamisista saatu muistio koettiin myös tärkeäksi etenkin niiden osalta, jotka eivät paikalle olleet päässeet. Vaikka toimintaan osallistuminen olisi hyvinkin vähäistä ja pitkällä aikavälillä, tarjoaa vapaaehtoistoiminta sosiaalisen verkoston, jossa voi kokea yhteen kuuluvuutta (Yeung 2005, 122). Tätä yhteenkuuluvuuden tunnetta myös Ari Marjovuori (2014) on kuvannut väitöskirjassaan sekä Marc A. Music ja John Wilson (2008) teoksessaan *Volunteers a social profile*.

Virkistystoiminta nähdään tarpeellisena ja voimaannuttavana, joskin ongelmalliseksi koetaan henkilökohtainen ajanpuute virkistystoimintaan osallistumiseksi. Henkilökohtainen ajanpuute nähtiin myös haasteellisena toimintaan osallistumisen kannalta, vaikka usein itse toiminta nähtiin mielenkiintoisena ja kannattavana.

Kannustimet kuten retket, virkistykset, juhlat ja lahjat toimivat ulkoisina motivaatiotekijöinä. Niillä on oma paikkansa ja sitouttavat myös vapaaehtoistyöhön. Vapaaehtoistoiminnan perusta on kuitenkin ennen kaikkea sisäinen motivaatio, kiinnostus hakeutua sisäisesti motivoivaa tekemistä kohti. Nämä tulisi ottaa huomioon myös suunniteltaessa vapaaehtoistyön johtamista. (Kuuluvainen 2015, 45–46.)

Vastaajilta ei tullut suoranaisia kehittämissuhteita vapaaehtoistoiminnan parantamiseksi. Vapaaehtoiset kokevat pääsääntöisesti POLLI:n työntekijöiden olevan ammattitaitoisia, ja ymmärtävän omaishoitajien tarpeet sekä omaishoitotyön vaativuuden. Vapaaehtoistyöhön saadaan riittävästi tukea ja ohjausta työntekijöiltä. Apua uskalletaan kysyä ja sitä myös saadaan. Vapaaehtoistyön koetaan olevan omaishoitajaa lähellä ja vertaistuen arvokasta.

Vaikka kehittämissuhteita ei kyselyllä vapaaehtois- ja vertaistoimijoilta saatu, oli yhteistyötahon kyselyyn esittämä kysymys työnohjauksesta yksi

kehittämisehdotus, jonka kannatettavuutta haluttiin myös kyselyn yhteydessä kysyä vapaaehtoisilta.

Työnohjaaja Kaisli Syrjäsen (2010) mukaan työnohjauksella on paikkansa vapaaehtoistoiminnassa. Työnohjauksella voidaan tukea, kouluttaa ja pitää yllä innostuneisuutta sekä sitoutumista vapaaehtoistoimintaa kohtaan. Työnohjaus on myös keino ehkäistä vapaaehtoistoimijan uupumusta. Työnohjaus on myös mahdollisuus päästä keskustelemaan kokemiaan asioita arvostavassa ilmapiirissä. Syrjäsen mukaan myös vapaaehtoisuuteen liittyvien omien mielikuvien ja oletuksien purkaminen liittyy olennaisesti vapaaehtoisten jaksamiseen. Työnohjauksessa on myös mahdollisuus keskustella yhteisistä toimintaan liittyvistä rajoista ja ”pelisäännöistä”.

Vapaaehtoisten innostamisessa ja motivoinnissa olisi tärkeää tuoda onnistumisia ja oman toiminnan merkittävyyttä esille. Positiivinen ilmapiiri lisää innostusta ja sitoutumista vapaaehtoistyöhön. Tämän tulisi myös näkyä yhdistyksen viestinnässä ja henkilökunnan toiminnassa. (Kuuluvainen 2015, 78)

Aaro Harjun (2010) tulevaisuuden analysoinnissa vuonna 2020/2025 vapaaehtoistyö ei ole vähentynyt vaan pysynyt samana, sillä vapaaehtoistyöpanos on jo nyt korkea. Vapaaehtoistyötä tarvitaan jatkossakin olennaisena osana suomalaista järjestökulttuuria.

7. POHDINTA

Hyvän tutkimuksen lähtökohtana on luottamuksellisuus. Tutkijan tulee noudattaa aineiston käytössä ja käsittelyssä eettisiä periaatteita. (Mäkinen 2006, 148–149.) Olen pyrkinyt tässä työssä noudattamaan eettisiä periaatteita koko prosessin ajan. Kyselyyn osallistuneille vapaaehtoistyöntekijöille on tiedotettu kyselyn tarkoituksesta ja sen käytöstä opinnäytetyöhön.

Tutkittaville tulee tarjota mahdollisuus säilyttää anonymiteetti (Mäkinen 2006, 114). Vastajilla on ollut mahdollisuus vastata kyselyyn nimettömänä, eikä vastauksia ole käytetty tähän opinnäytetyöhön tunnistettavassa muodossa.

Tulosten luotettavuus ja pätevyys vaihtelevat, vaikka tutkimuksessa virheitä pyritään välttämään. Reliaabelius tarkoittaa mittaustuloksen toistettavuutta. Pätevyys eli validius on tutkimusmenetelmän kykyä mitata oikeita asioita. Esimerkiksi jos vastaaja ymmärtää kyselylomakkeen kysymykset eri tavalla kuin tutkija on ne tarkoittanut. Siitä huolimatta tutkija käsittelee kysymykset alkuperäisen ajatuksensa mukaisesti tuloksia ei voida pitää pätevinä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 231–232.)

Kyselylomakkeen vastauksia lukiessani huomasin, että vastaajat ovat käsittäneet joitakin kysymyksiä eri tavalla kuin ne olen alun perin tarkoittanut. Tällaiset vastaukset ovat kiistatta aiheuttaneet ongelmia tulosten tulkinnassa. On myös mahdollista, että vastaajat ovat vastanneet kysymykseen huolimattomasti. Näistä syistä johtuen olen myös joutunut hylkäämään joidenkin kysymysten kohdalla epäselviä vastauksia. Ei voida myöskään poissulkea mahdollisuutta, että tutkijana olen ymmärtänyt vastaukset eri tavalla, kuin vastaaja on ne tarkoittanut.

Mahdollisia vinoumia tutkimuksen kohderyhmän kohdalla, on pyritty välttämään lähettämällä kysely POLLIn kaikille vapaaehtois- ja vertaistoimijoille, eikä esimerkiksi vain omaishoitajina työskenteleville vapaaehtoisille. Vaikka otos jäi määrällisesti pieneksi, kuvastaa se hyvin POLLIn vapaaehtois- ja

vertaistoimintaa. Toisaalta voidaan pohtia, vastasiko kyselyyn vain aktiivisimmin vapaaehtoisina toimivat henkilöt.

Koska kysely lähetettiin sekä sähköisesti, että paperilla aiheutti se myös ongelmia vastausten saamiseen. Sähköisessä kyselyssä oli mahdollista lukita tärkeät vastaukset, joihin vastaamatta ei vastaaja päässyt eteenpäin. Tämä osoittautui paperisessa kyselylomakkeessa haasteeksi, sillä muutama vastaaja oli jättänyt vastaamatta joihinkin tärkeäksi asetettuihin kysymyksiin.

Kyselylomakkeen validius oli mielestäni kohtalainen. Kyselylomakkeella saatiin kyllä haluttuihin kysymyksiin vastauksia, mutta ei kaikilta vastaajilta. Kyselylomakkeen kysymysten asettelu jäi puutteelliseksi. Myös yhteistyötahon toiveesta lisätyt kysymykset, jotka eivät liittyneet varsinaisiin tutkimuskysymyksiin, heikensivät kyselyä tehden kyselystä myös pidemmän. Kyselyssä oli kaksikymmentä kysymystä, jonka vuoksi osa vastaajista on myös saattanut kokea vastaamisen hankalaksi.

Vastaajien vastaushetkellä vallinnut mielentila tai vastausympäristö on saattanut vaikuttaa vastauksiin. Vastaajat ovat voineet myös merkitä vastaukset epähuomiossa väärin. Tämä heikentää reliabiliteettiä. On mahdollista, että kyselyyn vastanneiden mielipiteet eivät vastaa sitä joukkoa, joka jätti kyselyyn vastaamatta.

Tätä tutkimusta ei tällaisenaan voida yleistää koskemaan vapaaehtoistoimintaa yleisesti, koska tutkimuksessa käytettiin yhden järjestön vapaaehtois- ja vertaistoimijoita, vaikka yhteneviä tekijöitä muihin tutkimuksiin on olemassa.

LÄHTEET

- Ahlgren, Emilia & Camique, Gabriela 2015. ”Saattaisi olla hyväksi, kunhan saan päiväunet nukkua.” Tutkimus Pääkaupunkiseudun omaishoitajat ja läheiset ry:n vapaaehtois- ja vertaistoiminnasta. Opinnäytetyö. Hyvinkää: Laurea Ammattikorkeakoulu.
- Harju, Aaro 2010. Puheenvuoro kansalaisyhteiskunnan tulevaisuudesta. Espoo: Sivistysliitto Kansalaisfoorumi SKAF ry.
- Harju, Ulla-Maija; Niemelä, Pauli; Ripatti, Jaakko; Siivonen, Teuvo & Särkelä, Riitta 2001. Vapaaehtoistoiminta seurakunnissa ja järjestöissä. Helsinki: Edita.
- Heikkilä, Tarja 2014. Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Edita. Henkilötietolaki 523/1999. Viitattu 23.8.2017. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990523?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=henkil%C3%B6tietolaki>
- Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Kalliokoski, Minna 2015. Omaishoidon vapaaehtoinen tukityö Hämeenlinnassa ja Lahdessa – Järjestöt vahvistamassa aktiivista kansalaisuutta. Tampereen yliopisto. Yhteiskunta ja kulttuuritieteiden yksikkö. Sosiaalityön pro gradu -tutkielma.
- Koskiahon, Briitta 2001. Sosiaalipolitiikka ja vapaaehtoistyö. Teoksessa Antti Eskola & Leena Kurki (toim.) Vapaaehtoistyö auttamisena ja oppimisena. Tampere: Vastapaino, 15–40.
- Kuuluvainen, Salla 2015. Vapaaehtoistyön johtaminen. Helsinki: Sivistysliitto Kansalaisfoorumi SKAF ry.
- Laki omaishoidontuesta 937/2005. Viitattu 23.8.2017 <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2005/20050937?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=omaishoito>
- Lehmusvuori, Lotta 2016. ”Sitoutuminen ja motiivit vapaaehtoistyössä” Vertaileva tutkimus Settlementti Naapuri Ry:n organisaatiossa. Tampereen yliopisto. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Pro gradu -tutkielma.

- Liikanen, Laura 2016. Projektivastaava, Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry. Helsinki. Henkilökohtainen tiedonanto 5.11.
- Marjovuori, Ari 2014 Vapaaehtoistyön ytimessä: Järjestömuotoinen vapaaehtoistyö sosiaalisten representaatioiden näkökulmasta. Helsingin yliopisto. Sosiaalitieteiden laitos. Väitöskirja.
- Martela, Frank & Jarenko, Karoliina 2014. Sisäinen motivaatio. Tulevaisuuden työssä tuottavuus ja innostus kohtaavat. Eduskunnan tulevaisuusvaliokunnan julkaisu 3/2014. Viitattu 6.11.2017 https://www.eduskunta.fi/FI/tietoeduskunnasta/julkaisut/Documents/tuvj_3+2014.pdf
- Meriranta, Marjo (toim.) 2010. Omaishoitajan käsikirja. Helsinki: UNIpress.
- Musick, Marc A. & Wilson, John 2008. Volunteers a social profile. Bloomington: Indiana University Press.
- Mäkinen, Olli 2006. Tutkimusetiikan ABC. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Omaishoitajat ja läheiset-liitto 2017. Tiedote 21.3.2017 STT Info. Viitattu 23.8.2017. <https://www.sttinfo.fi/tiedote/kriteerien-yhdenmukaistaminen-ei-saa-heikentaa-omaishoitajien-asemaa?publishe-rid=4112&releaseld=58153383>
- Pessi, Anne Birgitta & Oravasaari, Tomi 2011. Suomalaisen altruismin tyypit. Auttamisen kolme muotokuvaa. Teoksessa Anne Birgitta Pessi & Juho, Saari (toim.) Hyvien ihmisten maa Auttaminen kilpailukyky-yhteiskunnassa. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja A tutkimuksia 31. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu, 71–90.
- Pessi, Anne Birgitta 2014. Myötätunto onnen lähteenä. Teoksessa Lotta Uusitalo-Malmivaara (toim.) *Positiivisen psykologian voima*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry 2015. Sääntöjen määräämä vuosikertomus. Helsinki
- Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry 2016. Esittelymoniste 11.11.2016.
- Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry 2017. POLLI – 20 vuotta esite. Viitattu 4.10.2017. http://www.esitteemme.fi/polli_20v/WebView/

- Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry i.a. Tietoa yhdistyksestä.
Viitattu 23.8.2017. http://www.polli.fi/?page_id=22
- Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2017. Avustuslajit. Viitattu
3.10.2017. <http://www.stea.fi/avustusten-haku/avustuslajit>
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2014. Kansallinen omaishoidon kehittämisohjelma.
Työryhmän loppuraportti. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja
ja muistioita 2014:2. Helsinki.
- Syrjänen, Kaisli 2010. Vapaaehtoisten työhönsäädästä apua toimijoiden
tukemiseen ja innostamiseen. Teoksessa Lari, Karreinen; Maria,
Halonen & Meri, Tennilä. 10 Askelta parempaan
vapaaehtoistoimintaan. Helsinki: Vihreä Sivistysliitto. 121–128.
- Taloustutkimus 2015. Vapaaehtoistyön tekeminen Suomessa. Kansalaisareena
ry, Kirkkohallitus ja HelsinkiMissio.
- Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2015. Tilasto: omaishoidon tuesta sopimuksen
tehneitä vuoden aikana yhteensä, kunnan kustantamat palvelut. Viitattu
23.8.2017. <https://www.sotkanet.fi>
- Tillman, Päivi 2015. Omaishoitajat äänessä – valtakunnallisen
kyselytutkimuksen tuloksia. Kelan tutkimus. Raskas, mutta rakas
työ – omaishoitoseminaari 20.11.2014. PP-esitys. Viitattu
3.10.2017. <https://www.slideshare.net/kelantutkimus/kela-141120omaishoitoseminaaritillman>
- Valli, Raine 2010. Kyselylomaketutkimus. Teoksessa Juhani, Aaltola & Raine,
Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Metodien valinta ja
aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-
kustannus, 103–127.
- Vehkalahti, Kimmo 2008. Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät. Helsinki:
Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Yeung, Anne Birgitta 2005. Tutkimustyökaluja vapaaehtoisuuden
mysteeriiin. Teoksessa Marianne, Nylund & Anne Birgitta, Yeung
(toim.) Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere:
Vastapaino, 83–103.

Yeung, Anne Birgitta 2007. Innoittava vapaaehtoistoiminta - toimintaan sitoutuminen ja sen tukeminen. Teoksessa Aaro, Harju (toim.) Kansalaistoimintaan kätkeyty aarre. Espoo: Sivistysliitto Kansalaisfoorumi SKAF ry.

LIITE 1 KYSELYLOMAKE

*Vapaaehtoisten kysely vuodesta 2016***Taustatiedot**

1. Mihin ikäryhmään kuulut? *

- 18-29 30-62 63-79 80 tai yli

2. Kumpaa sukupuolta edustat? *

- Nainen Mies

3. Asuinkuntasi? *

- Helsinki Vantaa Joku muu, mikä?

4. Oletko tällä hetkellä, *

- Työssäkäyvä? Työtön? Eläkkeellä? Opiskelija? Jotain muuta?

5. Minä vuonna olet aloittanut vapaaehtoistoiminnan POLLI:ssa?

6. Toimitko tai oletko toiminut omaishoitajana? *

- Kyllä, toimin tällä hetkellä omaishoitajana. Kyllä, olen toiminut omaishoitajana, en toimi tällä hetkellä. En. Siirry kohtaan 8.

7. Vaikuttiko toimiminen omaishoitajana valintaasi aloittaa vapaaehtoistyö POLLI:ssa?

- Kyllä Ei

8. Miksi valitsit POLLI:n vapaaehtoistyön kohteeksi?

9. Mistä olet alun perin saanut tiedon POLLI:sta? *

- Lehti-ilmoitus
 Internet
 Messut
 POLLI:n vapaaehtoinen kertoi
 Joku muu, mikä?

POLLI:n vapaaehtoistyömuodot

10. Mihin seuraavista toiminnoista olet osallistunut? Kuinka usein kuukaudessa? Haluaisitko osallistua johonkin, mihin et vielä ole osallistunut? *

	En yhtään kertaa, mutta haluaisin osallistua	En yhtään kertaa	Harvemmin kuin kerran kuukaudessa	1	2	3	4	5	useammin kuin viisi kertaa kuukaudessa
Pollipukuliija	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Keittopäivä Helsinki	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sopan keittäjä Helsinki	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Soppa-avustaja Helsinki	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Keittopäivä Vantaa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sopan keittäjä Vantaa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Soppa-avustaja Vantaa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Puhelin langat laulaa-soittaja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ystävä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vertaisohjaaja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vertaistukihenkilö	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
POLLI:n kouluttama kokemusasiantuntija	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

11. Oletko osallistunut? *

En En, mutta haluaisin osallistua. Kyllä

- Vapaaehtoisten virkistykseen.
- Vertaisryhmään.
- Vapaaehtoisten tapaamisiin.

Vapaaehtoistoiminnan koulutus ja tuki

12. Oletko osallistunut vapaaehtoistyön kurssille? *

POLLI:ssa?

Jossain muualla, missä?

En ole osallistunut

13. Oletko osallistunut vapaaehtoisten tapaamisiin? *

Kyllä

En. Miksi?

14. Oletko saanut muistiota vapaaehtoisten tapaamisista?

Vapaaehtoisten tapaamisista kirjoitetaan aina muistio. Muistio lähetetään kaikille vapaaehtoisille (sähköisesti tai paperilla).

Kyllä. Luen myös muistion mielelläni.

Kyllä muistio on tullut minulle, mutta en lue sitä.

En ole saanut muistioita.

15. Jos järjestettäisiin vapaaehtoisten työnohjausta, osallistuisitko? *

Kyllä

En, miksi et osallistuisi?

16. Kuinka usein työnohjausta tulisi järjestää, ja minkälaista sisältöä työnohjauksen tulisi mielestäsi sisältää?

17. Millaista tukea haluaisit saada työskentelyllesi vapaaehtoisena? Millaista POLLI:n antama tuki voisi/pitäisi olla parhaimmillaan? Mitkä asiat mahdollisesti estävät tuen toteutumisen?

Sinä aikana kun olet toiminut POLLI:ssa vapaaehtoisena

18. Minkä olet kokenut antoisimmaksi? Mikä vaatii eniten kehitystä? Mikä lisää/laskee motivaatiotasi osallistua vapaaehtoistoimintaan?

19. Vielä kysymys POLLI:n yhteistyökumppaneista. Miltä yhteistyökumppaneiden toiminta näyttää vapaaehtoisen silmin? (Muut järjestöt, oppilaitokset, kunnat jne) Onko sinulla kehittämissuhteita yhteistyöhön muiden tahojen kanssa?

20. Kiitos arvokkaista vastauksistasi toimintamme arviointiin ja kehittämiseen liittyen. Tähän loppuun sinulla on vielä mahdollisuus antaa ruusuja, risuja tai vaikkapa kehittämissuhteita.

21. Mikäli haluat, että sinuun otetaan yhteyttä, voit jättää tähän yhteystietosi.

Etunimi _____

Sukunimi _____

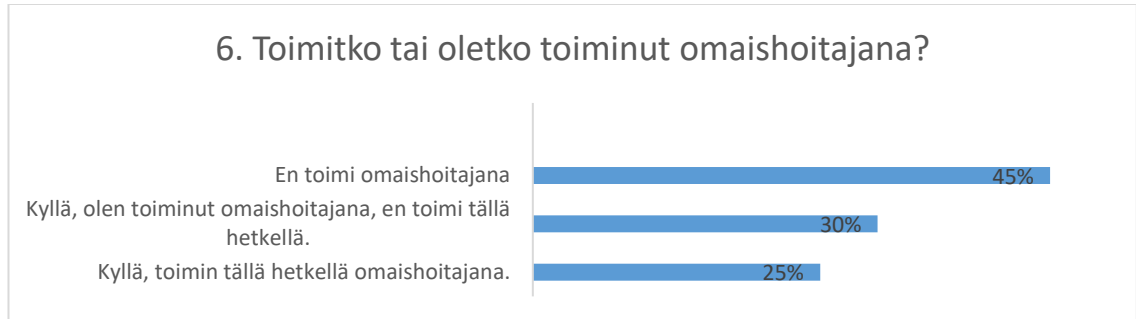
Sähköposti _____

Puhelin _____

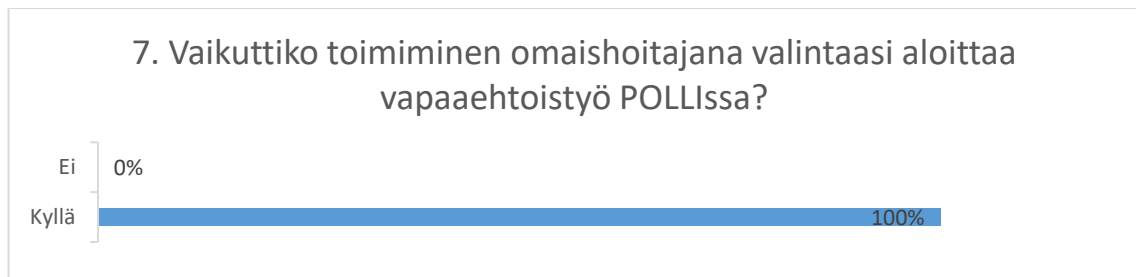


LIITE 2 TUTKIMUSKYSYMYKSIÄ VASTAAVAT KYSYMYKSET

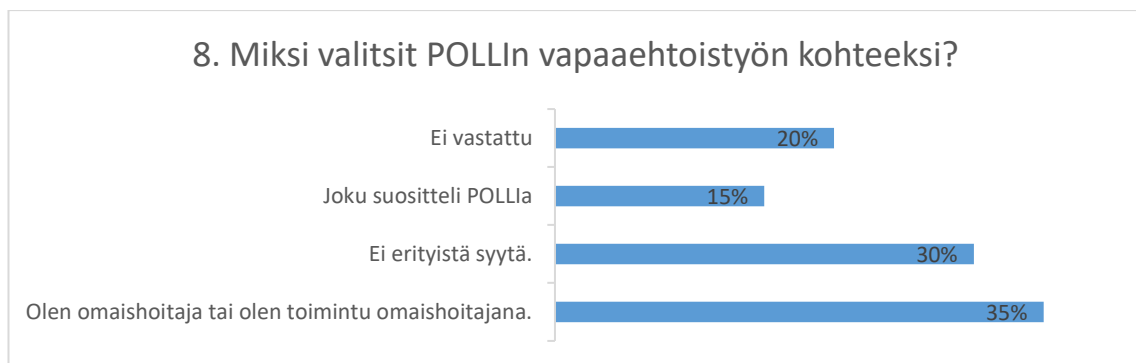
Tutkimuskysymys 1.



Kaavio 1. Omaishoitajana toimiminen.

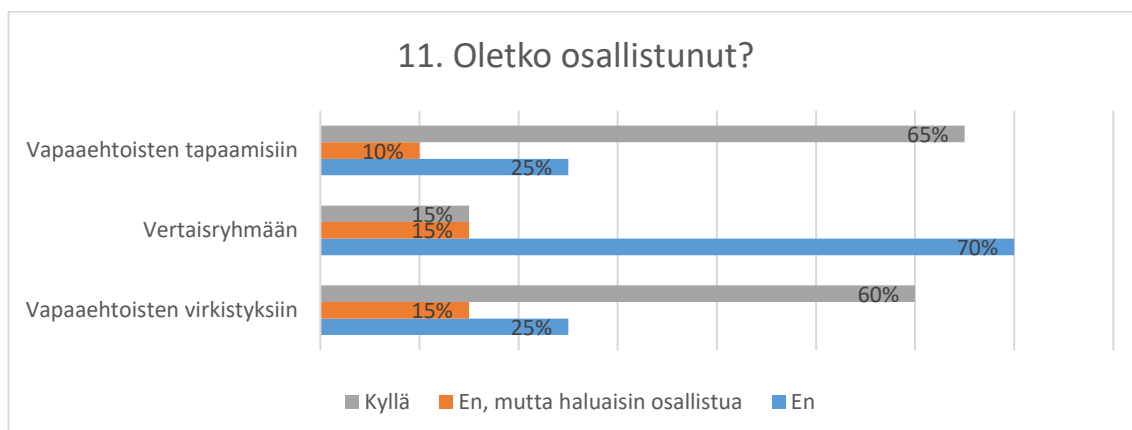


Kaavio 2. Omaishoitajana toimimisen vaikutus, omaishoitajana toimivat henkilöt (n=5) ja omaishoitajana aiemmin toimineet (n=6) N=11.

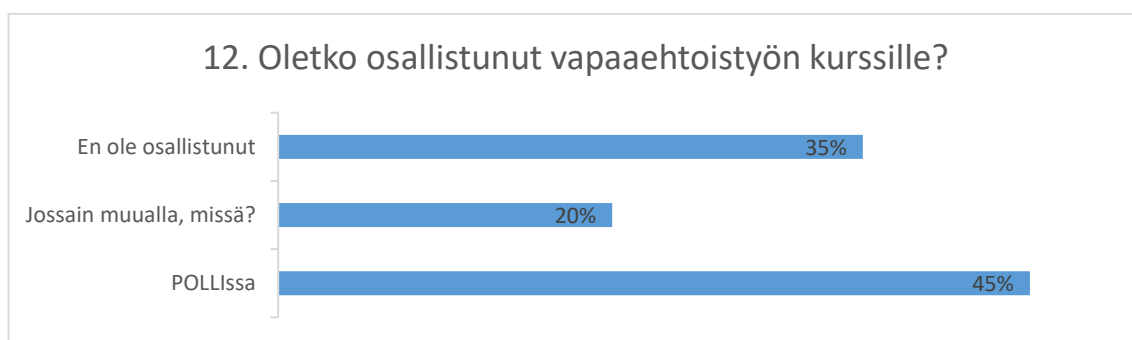


Kaavio 3. Vapaaehtoistyön kohteen valinta.

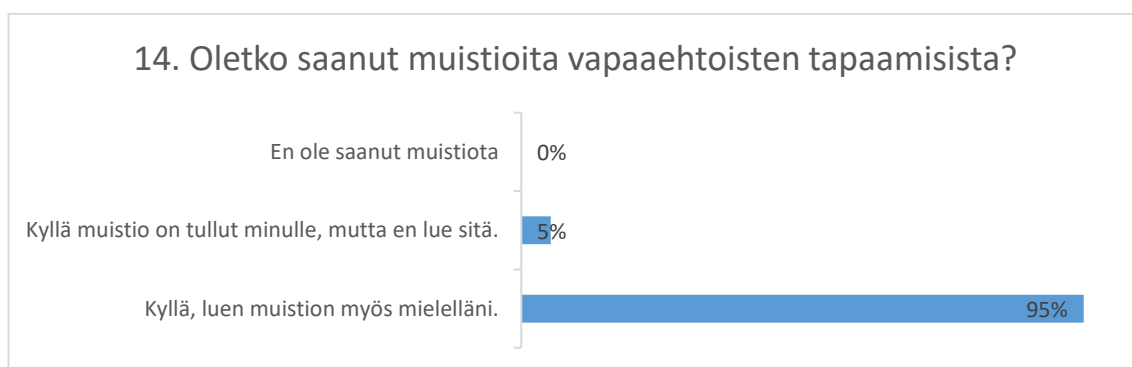
Tutkimuskysymys 2.



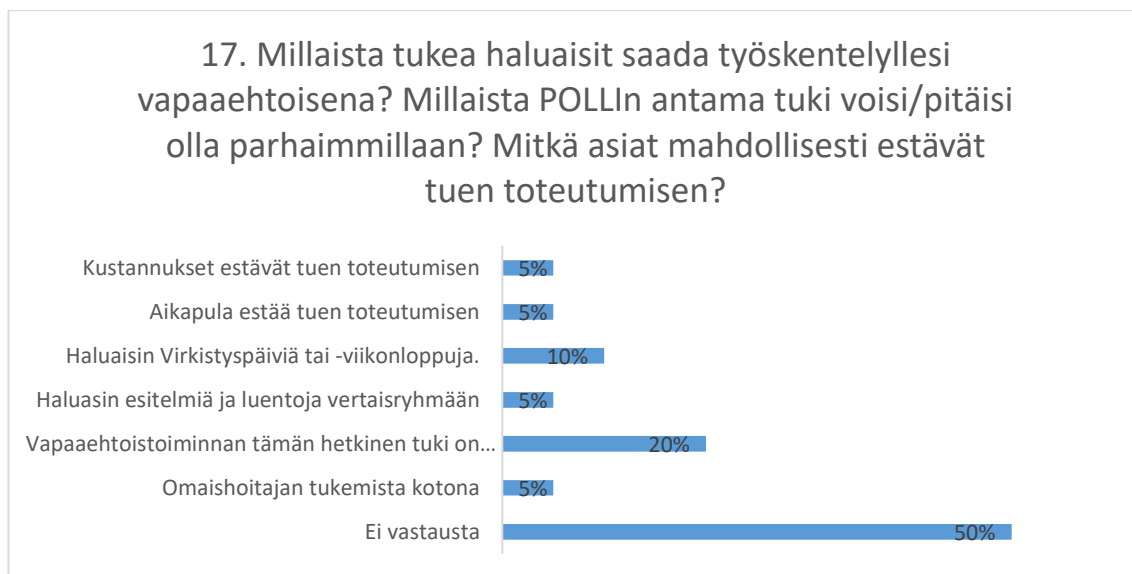
Kaavio 4. Osallistuminen vapaaehtoisten tapaamisiin, vertaisryhmään ja vapaaehtoisten virkistyksiin.



Kaavio 5. Osallistuminen vapaaehtoistyön kurssille.



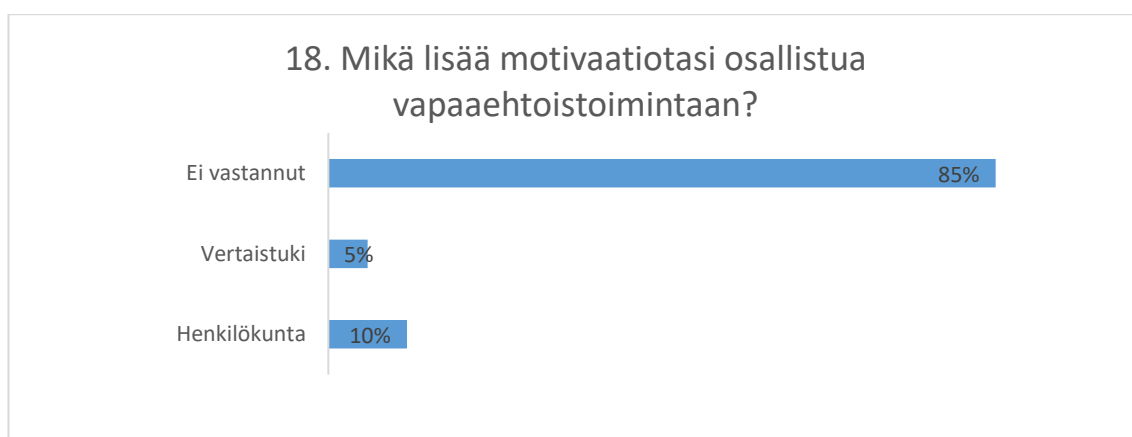
Kaavio 6. Vapaaehtoisten tapaamisista lähetettävän muistion lukeminen.



Kaavio 7. Tuki, mahdollisuudet ja esteet.



Kaavio 8. Koettu antoisimmaksi



Kaavio 9. Mikä lisää motivaatiota