

# SEURAKUNNAN VAPAAEHTOISTEN MOTIIVIT JA VAPAAEHTOISTOIMINNAN MIELEKKYYS JA TUKEMINEN

- Tapaustutkimus omaishoitoperheitä  
tukevista vapaaehtoisista



Hedman, Sini

Laurea ammattikorkeakoulu  
Tikkurila

Seurakunnan vapaaehtoisten motiivit sekä vapaaehtoistoiminnan mielekkyys ja tukeminen  
Tapaustutkimus omaishoitoperheitä tukevista vapaaehtoisista

Sini Hedman  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Opinnäytetyö  
22.12.2010

Sini Hedman

**Seurakunnan vapaaehtoisten motiivit sekä vapaaehtoistoiminnan mielekkyys ja tukeminen - tapaustutkimus omaishoitoperheitä tukevista vapaaehtoisista**

Vuosi

2010

Sivumäärä

103 +11

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa iäkkäitä omaishoitoperheitä tukevien vapaaehtoisten sitoutumiseen vaikuttavia tekijöitä. Sitoutumista tarkasteltiin motivaation, toiminnan mielekkyyden ja tuentatarpeiden kautta. Tutkimus limittyi osaksi Muutosvoimaa vanhustyön osaamiseen hankkeeseen, jonka osahanke oli ”Omaishoito kehitty”. Omaishoitajien tuurauksia pilotoitiin Pohjois-Vantaalla yhteistyössä seurakunnan, Vantaan kaupungin ja vapaaehtoisten kanssa. Syksyllä 2009 alkaneen pilotin ideana on ollut tarjota virkistys- ja asiointivapaita iäkkäille omaishoitajille vapaaehtoisten avulla. Opinnäytetyöni tavoitteena oli hahmottaa, mitkä lähtökohdat ja puitteet tukevat vapaaehtoisten osallisuutta ja sitoutumista pilotissa.

Opinnäytetyö toteutettiin tapaustutkimuksena ja sitä lähestyttiin etnografisella otteella. Aineisto koottiin puolistrukturoidun teemahaastattelun avulla. Haastatteluihin osallistui kahdeksan vapaaehtoista. Kuusi yksilöhaastattelua ja yksi parihaastattelu toteutettiin maaliskuuhuhtikuussa 2010. Pilottia avattiin myös muistioiden ja havaintojen pohjalta. Niitä kirjattiin vapaaehtoistoiminnassa mukana olevien toimijoiden yhteisissä tapaamisissa marraskuun 2009 ja syyskuun 2010 välillä. Tuloksia analysoitiin teemoittelun ja sisällönerittelyn avulla.

Tulosten mukaan vapaaehtoisten pilottiin osallistumishalukkuutta vahvistavat aikaisemmat kokemukset vapaaehtoistyöstä, seurakunnasta, auttamisesta ja omaishoitajuudesta. Myös muut elämänhistoriaan liittyvät keskeiset asiat sekä nykyinen elämäntilanne vaikuttavat vapaaehtoisten motivaatioon. Vapaaehtoisilta löytyy paljon yhteneviä luonteenpiirteitä kuten sosiaalisuus ja vastuullisuus. Kaikkia haastateltavia yhdistää halu auttaa. Seurustelu sekä ulkoilu- ja asiointiapu koetaan mielekkääksi tavaksi tukea omaishoitoperheitä. Vapaaehtoiset kertovat monesta onnistuneesta kohtaamisesta tuettavan ja omaishoitajan kanssa. Yhteyden luominen koettiin helpoksi. Vuorovaikutus on ollut pääsääntöisesti luontevaa ja moni on kokenut sen vastavuoroiseksi. Joidenkin vapaaehtoisten on pitänyt selventää rooliansa, kun omaishoitajat ovat toivoneet vapaaehtoiselle kuulumattomia tehtäviä. Hyvää mieltä vapaaehtoisille tuovat omaishoitoperheiden elämänmyönteisyys ja heiltä saatu positiivinen palaute. Iloa antoivat myös kokemus auttamisen tärkeydestä ja mahdollisuus käyttää mielekkäästi vapaa-aikaa. Moni on valmis jatkamaan toimintaa pidempäänkin. Haastateltavat pitävät toimintaan osallistuvien toimijoiden ensimmäisiä tapaamisia onnistuneena. Pilottia organisoivien työntekijöiden yhteystietoja ei epäröidä käyttää. Etenkin kokemattomien vapaaehtoisten tukemista pidetään tärkeänä. Opastusta toivotaan niin työntekijöiltä, vapaaehtoistyön konkareilta kuin myös omaishoitoperheiltä. Monet suhtautuvat myönteisesti koulutuksiin ja aiheesta saatavaan tietoon. Vapaaehtoiset korostavat myös elämäkokemuksen antamia valmiuksia vapaaehtoistyöhön. Useimmat vapaaehtoiset tapaavat mielellään silloin tällöin muita vapaaehtoisia keskustelun ja virkistykseen merkeissä.

Asiasanat: vapaaehtoistoiminta, motivaatio, mielekkyys, tuki, sitoutuminen, omaishoito

Sini Hedman

**The motives of church volunteers and the sense and support of the voluntary work - a case study of volunteers supporting caregivers and their family**

Year	2010	Pages	103 +11
------	------	-------	---------

---

The purpose of my thesis was to find out factors that have an effect on commitment of volunteers who help elderly caregivers. The commitment was viewed through volunteers' motivation, the sense in activity and needs for support. The study is one part of "Developing Services for Family Caregivers"- project. The substitutes for caregivers were piloted in northern Vantaa in co-operation with parish, the city of Vantaa and volunteers. The pilot was initiated in autumn 2009. Its idea is that volunteers offer caregivers relaxation and possibility to do their errands. The aim of the thesis is to perceive, which factors support the participation and commitment of volunteers.

The thesis is carried out as a case study and it was approached with ethnographic point of view. The material was collected with a half-structured theme interview. Eight volunteers participated in them. Six individual interviews and one couple interview were put into practice in March and May 2010. The pilot was also introduced by means of memos and observations. Those were documented in the gatherings of volunteers and professionals from November 2009 to September 2010. Results were analyzed with themes and specification of contents.

According to the results, previous experiences of voluntary work, church, help and caregivers strengthen volunteers' willingness to participate in the pilot. Also other important things in the past and nowadays have an effect on motivation. Additionally there were found many similar characteristics among volunteers. Many of them are sociable and responsible. All interviewees have a strong desire to help. Chatting and helping hand in outings and running errands were experienced as a meaningful way to support caregivers and their family. Volunteers reported many successful meetings with them. Creating connection was considered easy. Communication has mainly been natural and many volunteers see it as mutual. Nevertheless, some volunteers have been needed to clarify their role, when caregivers have wished a task that does not belong to volunteers. Caregivers' positive attitude for life and affirmative feedback bring joy to volunteers. Also experience in importance of helping and possibility to use spare time usefully give satisfaction to volunteers. Many of them are ready to continue voluntary activity in future. The first meeting with other volunteers and professionals was found successful. Volunteers do not hesitate to contact the workers who coordinate the pilot. Especially support for green volunteers is considered important. Guidance is hoped of professionals, experienced volunteers and caregivers. Several volunteers take a positive attitude to training and the information concerning volunteer work. However, they emphasize readiness that is given through life experience. Most interviewees meet gladly other volunteers to chat and refresh themselves every now and then.

Keywords: voluntary work, commitment, motivation, support, caregivers

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	6
2	VAPAAEHTOISTYÖ .....	8
2.1	Vapaaehtoistyön periaatteet.....	8
2.2	Vapaaehtoistyön yhteiskunnallinen merkitys .....	9
2.3	Vapaaehtoistoiminnan muodot ja niihin osallistuminen.....	11
3	VAPAAEHTOISTEN MOTIVAATIO .....	13
3.1	Vapaaehtoiseksi hakeutumisen syiden kirjo .....	13
3.2	Sukupuolen ja kokemuksen vaikutus motiiveihin .....	15
3.3	Alueen ja paikan merkitys motiiveihin .....	16
4	TOIMINNAN ORGANISOINTI JA TUKEMINEN .....	17
4.1	Perehdytys, koulutus ja vertaisuus .....	17
4.2	Ohjaus ja konsultointi .....	19
4.3	Virkistys ja arvostuksen osoittaminen .....	20
5	VAPAAEHTOISTYÖN AREENOITA JA TOIMIJOITA .....	22
5.1	Kirkon vapaaehtoistyö.....	22
5.2	Vapaaehtoistyön merkitys Vantaan vanhuspalveluissa .....	24
5.3	Vapaaehtoisten osallisuus ja odotukset vapaaehtoistyön toimijoille .....	25
6	VAPAAEHTOISTYÖ YHTEISTYÖNÄ .....	27
6.1	Welfare - mix .....	27
6.2	Seurakunnan ja kunnan kotihoidon yhteistyötarpeet iäkkäiden palveluissa .....	28
6.3	Lyhytkestoinen ja projektimainen vapaaehtoistyö.....	30
7	TUURAUSTA OMAISHOITAJIEN TUkena .....	32
7.1	Taustaa .....	32
7.2	Pilotin käynnistyminen .....	33
7.3	Toteutus ja seuranta .....	34

8	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS .....	37
8.1	Tapaustutkimus ja etnografinen tutkimusote .....	37
8.2	Teemahaastattelu tutkimusmenetelmänä .....	39
8.3	Haastattelujen suunnittelu ja toteutus .....	40
8.4	Haastattelujen litterointi ja analysointi .....	42
9	TUTKIMUSTULOKSET .....	44
9.1	Vapaaehtoisten motiivit .....	44
9.1.1	Aikaisempi vapaaehtoistyön kokemus .....	44
9.1.2	Aikaisempi yhteys seurakuntaan .....	47
9.1.3	Elämäkokemus ja elämäntilanne .....	49
9.1.4	Persoonallisuus ja halu auttaa .....	52
9.1.5	Vastuunotto, velvollisuus ja asioihin vaikuttaminen .....	55
9.2	Vapaaehtoistoiminnan mielekkyys .....	57
9.2.1	Hyvinvointia kohtaamisista .....	57
9.2.2	Vapaaehtoisen roolit ja rajat .....	59
9.2.3	Tuurausten anti omaishoitoperheille .....	61
9.2.4	Vastavuoroisuus ja hyvä mieli .....	63
9.2.5	Toiminnan keston ja luonteen vaikutus sitoutumiseen .....	64
9.3	Vapaaehtoisten huomioiminen ja toiminnan kehittäminen .....	65
9.3.1	Vapaaehtoisten iltamat .....	66
9.3.2	Yhteistyö ja tiedonkulku .....	67
9.3.3	Kokemusten vaihtaminen .....	69
9.3.4	Opastus ja koulutus .....	71
9.3.5	Virkistys ja huomiointi .....	75
10	DISKUSSIO .....	81
10.1	Yhteenvedo ja pohdinta .....	81
10.2	Luotettavuus ja eettisyys .....	91
10.3	Oma oppimisprosessi .....	94
11	LÄHTEET .....	97
12	LIITTEET .....	104

## 1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni tarkoitus on kartoittaa, mitkä asiat vaikuttavat iäkkäitä omaishoitoperheitä tukevien seurakunnan vapaaehtoisten sitoutumiseen. Olen pyrkinyt tekemään näkyväksi vapaaehtoisten kokemuksia motivaatiosta, toiminnan mielekkyydestä sekä tuen merkityksestä. Minua kiinnosti tietää, mitä vapaaehtoiset ajattelevat omaishoitoperheiden kohtaamisesta ja auttamisesta. Halusin selvittää, minkälaisena pilottiin osallistuminen on koettu ja minkälaisia tarpeita ja kehittämideoita vapaaehtoisilla on. Kartoitin näitä sitoutumiseen liittyviä kysymyksiä seitsemän teemahaastattelun avulla. Valotan vapaaehtoisten osallisuutta myös vapaaehtoisten tapaamisissa tekemiäni muistioiden ja havaintojen pohjalta. Lähestyn kokonaisuutta etnografisen tapaustutkimuksen avulla. Tutkimussuuntauksessa painottuu kattavan ymmärryksen luominen sitoutumisesta vapaaehtoisten näkökulmaa painottaen.

Tutkimukseni on toteutettu ”Omaishoito kehittyi”- osaprojektin puitteissa. Sen tavoitteena on ollut kehittää rahallisen tuen ulkopuolisia palvelumuotoja omaishoitoperheiden tukemiseksi Vantaalla. Yksi keskeinen projektin osa-alue on ollut tarjota vapaahetkiä sitovaa ja uuvuttavaa omaishoitotyötä tekeville ikäihmisille. Omaishoitajien vapaapäivien mahdollistaminen erilaisten monipuolisten ratkaisujen avulla on havaittu yleisemminkin tärkeäksi kehityskohdeeksi. Osa omaishoitajista on peräänkuuluttanut etenkin erilaisten kotiin tarjottavien tuuraus- ja kotilomituspalvelujen tarvetta. Omaishoitajien lakisääteiset kolme vapaapäivää hoituvat usein kunnan tarjoamien palvelujen tai sukulaisten avun turvin. Vapaaehtoiset ja naapurit auttavat harvoin. (Salanko-Vuorela, Purhonen Järnstedt & Korhonen 2006: 30-31.) Omaishoito kehittyi - osaprojektin yksi kehittäillä oleva tukimuoto on ylläpitää omaishoitoperheiden jakamista vapaaehtoisten, seurakunnan ja kotihoidon yhteistyönä. Seurakunnan vapaaehtoisten tarkoituksena on ollut antaa omaishoitajalle muutaman tunnin hengähdystauko tuuraamalla tätä aina silloin tällöin.

Monet sosiaali- ja terveysalan toimijat organisoivat vapaaehtoistoimintaa ja yhteistyötä vapaaehtoisten kanssa pyritään kehittämään. Vapaaehtoiset eivät voi korvata sosiaali- ja terveysalan ammattilaisia, mutta he voivat täydentää heidän tekemää työtä. Noin kolmasosa suomalaisista on toiminut vapaaehtoisena. Vapaaehtoistyön avulla on edistetty monen ihmisen hyvinvointia. Seniori-ikäisten ja iäkkäiden vapaaehtoisten rooli suomalaisessa vapaaehtoistoiminnassa on merkittävä ja heitä toimii etenkin vanhusten tukena. (Peltosalmi, Vuorinen ja Särkelä 2008:102-103.) Tulevaisuudessa haasteena on uusien vapaaehtoisten rekrytoiminen iäkkäiden vapaaehtoisten jättäytyessä pois toiminnasta. Sosiaali- ja terveysalalla vapaaehtoisia kaivataan yhä enemmän etenkin tukihenkilöksi, ystävätoimintaan ja tilapäisavuksi pieniin arjen toimintoihin (Peltosalmi ym. 2008:116-117).

Ensin avaan opinnäytetyössäni vapaaehtoistyön käsitettä ja periaatteita. Kerron myös sen laajuudesta ja merkityksestä yhteiskunnassa. Toisessa luvussa perehdyn vapaaehtoisten motivaatioon vaikuttaviin tekijöihin. Seuraavassa luvussa syvennyn vapaaehtoisten tukemisen mahdollisuuksiin ja merkityksiin. Tämän jälkeen selvitän, miten vapaaehtoistyö näyttäytyy evankelisluterilaisessa kirkossa ja Vantaan kaupungin vanhuspalveluissa. Lisäksi kerron, millä odotuksia vapaaehtoisilla on kyseisiä toimijoita kohtaan ja miten he osallistuvat niiden järjestämään vapaaehtoistoimintaan. Luvussa viisi avaan edellä mainittujen tahojen yhteistyötarpeita ja mahdollisuuksia ja valotan projektimaisen yhteistyön merkityksiä vapaaehtoistyössä. Seuraavaksi kerron ”Omaishoito kehitty” - osaprojektin vapaaehtoisten tuurauksiin liittyvästä yhteisestä kehitysprosessista ja seitsemännessä luvussa esittelen tutkimuksen toteutuksen vaihe vaiheelta. Tutkimusmenetelmien jälkeen esittelen tutkimustulokseni. Lopuksi esittelen yhteenvedon tuloksistani ja peilaan sitä aiemmin tehtyihin tutkimuksiin. Pohdin myös opinnäytetyöprosessin luotettavuutta, eettisyyttä ja omaa oppimisprosessiani.

Vapaaehtoisten motivaatioon ja sitoutumiseen liittyvien ajatusten näkyväksi tekemisen tavoitteena on antaa suuntaviivoja vapaaehtoisten rekrytoimiseksi ja vapaaehtoistoiminnan kehittämiseksi. Toivon, että sitoutumisen merkitysten avaaminen auttaa vapaaehtoistoimintaa organisoivia työntekijöitä vastaamaan paremmin vapaaehtoisten tarpeisiin ja tukemaan vapaaehtoisten jaksamista. Työ antaa ajatuksia myös siitä, kuinka vapaaehtoinen voisi osallistua tukea omaishoitajan jaksamista.



## 2 VAPAAEHTOISTYÖ

Vapaaehtoistyö on suora käänös kansainvälisestä käsitteestä voluntarywork ja sen on sanottu antavan sille kuluvan arvon. Usein vapaaehtoistyö nähdään yksilöiden ja ryhmien väliseksi konkreettiseksi toiminnaksi. Vapaaehtoistoiminta termi painottaa puolestaan vapaaehtoistyön ja ammattityön eroa ja se kuvastaa usein laajemmin toimintaa, johon myös sitä organisoivat tahot kuuluvat. (Hakkarainen & Syrjänen 2004: 13; Koskiahho 2001: 16.) Vapaaehtoistoiminta -käsitettä suositaan myös esimerkiksi SPR:n ystävätoiminnassa, joka vastaa monilta osin omaishoitajien tuurauksia (Peltosalmi ym. 2008: 97). Tutustumassani viimeaikaisessa 2000-luvun kirjallisuudessa käytetään enemmän vapaaehtoistoiminta termiä mutta myös vapaaehtoistyö-sana on pitänyt edelleen pintansa. Pidän kumpaakin termiä asiallisena ja käytän opin näytetyössäni molempia tekstin luettavuuden parantamiseksi.

### 2.1 Vapaaehtoistyön periaatteet

Vapaaehtoinen ei saa palkkaa, mutta hänelle voidaan maksaa vapaaehtoistoiminnasta syntyneitä kuluja. Toiminnassa tulisi voida toimia tavallisen ihmisen taitojen ja elämäkokemuksen pohjalta. Vapaaehtoistyö ei voi korvata palkattujen työntekijöiden toimintaa vaan sen tarkoitus on rikastuttaa autettavien elämää. (Tulikallio & Malinen 2010: 24.) Apu ja tuki kohdistetaan oman perhe- ja ystäväpiirin ulkopuolelle (Pessi & Oravasaari 2010: 9). Vapaaehtoisten yleisin rooli on toimia autettavien rinnalla kulkijana, tukijana ja kuuntelijana. On myös hyvä huomioida, että toiminta on vastavuoroista. Vapaaehtoinen ja tukea saavat ovat ihan teellisissä tapauksissa molemmat antavassa että saavassa roolissa. Joissakin vapaaehtoistöissä kuten lähimmäispalvelussa tasavertaisuus toteutuu kuitenkin eri tavalla ja tuettava on korostetusti saavana osapuolena. Vapaaehtoisen olisi tärkeä saada kohtaamisesta kuitenkin hyvä mieli. (Tulikallio & Malinen 2010: 24; Harju, Niemelä, Ripatti, Siivonen, & Särkelä 2001: 34.)

Vapaaehtoisella on oma vastuu, jota on hyvä yhdessä vapaaehtoistoimintaan osallistuvien ihmisten kanssa selvittää. Vaitiolovelvollisuus koskee myös vapaaehtoisia ja monet vapaaehtoistoiminnan toimijat pyytävät vapaaehtoisilta kirjallista vaitiolositoumusta. Vapaaehtoisten pitäisi kunnioittaa työssään kohtaamia arkaluontoisia asioita, joita ei voi ilman suostumusta kertoa ulkopuolisille henkilöille. Vapaaehtoisen on myös hyvä ymmärtää, että tukea annetaan pitkälti autettavan ehdoilla. Toisen erilaisuutta ja elintapoja tulee kunnioittaa. Vapaaehtoisen tehtävä ei ole puuttua esimerkiksi avunsaajan ja tämän perheenjäsenten suhteisiin. Etenkin tuettavien kotona tapahtuvassa vapaaehtoistoiminnassa tulee osoittaa asiaankuuluvaa vieraanvaraisuutta. (Harju yms. 2001: 35; Auttamisen iloa 2008: 16-17,20; Lindqvist 2002: 245.) Jokainen vapaaehtoinen on kuitenkin oma persoonansa. Oman käyttämisen ja toiminnan

vaikutusta autettavaan on kuitenkin hyvä pohtia. Kukaan ei ole vapaaehtoisenaakaan täydellinen ja tukea voi pyytää rohkeasti. (Lahtinen 2009:135.) Vapaaehtoisen tulisi tarvittaessa ohjata tuettava ammattiauttajan luo ja pyytää myös apua myös itselleen (Tulikallio & Malinen 2010: 25-26).

Vapaaehtoistoimintaan kuuluu vapaaehtoisuus. Keskeistä siinä on muukaan tulijan oma tahto ja halu osallisuuteen. Vapaaehtoisen tulisi voida valita itselleen myös parhaiten soveltuva vapaaehtoisuusto, eikä auttajaa voi pakottaa sitoutumaan toimintaan työntekijöiden määrittelemäksi ajaksi. Vapaaehtoisen velvollisuus on kuitenkin pitää kiinni lupaamistaan asioistaan. (Tulikallio & Malinen 2010: 24-25.) Vapaaehtoistoimintaa pyörittävien toimijoiden on hyvä varautua kuitenkin siihen, että osa vapaaehtoisista saattaa jäädä pois toiminnasta alkunnsuituksen jälkeen. Esimerkiksi mielenterveyskuntoutujien tukihenkilöiksi haettavia vapaaehtoisia haastatellaankin usein aluksi. Siten on mahdollista oikoa väärät käsitykset työn luonteesta ja selvittää vapaaehtoiseksi haluavan taustaa ja motiiveja. Tämä auttaa osaltaan valikoimaan työhön soveltuvia vapaaehtoisia ja ennaltaehkäisemään vapaaehtoisten suurta vaihtuvuutta. Näin voidaan tehdä näkyväksi molempien osapuolien erilaisia odotuksia. (Lahtinen 2003:30.)

## 2.2 Vapaaehtoistyön yhteiskunnallinen merkitys

Suomalaisen hyvinvointivaltion ideologiaan on 1960-1980- luvulla kuulunut suuntaus, jonka mukaan ihmisten elämää on turvattu yhä enemmän julkisen sektorin avulla. Tarkoituksena on ollut taata kansalaisille yhtäläiset mahdollisuudet perustavanlaatuisen tukeen. Perinteisen naapuriavun kaltaisen tuen ja muu yhteisöllisyyden on sanottu heikentyneen viime vuosikymmeninä. Joidenkin näkemysten mukaan yksilöllistyminen, itsensä toteuttaminen ja laskelmoisuus ovat heikentäneet altruismia ja perinteisiä auttamisen tapoja. Monet kuitenkin uskovat, että vapaaehtoistoiminta ei ole kuihtumassa vaan se ainoastaan muuttaa muotoaan. Uudenlainen vapaaehtoistyö voi nojata myös esimerkiksi henkilökohtaisen tyydytyksen saamiseen, elämänkokemuksen tuomien taitojen hyödyntämiseen ja siihen, että jatkossa saattaa itse tarvita tukea. (Mykkänen-Hänninen 2007:14; Harju 2005: 74, Koskiahho 2001: 35.) Yksilökeskeisyyden ja itsensä toteuttamien arvojen rinnalla on alettu peräänkuuluttaa myös enemmän yhteisvastuuta ja kansalaistoiminnan merkitystä syrjäytymisen ennaltaehkäisyssä. Julkisen vallan ohella korostetaan vastuunkantoa myös perheiltä, lähiyhteisöiltä ja kolmannelta sektorilta. (esim. Nylund & Yeung 2005: 21; Julkunen 2008: 52-53; Möttönen & Niemelä 2005: 47.)

Vapaaehtoistyön on saanut myös suurta kansainvälistä tunnustusta viimeisen kymmenen vuoden aikana. Vuonna 2001 vietettiin ensimmäistä kertaa YK:n vapaaehtoistoiminnan kansainvälistä teemavuotta. Sen tarkoituksena on ollut tehdä vapaaehtoistoimintaa näkyvämmäksi,

vahvistaa sen arvostusta ja kirkastaa toimintaan kohdistuvia odotuksia. Lisäksi teemavuosi tähtäsi vapaaehtoistoimintaa tekevien organisaatioiden voimavarojen yhdistämiseen ja yhteisten toimivien käytäntöjen luomiseen. Teemavuoden seurauksena on vuosittain vietetty 5.12. kansainvälistä vapaaehtoistoiminnan päivää. Euroopan neuvosto on nimennyt myös vuoden 2011 vapaaehtoistoiminnan teemavuodeksi. Sen tavoitteena on korostaa vapaaehtoistoiminnan keskeistä roolia aktiivisessa kansalaisuudessa sekä tasa-arvon ja oikeudenmukaisuuden toteutumisessa. Teemavuonna pyritään tekemään näkyvämmäksi vapaaehtoistyön vaikutuksia, kehittämään vapaaehtoistyön toimintaympäristöjä sekä parantamaan toiminnan laatua ja lisäämään toimijoiden vaikutusvaltaa. (Pessi & Oravasaari 2010: 7-8; Harju ym. 2001:7; Eurooppalainen vapaaehtoistyön teemavuosi 2011.)

Suomessa vapaaehtoistoimintaan osallistutaan verrattain enemmän kuin monessa muussa Pohjoismaassa ja Euroopassa yleensäkin (esim. Yeung 2004: 89; Pessi & Oravasaari 2010: 7). Vapaaehtoistyön yhteiskunnallista merkitystä ja positiivisia vaikutuksia on alettu noteerata enemmän myös suomalaisten päättäjien keskuudessa. Vanhasen hallituskausien aikana vuosina 2003-2010 on edistetty kattavaa kansalaisvaikuttamisen politiikkaohjelmaa. Sen tärkeinä tavoitteina on ollut muun muassa kansalaisten osallisuuden ja vaikuttamisen vahvistaminen kansalaiskeskustelun avulla. Vapaaehtoistoiminnan vahvojen tukirakenteiden vahvistaminen ei kuitenkaan näy esimerkiksi vaaliohjelmissa ja poliitikkojen puheet kansalaisvaikuttamisesta ja vapaaehtoistoinnasta eivät ole juurikaan konkretisoituneet. Tarkoituksena on ollut kuitenkin vahvistaa demokratiaa, lisätä ihmisten tietoisuutta ja rohkaista kansalaistoimijoita ja vapaaehtoisia kehittämään ihmisiä paremmin palvelevia käytäntöjä. Mitä paremmin vapaaehtoistyön toimijat ymmärtävät roolinsa osana laajempaa kansalaisyhteiskuntaa, sitä paremmin he voivat olla osaltaan muuttamassa maailmaa. (Karimäki yms. 2010; Nylund & Yeung 2005: 18-19 72; Koskiahho 2001: 33,38.) Vapaaehtoistyöhön kannustamalla ja siihen panostamalla voidaan vahvistaa siihen osallistuvien toimijoiden sosiaalisia suhteita, elämänhallintaa ja hyvinvointia (Mykkänen-Hänninen 2007:17).

Vapaaehtoistyön merkitys on tunnustettu vuosille 2007-2011 laaditussa terveyden edistämisen politiikkaohjelmassa (Nylund & Yeung 2005: 72; Raninen, Raninen, Toni & Tornaesus 2008: 40). Hallitusohjelmassa ja sosiaali- ja terveystieteiden ministeriössä puhutaan vanhusten palvelujen monipuolistamisesta ja yhtenä kehittämiskohteena nähdään ihmisten aktiivisen osallistumisen kuten kansalaistoiminnan kehittäminen. Ystävöiminnan kaltaisen vapaaehtoistyön voimistaminen sopii hyvin yhteen ikäihmisten palvelujen laatusuosituksen tavoitteeseen edistää hyvinvointia, lisätä ennaltaehkäisevää toimintaa ja tukea iäkkäiden mahdollisuutta asua kotona mahdollisimman pitkään. (Vantaan ikääntymispoliittinen ohjelma 2010 - 2015: 9,12.) On ymmärrettävää ja tärkeää peilata vapaaehtoistoimintaa yleisten hyvinvointitarpeiden näkökulmasta, jolloin se nähdään voimavarana yhteiskunnalle ja tuettaville. Vapaaehtoistoimintaa pitäisi katsoa kuitenkin myös ikääntyvien vapaaehtoisten kokemusten näkökulmasta, jolloin

saataisiin paremmin esille esimerkiksi sitoutumista edellyttävät vapaaehtoistehtäviä ja ruohonjuuritasoon liittyviä oivalluksia ja uusia toimintatapoja. (Rajaniemi. Vapaaehtoistoiminnan paikka.)

Kuntien sekä muiden toimijoiden kuten seurakuntien rajalliset resurssit ja väestön ikääntyminen ovat lisänneet keskustelua tarpeesta vahvistaa vapaaehtoistyötä. 1990-luvun lama ja 2000 - luvun taantuma ovat vauhdittaneet osaltaan vapaaehtoistyön kehittämistä ja uusien toimintamuotojen syntymistä ja nyt vapaaehtoistyö toimii moninaisesti sosiaalipalvelujen tukena. Osa vapaaehtoistyön tehtävistä on muuttunut varsin vaativiksi kun vapaaehtoisin kohdistetaan toisinaan ammatillisia odotuksia. Yhteiskunnan muutokset ja kuntien palveluntuotannon vaikeudet eivät saisi kuitenkaan muuttaa vapaaehtoistyön keskeisiä periaatteita. Vapaaehtoistoiminnan tulisi vain täydentää harkitusti ammattityötä, ei korvata sitä. (Harju 2006: 21; Mykkänen - Hänninen 2007: 15-21; Peltosalmi ym. 2008: 120-121; Pessi & Oravasaari 2010: 57-62.) Ihmisten moninaisia ongelmia ei voida sysätä liikaa yksittäisten ihmisten ja vapaaehtoisten kontolle vaan julkisen sektorin tulisi turvata ihmisten perustarpeita ja säilyttää selkeä rooli hyvinvoinnin ylläpitämisessä. On kuitenkin tuotu esille ettei julkisen sektorin tulisi liikaa puuttua toimintaan vaan luoda sille vain edellytyksiä esimerkiksi suotuisia olosuhteita ja verkostoitumista vahvistamalla. Erilaiset Welfare-mix järjestelyt, joissa kunta tulee toimimaan organisoijana kumppanuusajatteluun pohjautuvassa, ovatkin lisääntymässä. Vapaaehtoistyön hallittu kehittäminen sen erityispiirteitä huomioiden ja yhteistyö julkisen sektorin kanssa voi kuitenkin auttaa luomaan mahdollisimman kestävä pohjaa ihmisten hyvinvoinnille tulevaisuudessa. (Harju ym. 2001: 95; Niemelä & Dufva 2003: 53; Pessi & Saari 2004: 226; Koskiahho 2001: 32-34.)

### 2.3 Vapaaehtoistoiminnan muodot ja niihin osallistuminen

Vapaaehtoistyöllä on jo vankka asema 2000- luvun alun yhteiskunnassa ja palvelujärjestelmässä (Mykkänen- Hänninen 2007: 12). Reilu kolmannes suomalaisista on tehnyt joskus vapaaehtoistyötä. Tutkimustulokseen katsotaan kuuluvaksi monenlainen toiminta sen kestosta ja säännöllisyydestä riippumatta. Eniten otetaan osaa urheiluun ja liikuntaan liittyvään vapaaehtoistoimintaan. Toiseksi suosituin vapaaehtoistoiminnan areena on terveys- ja sosiaaliala, johon on osallistunut neljännes vapaaehtoistoimijoista. Myös lasten ja nuorten kasvatustarpeet kiinnostavat ja niiden parissa vapaaehtoistyötä on tehnyt 22 % vastaajista. (Pessi & Oravasaari 2010: 7; Pessi & Oravasaari 2008: 71.)

Vapaaehtoistoimintaa ei ole helppo rajata ja määritellä. Kokonaisuutta on yritetty kuitenkin hahmottaa luokittelemalla sitä muun muassa seuraaviin osa-alueisiin: 1) keskinäisen tuki ja vertaisuus 2) toisten palvelu ja auttaminen 3) osallistuminen ja 4) kampanjointi ja asioiden

ajaminen (Pessi & Oravasaari 2010: 7,9). Todellisuudessa nämä elementit kuitenkin limittyvät osittain toisiinsa. Etenkin seurakunnissa järjestöissä ja yhdistyksissä toteutetaan monipuolisia vapaaehtoistoiminnan muotoja (Mykkänen- Hänninen 2007: 12). Vuonna 2007 toteutetun järjestöbarometrin mukaan yhdistysten yleisimpiä vapaaehtoistoiminnan sisältöjä ovat virkistystoiminta (30 %), avustajatoiminta/kyyditysapu/ kotona asumisen tuki (20 %), vertaistoiminta (19 %), ystävätoiminta/yhteydenpito (16 %) sekä tapahtumien järjestäminen (13 %) (Vuorinen, Särkelä, Peltosalmi & Eronen 2007: 52). Vuonna 2010 toteutetun lähes 1000 järjestön vastaukseen perustuvan kyselyn mukaan aika tai hyvin paljon vapaaehtoistoimintaa oli edelleen virkistys- ja vertaistoinnassa sekä tapahtumien järjestämisessä. Erilaista ystävä- ja avustajatoimintaa yleisemmäksi ilmoitettiin kuitenkin muun muassa vaikuttamistyö ja terveyttä edistävä toiminta. (Pessi & Oravasaari 2010: 27- 28.)

Vapaaehtoistoimintaan osallistutaan noin 18 tuntia kuukaudessa (Pessi & Oravasaari 2010: 7). Sosiaali- ja terveysjärjestöissä vapaaehtoistoimintaan käytettiin aikaa keskimäärin kymmenen tuntia kuukaudessa. Mukanaolo vaihtelee kuitenkin paljon. Kolmasosa vapaaehtoisista käyttää toimintaan korkeintaan tunnin kuussa mutta noin 14 prosenttia on mukana yli kymmenen tuntia kuukaudessa. (Vuorinen ym. 2007: 50.) Aktiivisimpia osallistujia ovat etenkin naiset, yksinasuvat, henkilöt, joiden sairaus tai vamma rajoittaa elämää vain jonkin verran sekä eläkeläiset (Vuorinen, Särkelä & Peltosalmi 2009: 10-11). Eniten aikaa käytetään ystävätoimintaan/vierailuihin sekä arjen tilapäisauttamiseen. Molempiin vapaaehtoisilla kului keskimäärin kahdeksan tuntia kuukaudessa. (Peltosalmi ym. 2008: 108.)

### 3 VAPAAEHTOISTEN MOTIVAATIO

Sosiaalipalveluihin liittyvää vapaaehtoisten motivaatiota on tutkittu paljon. Se on tärkeä tutkimuskohde, koska motivaatio on edellytys vapaaehtoistoiminnalle ja siihen sitoutumiselle. Vapaaehtoistoimijoiden motiivit heijastelevat aina jossain määrin myös yleisempiä aikaan ja paikkaan liittyviä käytäntöjä ja arvoja kuten perinteiden ja yhteisöllisyyden merkityksistä. Abstraktia motivaation käsitettä on pyritty tekemään ymmärrettäväksi erilaisten motivaatio-teorioiden avulla. Martin Fordin laajan systeemimotivaatioteorian mukaan se sisältää henkilökohtaisia päämääriä, tunteita ja itseä koskevia uskomuksia ja käsityksiä. Mitä enemmän tällaisia motivaatiota vahvistavia asioita omaa, sitä sitoutuneempi henkilö on toimintaan. Hänen mukaansa sitoutumiseen ja motivaation vaikuttaa oleellisesti myös vapaaehtoisen suhde ympäristön kanssa. (Nylund & Yeung 2005: 83-85,88, 105.) Itse miellän asian niin, että vapaaehtoisten sisältä lähtevä motivaatio antaa toiminnalle sytykkeen ja vie motivaation sisällöstä riippuen toimintaa myös hyvän matkaa eteenpäin. Vapaaehtoistoiminnan sisällön tullessa tutuksi motivaation rinnalle nousee myös sitoutuminen. Vapaaehtoisten pitempiaikaiseen sitoutumiseen vaikuttaa myös heidän arvomaailmansa ja maailmankatsomuksensa (Pessi ja Saari 2008: 55). Osallistumiseen vaikuttavat siis monet sisäiset sekä ulkoiset tekijät.

#### 3.1 Vapaaehtoiseksi hakeutumisen syiden kirjo

Halu auttaa muita on suomalaisten yleisin syy ryhtyä vapaaehtoiseksi. Yeungin tutkimuksen mukaan reilu 40 % kokee sen tärkeimmäksi vapaaehtoistoimintaan lähtemisen innoittajaksi. Auttamalla voi huolehtia ympäristön hyvinvoinnista ja kantaa osansa yhteisestä vastuusta. Valtaosa suomalaisista kokee auttamisen antavan myös iloa. Toiseksi yleisin vapaaehtoistoimintaan ajava syy on tarve käyttää vapaa-aikaa hyödyllisen toiminnan parissa. (Yeung 2002: 32-33; Yeung 2008: 16; Pessi & Saari 2008: 74.) Joka seitsemäs vapaaehtoinen kokee sen suurimmaksi motivaatiotekijäksi. Vapaaehtoistoimintaan osallistumiseen vaikuttaa keskeisesti myös elämäntilanne. Varsinkin sairastuminen, läheisen vammautuminen ja lasten harrastustoiminta ajavat mukaan asiaan liittyvään vapaaehtoistoimintaan. Eläkkeelle ja työttömäksi jääminen lisäävät taas huomattavasti vapaa-aikaa ja ovat näin otollisia aikoja vapaaehtoistyön aloittamiselle. Vapaaehtoistyö voi auttaa rytmittämään ajankäyttöä ja antaa mahdollisuuden sopeutua helpommin elämän taitekohtiin. (Raninen ym. 2008: 97-99.)

Vapaaehtoistyön kautta voi myös luoda uusia sosiaalisia suhteita. Puolet vapaaehtoisista kokee juuri ihmisten tapaamisen keskeiseksi vapaaehtoistoimintaan osallistumisen motivaatioksi. (Pessi & Saari 2008:74.) Halu tutustua uusiin ihmisiin ja kuulua johonkin yhteisöön korostavat vapaaehtoistoiminnan sosiaalista luonnetta. Toisen kanssa yhdessä tekeminen kasvattaa

sosiaalista pääomaa, jota monet työelämän ulkopuolella olevat ihmiset kaipaavat. (Raninen ym. 2008: 86-87.) Etenkin monille iäkkäille eläkkeelle jääneille on tärkeää saada vapaaehtoistoiminnassa uusia tuttavuuksia (Yeung 2002: 34). Kokemusten jakamiseen toisten samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien ihmisten kanssa ja vastavuoroinen tukeminen liittyy vertaisuuteen. Usein vertaisauttajat ovat vaikean elämänvaiheen läpikäyneitä ja siitä selvinneitä ihmisiä, jotka haluavat auttaa vastaavaan kriisiin joutuneita ihmisiä. Omakohtaisten kokemusten ansiosta he ymmärtävät toisen ihmisen tuen merkityksen ja ovat herkistyneet haastavassa tilanteessa elävien ihmisten avuntarpeille. (Raninen ym. 2008: 84.)

Myös työhistoria saattaa vaikuttaa vapaaehtoistyöhön hakeutumiseen. Hektinen työelämä voi työntää ihmisiä vapaaehtoistyöhön, jossa he voivat itse määritellä työpanoksensa ja sitoutumisensa rajat. Vapaaehtoistyö voi antaa uudenlaisen tunteen omasta merkityksellisyydestä pienelläkin panoksella. Oma työ ei anna kaikille tarpeeksi haasteita. Vapaaehtoistyö voi olla siten tapa hankkia oppia uutta ja hankkia uusia kokemuksia. Se voi olla keino ammatillisen osaamisen kartuttamiseen tai erilaisten hyödyllisten valmiuksien kuten viestintä- ja tiimitaitojen opetteluun uudelleen kouluttautumista varten. Tämä on kuitenkin Yeungin tutkimuksen mukaan varsin harvinaista Suomessa. Toisaalta työelämässä tehty auttamistyö voi innostaa antamaan panoksensa tukea tarvitseville ihmisille myös oman ammattityön jatkeena. Etenkin juuri eläkkeelle jääneillä voi olla näin tarve jatkaa arvokkaaksi koettua työtä vapaaehtoistoiminnan muodossa. (Raninen ym. 2008: 91,95-96; Yeung 2002: 36.)

Päätös vapaaehtoistyöhön hakeutumiseen voi vaikuttaa pitkä kehitysprosessi ja jo nuorena opitut asiat (Mykkänen-Hänninen 2007: 23). Etenkin jotkin iäkkäämmät vapaaehtoistyöntekijät alleviivaavat kasvatuksen ja vanhemmilta omaksuttujen uskonnollisten ja poliittisten vakaumusten ja arvojen merkitystä vapaaehtoistoiminnalle. Reilu 2/3 osaa iäkkäistä vapaaehtoistyöntekijöistä pitää kristillistä lähimmäisyyden rakkautta yhtenä auttamisen motiivina. Vanhemmat ovat saattaneet osallistua aikanaan vapaaehtoistoimintaan tai he ovat antaneet mallin kuinka vähäosaisia tulisi auttaa. Lapsuudessa opitut arvot suuntaavat siten myöhemminkin toimintaa ja tärkeäksi koetuille asioille kuten köyhien auttamiselle halutaan antaa aikaa. Eniten suomalaiset ovat valmiita auttamaan omia lapsia, iäkkäitä ihmisiä ja sairaita lapsia. Tekemisen syykkeenä on vahva oikeudenmukaisuuden taju ja solidaarisuus huonossa tilanteessa olevia kohtaan. Taustalla saattaa olla tarve vaikuttaa yhteiskunnassa vallitseviin epäkohtiin. (Raninen ym. 2008: 89,100, 109; Yeung 2008: 16-18,34 41.)

Arvojen mukainen vapaaehtoistyö voi tuntua toisista velvollisuudelta huolehtia niistä, jotka eivät siihen itse kykene. Yeungin tutkimuksen mukaan 7 % vapaaehtoisista kokee kansallisuusvelvollisuuden vahvimaksi vapaaehtoistoimintaan osallistumisen motiiviksi. Valtaosa vapaaehtoisista kokee toiminnan olevan kuitenkin jollain tapaa velvollisuus. Voimakasta velvollisuutta tuntevat ovat usein aktiivisimpia toimijoita, joille vapaaehtoistyö on elämäntapa. (Ra-

ninen ym. 2008: 109; Yeung 2002: 33.) Vahva vastuunkantaminen itselle tärkeistä asioista suuntaa omaa elämää ja vahvistaa omaa identiteettiä. Vapaaehtoistyö voimistaa merkityksellisyden kokemuksia ja tarjoaa mahdollisuuden myös ihmisenä kasvamiseen. (Sorri 2005: 130.)

Vapaaehtoistoiminnan motivaatiotekijöissä näyttäytyy usein saamaan aikaan niin antaminen kuin saaminenkin. Toimintaan hakeudutaan omien subjektiivisten motiivien kuten oppimishalun ja sosiaalisten suhteiden luomisen toivossa sekä yhteisöllisten motiivien varassa kuten halussa tukea apua tarvitsevia. (Yeung 2002: 37.) Toisia ihmisiä autetaan altruistisista sekä egoistisista syistä (Nylund, Yeung 2005: 89). Yhteisvoimin tehtävää vapaaehtoistoimintaa, jossa on vastavuoroista saamista ja antamista kutsutaan myös yhteisölliseksi altruismiksi (Pessi & Saari 2008:67,70). Jos toimintaan osallistuminen nojaa pelkästään itsekkäisiin tavoitteisiin, alkaa toisten auttaminen tuntua helpommin rasittavalta ja vapaaehtoistoiminta toiminta voi tyssätä lyhyeen (Raninen ym. 2008: 181).

### 3.2 Sukupuolen ja kokemuksen vaikutus motiiveihin

Yeung on tutkinut vapaaehtoistyön lähtökohtia sukupuolittain. Hänen mukaansa naiset osallistuvat suhteellisesti miehiä useammin seurakunnan ja sosiaali- ja terveysjärjestöjen järjestämiin vapaaehtoistyön muotoihin. Heidän vapaaehtoistoimintansa painottuu sosiaali- ja terveyspalveluiden ja uskonnollisen toiminnan lisäksi lapsi- ja perhetyöhön. Suuri osa vapaaehtoistyössä toimivista naisista kuuluu solidaarisia kansalaisia, jolle on tyypillistä kiinnostus hoivaan ja huolenpitoon liittyvään vapaaehtoistyöhön sekä apua tarjoavien kansalaishankkeiden tukemiseen. Monet naiset lähtevät mukaan toimintaan halusta auttaa muita, oppia uusia asioita ja luoda sosiaalisia suhteita. He korostavat miehiä useammin auttamisen olevan oikein ja tuntevansa myötätuntoa autettavia kohtaan. Naisvapaaehtoiset kertovat enemmän myös vapaaehtoistoiminnan tuottamasta hyvästä mielestä ja vastavuoroisuudesta. Miehillä motiivina on naisia useammin tuttavien houkuttelu toimintaan ja vapaa-ajan käyttäminen hyödyllisesti. He hakeutuvat naisia enemmän kunnan tai vapaamuotoisten tahojen vapaaehtoistyöhön ja kiinnostus kohdistuu eniten urheiluun, asuinaluetoimintaan, maanpuolustukseen ja pelastuspalveluihin. Vapaaehtoistoimintaan osallistuneista miehistä noin kolmasosa on kuitenkin tehnyt vapaaehtoistyötä myös sosiaali- ja terveys- sekä kasvatustieteisiin liittyen. (Yeung 2002: 28,30-31,34; Yeung 2008: 17; Pessi & Saari 2008: 76; Koskiaho 2001: 36.)

On myös tärkeää huomata, että vapaaehtoisten motiivit vaihtelevat ajan myötä (Yeung 2005: 87, 98). Nuorena vapaaehtoistoimintaan mukaan menneiden motivaationa painottuu usein oppimisen halu mutta iäkkäämpänä sama vapaaehtoinen arvostaa vapaaehtoisuudessa todennäköisesti enemmän muita asioita kuten uusiin ihmisiin tutustumista (Yeung 2002: 34). Keskiikäiset ja iäkkäät auttavat nuoria helpommin myös omaehtoisesti esimerkiksi naapureita ja



tarjoavat apua myös vieraimmille, jos kokevat näiden sitä tarvitsevan (Makkonen 2008: 42; Pessi & Saari 2008: 217). Lisäksi he osallistuvat nuoria vapaaehtoisia useammin terveys- ja sosiaalipalveluihin liittyvään vapaaehtoistyöhön (Yeung 2004: 90). Joidenkin tutkimusten mukaan yli 65- osallistuvat muita enemmän myös yhteisöjen vapaaehtoisprojekteihin Vapaaehtoistyöhön laitetaan eläkkeellä ollessa kaksi kertaa enemmän aikaa kuin muulloin. (ks. Makkonen 2008: 38-39.) Eläkeläisillä ja iäkkäillä motivaatiotekijät ovat monesti henkilökohtaisia. Iäkkäämmillä vapaaehtoisilla on monesti enemmän kokemuksia vapaaehtoistyöstä, jolloin motiivit perustuvat kiinteämmin omaan maailmankuvaan ja arvomaailmaan. Tällöin suhde tuettavaan on yksi painavimmista syistä jatkaa vapaaehtoistoiminnassa. Hyvän tukisuhteen ja mielekkään osallistumisen koetaan vahvistavan omaa hyvinvointia ja sitoutuminen on nuoria vapaaehtoisia pitkäaikaisempaa. (Vuorinen ym. 2009: 11; Lahtinen 2003: 27-28.)

### 3.3 Alueen ja paikan merkitys motiiveihin

Yeungin on tutkinut vapaaehtoistyön eroja maaseudulla ja kaupungissa. Hänen mukaansa vapaaehtoistyö on aktiivisempaa maaseudulla mutta kaupungissa vapaaehtoistyöhön käytettävät ajat ovat suurempia. Kaupungissa vapaaehtoistyö keskittyy enemmän tiettyihin toiminnassa aktiivisesti mukana oleviin henkilöihin. Suurimmissa kaupungeissa vapaaehtoistyö painottuu maaseutua enemmän järjestöjen terveys- ja sosiaalipalveluihin sekä luonnonsuojelu- ja ympäristökysymyksien ympärille. Lisäksi etenkin pääkaupunkiseudulla ollaan huomattavasti muuta maata innokkaampia auttamaan ikäihmisiä. Kaupunkilaisten mukaan lähtemisen motiivina erottuu maaseutua vahvemmin auttamishalu, myötätunto ja tarve saada hyödyllistä ohjelmaa vapaa-aikaan. Maaseudulla innostutaan helpommin maanpuolustukseen, uskuntoon ja ammatit yhdistyksiin liittyviin vapaaehtoistoiminnan muotoihin ja motiivina painottuu tavallista enemmän kansalaishyveiden täyttäminen ja lähimmäisenrakkauden toteuttaminen. (Yeung 2002: 26, 29, 30-31,35; Yeung 2008: 17; Pessi 2008: 49.)

Pessin ja Saaren mukaan (2008: 239) vahvasti rajattuihin paikkoihin liittyvä vapaaehtoistyö on menettämässä merkitystään. Uskonkin, että esimerkiksi sähköinen media ja ihmisten liikkuvuus laajentavat vapaaehtoistyön kenttää entisestään. Arvelen, että myös oman asuinalueen hyväksi tehtävä vapaaehtoistyö vaikuttaa kiinnostavan etenkin keski-ikäisiä ja iäkkäitä vapaaehtoisia. Pitkäaikainen asuminen samalla alueella ja sen tunteminen lisää monien ihmisten halua toimia kotiseutunsa hyväksi. Oman asuinalueen hyväksi tehtävä vapaaehtoistyö voi parantaa siellä asuvien elämänlaatua. Tutkimusten mukaan yhdessä kaupunginosassa työskentely ei silti ratkaise sosiaalisia ongelmia suuremmissa mittakaavassa. Verkostotyön ja hyvien käytäntöjen levittäytymisen avulla alueellinen vapaaehtoistyö voi kuitenkin lisätä ihmisten hyvinvointia laajemminkin. Yhteistyö ja liittoutuminen toisten kaupunginosien, kaupunkien ja loppulta jopa eri maiden kanssa parantaa vapaaehtoistyön vaikuttavuutta. (Koskiaho 2001: 38.)

#### 4 TOIMINNAN ORGANISOINTI JA TUKEMINEN

Vapaaehtoistoiminnan käynnistysvaiheessa on tärkeää selvittää sen keskeisiä eettisiä periaatteita. Käytäntöjen hahmottaminen ja tavoitteiden asettaminen antaa suuntaviivat toiminnalle. Vapaaehtoistyössä mukana olevien ihmisten tarpeiden, toiveiden ja roolien selvittäminen luo hyvät edellytykset alueellisten erityispiirteiden huomioimiselle. (Harju ym. 2001: 76-78,84.) Toiminnan käynnistyttyä tarvitaan sitä kantavia tukirakenteita. Ammattilaisilla on suuri merkitys otollisten puitteitten luomisessa ja ylläpitämisessä. (Miikkulainen, Ruuskanen & Palviainen 2001: 33-36). Viimeisen kymmenen vuoden aikana on palkattu yhä enemmän vapaaehtoistyötä organisoivia työntekijöitä. Hyvä työntekijä suunnittelee toimintaa, selkeyttää tavoitteita, kuuntelee toimintaan osallistuvien mielipiteitä sekä rohkaisee ja tukee toiminnassa mukana olevia. (Kurki 2001: 84.) Säännöllinen vapaaehtoistoiminta tarvitsee yleensä ammatillista tukea. Vapaaehtoisten rekrytoinnin, perehdytyksen, koulutuksen, työnohjaukselliset tapaamiset ja virkistystapahtumat organisoii monesti palkattu työntekijä. On tärkeää, että vapaaehtoistoiminnassa on nimetty vastuuhenkilö, joka osaavat pitää langat käsissä ja keiden puoleen voi kääntyä ongelmallisissa tilanteissa. (Tulikallio & Malinen 2010: 23.) Asian mukainen tuki tuo turvaa vapaaehtoistyöntekijälle ja asiakkaalle. Tuki, arvostus ja ohjaus auttavat vapaaehtoisia jaksamaan ja sitoutumaan. (Mykkänen- Hänninen 2007: 53; Yeung 2004: 98.) Myös toimintaa organisoivien työntekijöiden innostuneisuus, halu kehittää toimintaa ja motivaatio vaikuttavat vapaaehtoistyöntekijöiden sitoutuneisuuteen. Työhönsä paneutuva ja vapaaehtoisista huolta pitävä työntekijä osoittaa vapaaehtoisille, että nämä ovat tärkeä voimavara ja että heidän motivaatiostaan ja hyvinvoinnistaan halutaan pitää huolta. Avainasemassa on arvostuksen antaminen vapaaehtoisille (Syrjänen 2003: 38).

##### 4.1 Perehdytys, koulutus ja vertaisuus

Vapaaehtoisia on hyvä perehdyttää toimintaan ja käydä avoimesti läpi tarvittavat perusasiat. Näin varmistetaan, että asiat sujuvat mahdollisimman hyvin ja vapaaehtoiset voivat tuntea itseluottamusta ja turvallisuutta. Peruskurssin tavoitteena on myös innostaa auttamaan sekä vahvistaa sitoutumista ja yhteisvastuun tunnetta. (Harju ym. 2001: 86,89; Purhonen 1995: 15.) Seurakuntalaisen kirkko-julkaisun mukaan vapaaehtoisen koulutuksen tarkoitus on kasvattaa vapaaehtoista ihmisenä, kristittyinä ja yhteiskunnan jäsenenä (Samulin 2006: 38). Koulutuksessa on hyvä käydä läpi asiakkaan vuorovaikutuksellista tukemista. Samalla kannattaa ottaa esille vaitiolovelvollisuus ja siihen liittyvät ohjeistukset. Monissa tukihenkilöitä koulutavissa tahoissa kuten mielenterveysseurassa allekirjoitetaan myös vaitiolositoumus ennen tehtävään ryhtymistä. Toiset kokevat hyväksi tavaksi myös kirjallisen tukipalvelusopimuksen tekemisen, jossa määritellään tuen tarve ja tavoitteet sekä auttamistahojen työnjako ja vapaaehtoisen tehtävät. Lisäksi on tärkeää avata keskustelu vapaaehtoisten omasta hyvinvoin-

nista ja jaksamisesta. (Lahtinen 2003: 30-31; Porkka & Salmenjaakko 2005: 13, 18.) Toiminnan alussa on syytä valottaa toiminnan tavoitteita, taustaorganisaation toimintatapoja ja vapaaehtoistyön suhdetta ammattityöhön (Harju ym. 2001: 89-91). Vapaaehtoisten tulisi käsitellä vapaaehtoistyön mahdolliset riskit ja heidän olisi hyvä tietää taustaorganisaation järjestämästä vakuutuksesta (Raninen ym. 2008: 139).

Vapaaehtoisen ja tuettavan kohtaamisista syntyneitä askarruttavia asioita on hyvä setviä esimerkiksi täydennyskoulutuksessa ja yhteisissä tapaamisissa. Tarvittaessa niitä voi käydä läpi esimerkiksi eläytymisharjoitusten avulla. Niin saadaan kosketus omaan tapaan toimia auttajana ja voidaan myös eläytyä helpommin tuettavan asemaan. (Lahtinen 2003: 32; Mykkänen - Hänninen 2007: 57-58.) Etenkin kokemattomat vapaaehtoiset kaipaavat usein vapaaehtoistyön vuorovaikutukseen liittyvien asioiden käsittelyä yhdessä muiden kanssa. Myös esimerkiksi tiedot tuettavan sairauteen liittyen on hyvä olla selvillä. Koulutusaiheet kannattaa valikoida pitkälti vapaaehtoisten mielenkiinnon ja kokemusten perusteella. (Harju ym. 2001:91.) Aikaisemmin vapaaehtoistyötä tekevien elämäkokemusta ja valmiuksia kannattaa hyödyntää. Kokeneet vapaaehtoisilla on usein hyviä ideoita siitä, mitä asioita uusien vapaaehtoisten koulutuksissa kannattaisi käsitellä. Koulutuksen aiheen idea voi tulla hyvin myös työntekijältä. Tärkeintä on kuitenkin, että koulutuksen sisältö herättäisi keskustelua. (Samulin 2006: 38.) Koulutuksen tehtävänä ei ole tarjota valmiita vastauksia ja teoretisoida liikaa asioita. Liian muodolliset koulutukset latistavat helposti alkuinnostuksen ja voivat saada jotkin vapaaehtoiset epävarmaksi omista kyvyistään. Vapaaehtoisilta ei voi yleensä edellyttää kovin pitkiä koulutuksia. (Lahtinen 2003: 31.) Joissakin vaativimmissa vapaaehtoistyön tehtävissä edellytetään kuitenkin peruskoulutuksesta saatujen tietojen hallitseminen ennen toimintaan ryhtymistä (Mykkänen - Hänninen 2007:19).

Mentorointi tarkoittaa tilannetta, jossa kokeneempi henkilö opastaa ja tukee uudempaa tulo-kasta. Se voidaan toteuttaa henkilökohtaisena tai ryhmämuotoisena joko tilannekohtaisesti tietyissä tapaamisissa tai pitempiaikaisemmin ja suunnitellummin. Toimintatapa on koettu hyödylliseksi myös monissa vapaaehtoistehtävissä. Kokeneet vapaaehtoiset saavat mahdollisuuden kokemusten jakamiseen ja vastuun kantamiseen ohjaajan roolissa. Mentoritavat saavat taas käytännönläheisiä neuvoja ja ymmärrystä henkilöltä, joka on aikanaan ollut vastavassa tilanteessa. Mentorin tarkoitus on kannustaa vapaaehtoista käyttämään kaikkia tarvittavia kykyjään ja haastaa heitä tarvittaessa pohtimaan vapaaehtoistyöhön liittyviä tärkeitä asioita kuten omien rajojen opettelemista. (Laine 2009: 43-44, 47; Samulin 2006: 42.)

Monille vapaaehtoistyöntekijöille on tärkeää olla vuorovaikutuksessa toisten vapaaehtoisten kanssa. Etenkin yksin toimivat vapaaehtoiset kaipaavat usein kokemusten jakamista toisten samankaltaista vapaaehtoistyötä tekevien kanssa. (Mykkänen-Hänninen 2007: 64.) Vapaaehtoisten keskinäinen vertaisuus voi auttaa peilaamaan omia toimintatapoja ja tunteita

toisten kokemuksiin ja ratkomaan pulmallisia vapaaehtoistyön tilanteita. Yhdessä miettiminen voi auttaa soveltamaan elämän varrella kertynyttä tietoutta vapaaehtoistyön käytännön kohtaamisiin. Vapaaehtoisten yhteiset tapaamiset luovat yhteenkuuluvuutta ja vahvistavat monien vapaaehtoistyöhön sitoutumista. (Harju ym. 2001: 86-87.)

#### 4.2 Ohjaus ja konsultointi

Vapaaehtoiset ovat usein vaikeissa tilanteissa olevien ihmisten tukena. Tuettavien ongelmat ja suuret odotukset vapaaehtoisia kohtaan saattavat nostaa pintaan epämiellyttäviä tunteita. Tällöin niitä on hyvä käsitellä, jotta ne eivät muuta vapaaehtoistyötä taakaksi. Ammattilaisten tulisikin tarjota vapaaehtoisille ohjausta ja konsultointia. Niiden avulla voi oivaltaa itsestään tärkeitä asioita, oppia vapaaehtoistyöstä ja saada perspektiiviä vaikeilta tuntuviin tilanteisiin. Tieto siitä, että neuvoja ja tukea saa tarvittaessa luo turvaa vapaaehtoisille. Ohjaus voidaan toteuttaa yksilöllisesti tai ryhmässä tilanteen mukaan. Vapaaehtoistyön luonne ja vapaaehtoisten tarpeet määrittelevät myös ohjauksen määrän. (Harju ym. 2001: 92; Syrjänen 2003: 65; Salmenjaakko 2005: 10-17.) Joissakin vapaaehtoistehtävissä kuten saattohoidossa työhajaukseen osallistuminen voi olla toiminnassa mukana olemisen ehto. Työhajauksesta hyötyvät varsinkin yksin toimivat ja säännöllisesti energiaa vievässä ihmissuhdetyössä olevat vapaaehtoiset kuten kriisipäivystäjät, tukihenkilöt ja ystävätoimintaan osallistuvat. Lisäksi työhajaus on usein paikallaan kun vapaaehtoistoiminnassa tapahtuu muutoksia tai kehittämistä. (Syrjänen 2003: 51,53; Samulin 2006: 41; Porkka 2009: 52.)

1990-luvulta lähtien vapaaehtoisilla on tarjottu yhä enemmän ammattilaisten järjestämiä työhajauksellisia tapaamisia. Niiden tavoitteena on vapaaehtoistyöntekijöiden sitouttaminen ja jaksamisen tukeminen sekä vapaaehtoistoiminnan kehittäminen. Ohjauksessa rohkaistaan vapaaehtoisia kertomaan ja pohtimaan kokemuksistaan. Yhteiset avoimet keskustelut auttavat jakamaan hyviä toimintatapoja ja luomaan uusia käytänteitä. Asioiden läpikäyminen kirjastaa vapaaehtoistyöntekijöiden roolia. Vastuualueiden hahmottaminen auttaa selvittämään autettavan ja vapaaehtoistyötä organisoivan tahon näkökulmaa. Lisäksi työhajaus helpottaa vapaaehtoistyöhön vaikuttavien asenteiden ja tunteiden tunnistamisessa. Asioiden työstämisen kautta ymmärtää paremmin omia vahvuuksia ja heikkouksia. Luottamuksellisessa työhajauksessa voi purkaa vaivaamaan jääneitä asioita. Työhajausprosessi auttaa arvioimaan muun muassa tukisuhteen laatua, sitä onko vapaaehtoistyön tehtävä vapaaehtoistyöntekijän kykyjen mukainen ja viekö toiminta kohtuullisesti vapaaehtoistyöntekijän aikaa ja resursseja. Toimivalla työhajauksella on mahdollisuus vahvistaa myös vapaaehtoisten yhteisöllisyyttä ja keskinäistä huolenpitoa. (Porkka 2009: 54-55; Mykkänen - Hänninen 2007: 60-62; Samulin 2006: 41; Syrjänen 2003: 53,56; Porkka & Salmenjaakko 2005: 10-17,23.)

Vaikka vapaaehtoisten työnohjaus on koettu monessa paikassa hyväksi käytännöksi voi vapaaehtoisten motivointi siihen olla vaikeaa, varsinkin jos vapaaehtoisella on kokemusta vastaavasta toiminnasta. Työnohjauksen tarpeen perustelu ja räätälöinti voi kuitenkin kannustaa osallistumaan siihen. Työnohjauksen ei tarvitse olla paljon aikaa vievä tai turhan virallinen. Vapaaehtoisten työnohjauksen kaltaisia tapaamisia voisi kutsua esimerkiksi toiminnanohjaukseksi, purkupalavereiksi tai kokemuksenvaihtoilloiksi. Pääasia, että iloja ja mieltä askarruttavista asioista on mahdollisuus jakaa toisten kanssa säännöllisesti ja että vapaaehtoiset saavat palautetta toiminnastaan. Työntekijältä saatu palaute ja kiitos lisäävät sitoutuneisuutta ja hyvinvointia, kun vapaaehtoiset tuntevat, että heitä arvostetaan. (Raninen ym. 2008: 138; Syrjänen 2003: 51.)

#### 4.3 Virkistys ja arvostuksen osoittaminen

Vapaaehtoisten hyvinvointia ja sitoutumista tukevat myös erilaiset vapaamuotoisemmat virkistystapahtumat. Hyväksi havaittuja virkistysmuotoja ovat esimerkiksi juhlat, retket ja muut rentouttavat toiminnot kuten yhteiset retkiitit ja saunaillat. Vapaaehtoisille voisi järjestää myös esimerkiksi hyvinvointiin liittyviä teemapäiviä. Lisäksi suosittuja ovat olleet kylpyläkäynnit ja matkat eri kulttuuri kohteisiin. Jotkin kunnat ovat antaneet vapaaehtoisille myös pääsylippuja esimerkiksi uimahalleihin. (Mykkänen-Hänninen 2007: 64; Hakkarainen 2004: 49-50; Savolainen 2006: 45.) Virkistystapahtumien kautta vapaaehtoiset voivat voimaantua, tutustua toisiinsa paremmin ja tuntea saavansa kiitosta arvokkaasta työstään. Joissakin paikoissa vapaaehtoisia on kiitetty myös esimerkiksi vuoden vapaaehtoispalkinnolla. (Mykkänen-Hänninen 2007: 64; Hakkarainen 2004: 49-50.) Arvostusta osoitetaan myös muun muassa antamalla kulukorvausta matkoista ja järjestämällä vakuutus. Vapaaehtoistoimintaa organisoivan toimijan on syytä ottaa selvää mahdollisuudesta vakuuttaa vapaaehtoiset. Lakisääteinen tapaturmavakuutus ei koske palkatonta työtä, mutta vapaaehtoistoimintaan voi hankkia vakuutusyhtiöltä vapaaehtoisen vakuutusturvan, jonka avulla voidaan varautua vahinkoihin ja väärinkäytöksiin. (Raninen ym. 2008: 139; Ikäinstituutin www-sivut: Vapaaehtoiseksi seniorina tietopankki.)

Vapaaehtoisten huomioimisessa pääasia ei ole se, että vapaaehtoisille järjestettäisiin yllin kyllin tapahtumia ja ohjaustapaamisia. Tärkeintä on se, miten vapaaehtoistyöntekijöille osoitetaan kiitosta ja kunnioitusta arjessa. Vapaaehtoistyön koordinoijien kannustava ote toimintaan on avainasemassa. Vapaaehtoistoimijoille tulee antaa aikaa ja heitä tulee kuunnella aidosti. Vapaaehtoisten tulisi tuntea, että heidän tekemisistään ja ajatuksistaan ollaan kiinnostuneita ja sille annetaan arvoa. Vapaaehtoisilta on esimerkiksi tärkeää kysellä säännöllisesti muutostarpeita. (Pessi 2010: 178.) Vapaaehtoisten uusi elämäntilanne, tehtävien kasautuminen tai voimien heikkeneminen johtaa helposti siihen, että vapaaehtoistyö ei ole enää

mielekästä. Tällöin työntekijän ja vapaaehtoisen kannattaa pohtia kyseiseen tilanteeseen parhaiten soveltuvia vaihtoehtoja yhdessä. Kannattako vapaaehtoisen jäädä kokonaan pois toiminnasta vai jättäytyä sivuun vain määräajaksi ja voiko vapaaehtoistyöntekijän vastuuta vähentää tai tarjota kokonaan toisenlaisia tehtäviä. (Mykkänen- Hänninen 2007: 63.) Etenkin pitempään vapaaehtoistoiminnassa mukana olevien tilanteesta ja ajatuksista on hyvä keskustella tarvittaessa. Ammattilaisen ja vapaaehtoisen kahdenkeskisissä tapaamisissa on helpompi tuoda esille omia toiveita, odotuksia ja mietteitä kuin ryhmätapaamisissa. Esimerkiksi joissakin turvataloissa toimivat vapaaehtoisille tarjotuista ”kehityskeskusteluista” on saatu positiivisia kokemuksia. (Salmi 2007: 22.)

## 5 VAPAAEHTOISTYÖN AREENOITA JA TOIMIJOITA

Vapaaehtoistoimintaa tehdään paljon erilaisissa yhdistyksissä, järjestöissä ja seurakunnissa. Myös esimerkiksi oppilaitokset ja yritykset osallistuvat toimintaan. (Pessi & Oravasaari 2010: 52.) Monipuolisimmat vapaaehtoistoiminnot ovat suurilla ja pitkään toimineilla järjestöillä kuten SPR:llä. Sen ohella kirkolla on pitkät perinteet vapaaehtoistyön saralla ja noin viidennes suomalaisista on osallistunut sen toimintaan (Yeung 2002: 30). Lisäksi kunnat ovat yhä tärkeämpiä toimijoita ja organisoijia vapaaehtoistyön kentällä (Pessi & Oravasaari 2010: 52). Vapaaehtoistyön kehittäminen on ollut esillä myös Vantaalla 2008-2011 toteutettavassa ”Omais-hoito kehitty”- osaprojektissa sekä siihen osallistuvien kunnan vanhustyön toimijoiden keskuudessa (Omat muistiinpanot). Toistaiseksi kunnan ikäihmisiin kohdistuva vapaaehtoistoimintaan antama panos on jäänyt kuitenkin vähäiseksi seurakuntaan ja moniin järjestöihin verrattuna. Eniten suomalaiset odottavat kunnilta kuitenkin suoraa tukea syrjäytyneille ja sairaille. (Pessi & Saari 2008: 50,78-87.)

### 5.1 Kirkon vapaaehtoistyö

Kirkon vapaaehtoistoiminta nojaa kristilliseen käsitykseen siitä, että kaikki ihmiset ovat lähimmäisiä. Seurakuntalaiset voivat olla tarpeellisia ja arvokkaita, vaikka heillä ei olisi mitään erityisiä taitoja. Usein ihminen toisen lähimmäisenä riittää. Ajatus perustuu myötäelävään ja ihmisten väliseen tasaveroiseen vuorovaikutukseen. Periaate suuntaa kirkon toimintaa yhteisvastuulliseen toimintaan. Pyrkimyksenä on edistää ja tukea seurakuntalaisista itsestään lähtevää auttamishalua. Yhtenä tärkeänä tavoitteena on ottaa vastuuta syrjäytyneistä ihmisistä. Kirkkolaki ohjeistaa pitämään huolen niistä, joita ei muuten tarpeeksi auteta. Se koskee myös diakoniatyön organisoimaa vapaaehtoistyötä. Koska vapaaehtoistoiminnalle ei ole omaa lainsäädäntöä antavat kirkkolain määräykset ja ammattietiikka raamit toiminnalle. Niiden yhtenä tarkoituksena on myös nostaa yleiseen tietoisuuteen ahdingossa olevien tilannetta. Kirkon haasteena on yhteiskunnan muuttaminen oikeudenmukaisemmaksi toimimalla esikuvana ja kehittämällä uusia auttamisen tapoja. (Harju ym. 2001: 17, 79, 66; Lemberg 2006:14; Harju 2006:18; Kirkon diakonia ja yhteiskuntatyö.)

Vapaaehtoistyö on kuulunut useimpien seurakuntien toimintaan jo vuosikymmeniä (Lemberg 2006: 14). Suunnitelmallisempi vapaaehtoistyö kirkossa alkoi voimistua 1960- luvun loppupuolelta kun myös vapaaehtoiset tunnustettiin keskeiseksi toimijoiksi seurakunnissa (Harju ym. 2001: 48). 1990- luvulla vapaaehtoistyötä voimisti entisestään lama ja kirkossakin havahduttiin vapaaehtoistyössä piilevään voimavaraan (Lemberg 2006: 9-10). Kirkon vapaaehtoisten määrä kasvoi laman aikana kolmanneksella ja vapaaehtoistyötä organisoivien työntekijöiden

määrä viidenneksellä. Ammattilaisten diakoniatyön ja vapaaehtoisten yhteistyötä alettiin toteuttaa yhä enemmän esimerkiksi lähimmäispalvelussa, erilaisissa tuki- ja vertaisryhmissä, virkistystapahtumissa sekä monenlaisena vaikuttamistyönä. (Yeung 2004: 83,87; Pasma 2006: 69-73.)

Suomalaisen evankelisluterilaisen kirkon vapaaehtoistyö on kasvanut huomasti verrattuna muihin Euroopan maihin viime vuosikymmeninä ja etenkin 1990-luvulla. Vuosikymmenen vaihteessa lähes neljäsosa suomalaisista vapaaehtoisista toimi kirkon alaisuudessa. Muista Euroopan maista vain Italiassa kirkon suosio vapaaehtoisten keskuudessa oli tuolloin Suomea vahvempaa. 1990-luvulla seurakunnissa kasvoi etenkin ystäväpalvelu. Seurakuntiin perustettiin erilaisia tukea kaipaavien ja vapaaehtoisten kammareiksi kutsuttuja kahvila- ja kokoontumispaikkoja. Niiden avulla ystäväpalvelu laajeni diakonian lähimmäispalveluksi. Sen tavoitteena oli helpottaa yksinäisten vanhusten, vammaisten, pitkäaikaissairaiden ja mielenterveysongelmaisten arkea vapaaehtoistoiminnan avulla. Vapaaehtoiset käyvät säännöllisesti tiettyjen tuettavien luona toimien kuuntelijoina, ulkoiluttajina, lukijoina, omaishoitajien apuna, tukijoina, asiointiapuna, potilasystävinä, saattohoitajina sekä palvelevan puhelimen päivystäjinä. Seurakunnat ovat organisoineet toimintaa yhdessä etenkin Suomen Punaisen Ristin (SPR) ja sosiaali- ja terveystoimen kanssa. Lähimmäispalvelun suosio on tehnyt näkyväksi kirkon sosiaali- ja vapaaehtoistyötä ja sen kehittyminen viimeisen 20 vuoden aikana on vaikuttanut huomattavasti seurakunnan vapaaehtoistoimintojen muotoutumiseen. Nykyään vapaaehtoistyöllä on keskeinen rooli kirkon toiminnassa. Vuonna 2007 lähes puolet seurakunnista oli mukana organisoimassa vapaaehtoisten kammareiden kaltaisia tuki- ja kohtaamispaikkoja ja joka kolmas niistä välitti ystäväpalvelun vapaaehtoisia. Kammarit ovat olleet suosittuja paikkoja tavata muita vapaaehtoisia. Kohtaamispaikoissa on pidetty ahkerasti myös keskustelupiirejä, hartaustilaisuuksia, talkootapahtumia, askarteluhetkiä ja esitelmätilaisuuksia. Yeungin mukaan monet hakeutuvat juuri kirkon vapaaehtoistoimintaan, koska sieltä uskotaan saavan uusia tuttavuuksia ja sosiaalisia suhteita. (Harju ym. 2001: 69-70; Yeung 2004: 83-84,92-95; Peltosalmi ym. 2008: 109; Kirkon diakonia ja yhteiskuntatyö; Monikasvoinen kirkko 2008: 178.)

Vuonna 2008 diakoniatyön lähimmäistyöhön ja tukihenkilötoimintaan osallistui Suomessa jo noin 28 500 ihmistä. Helsingin hiippakunnan yhteiskunnallisen diakonisen tukityön piirissä toimi tuolloin 2220 vapaaehtoista. Eniten osallistuttiin avointen ovien toimintaan, ruokailupalveluihin ja työttömien toimintaan mutta myös muut toiminnot kiinnostivat vapaaehtoisia. (Kirkon tilastollinen vuosikirja 2008: 102-103, 116.) Kirkko tarjoaa mahdollisuuksia vapaaehtoistyöhön esimerkiksi pyhäkouluissa, nuorisotyössä, erilaisissa kerhoissa, yhteisvastuukeräyksissä, palvelevassa puhelimesta, kirkon ulkomaanavussa ja saattohoidossa. (Harju ym. 2001: 66-74.) Myös lähimmäispalvelu innostaa yhä useampia seurakuntalaisia. Ystävänä ja tukihenkilönä toimitaan eniten laitoksissa ja kotona. Etenkin vapaaehtoisten kotikäynnit ovat lisääntyneet ja vuonna 2007 niitä tehtiin yli 64 000. (Monikasvoinen kirkko 2008: 178.) Vapaaehtois-



työn laajuus ja muodot vaihtelevat kuitenkin paljon seurakunnittain (Yeung 2004: 86). Vantaalla seurakuntalaiset voivat osallistua toiveidensa mukaan esimerkiksi vanhusten ja nuorten, perheiden, kehitysvammaisten tai paluumuuttajien auttamiseen. Vapaaehtoinen voi toimia tukihenkilönä, saattohoidossa, omaishoitajien tukijana ja näkövammaisten opastaja. Myös mahdollisuuksia erilaisten tilaisuuksien ja tapahtumien järjestämiseen on paljon tarjolla. Vantaan seurakunnan vapaaehtoistoimintaa ja vapaaehtoistehtäviä esitellään Suurella Sydämellä - nettisivustoilla, jossa esitellään lukuisia määräaikaista ja jatkuvia vapaaehtoistyön tehtäviä. (Vantaan ev.lut. seurakunnat ” Suurella sydämellä ” - www-sivut 2010.)

## 5.2 Vapaaehtoistyön merkitys Vantaan vanhuspalveluissa

Vantaan ikääntymispoliittisessa ohjelmassa todetaan, että ikäihmisten määrän noustessa palvelujen tarve tulee tulevaisuudessa kasvamaan. Kysyntään vastaaminen on haasteellista sillä veronmaksajien määrä pienenee ja palveluja ylläpitävät resurssit vähenevät. Sosiaali- ja terveysalan työvoimapula vahvistuu. Viime aikojen taantuma syö osaltaan voimavaroja. Kuntatalouden haasteisiin pyritään vastaamaan parantamalla yhteistyötä eri toimijoiden välillä. Vantaan ikääntymispoliittisen ohjelman mukaan monituottajapalvelun avulla pyritään kustannustehokkuuteen ja siihen, että ikäihmisillä on paremmat edellytykset saada tarvitsemaansa tukea. (Vantaan ikäpoliittinen ohjelma 2010: 8,19,75.)

Vantaan ikäpoliittinen ohjelma korostaa, että ikäihmisten elämäkokemuksen tuoma viisaus tulisi huomioida ja ottaa aktiivisemmin käyttöön esimerkiksi juuri vapaaehtoistoiminnan puitteissa. Senioreiden osaamisen näkyväksi tekemistä ja käyttämistä palvelujen suunnittelussa ja toteuttamisessa pidetään keskeisenä. Tavoitteena on rohkaista ikäihmisiä ja muita kuntalaisia osallistumaan päätöksentekoon ja syrjäytymisen ehkäisyyn. Vantaan visiossa korostetaan toisista huolehtimisen ja yhteisöllisyyden merkitystä iäkkäiden hyvinvoinnin vahvistamisessa. Näiden asioiden edistämiseksi vahvistetaan Vantaan kaupungin organisoimaa senioriosajakoulutusta eli vapaaehtoistyön koulusta ikäihmisille. Tarkoituksena on laajentaa muutenkin vapaaehtoistyön valikoimaa ja lisätä kaupunkilaisten osallisuutta yhteistyöprojektien ja tapahtumien avulla. Avainasemassa on ennaltaehkäisy vanhus- ja terveyspalveluissa. Tärkeänä siinä nähdään palvelujen turvaaminen riskiryhmiin kuuluville henkilöille, ikäihmisten toimintakyvyn ja viihtyvyyden vahvistaminen sekä osallisuuden ja yhteisöllisyyden voimistaminen. Hyvinvointia elämään pyritään lisäämään muun muassa eri toimijoiden verkostoitumisen, vapaaehtoistoiminnan ja itsehoitomahdollisuuksien lisäämisen avulla. (Vantaan ikäpoliittinen ohjelma 2010: 8,12,21,23,26,30,74.)

Vapaaehtoistyön organisointi on kuulunut aikaisemmin suurelta osin kolmannelle sektorille, pääsääntöisesti järjestöille ja seurakunnille. Kunnat voisivat ottaa kuitenkin suurempaa vas-

tuuta tästä vapaaehtoistyön paremman jatkuvuuden turvaamiseksi. (Jyväkorpi ja Pöllänen 2000: 82.) Vapaaehtoistyön yhä tiiviimpi kytkeminen kunnan vanhustyöhön ja omaishoitoon monipuolistaisi ja vahvistaisi omaishoitoperheiden saamaa tukea. Vantaan sosiaali- ja terveyspalvelujen kehittämissuunnitelman (2010: 85-86) mukaan omaishoitajien vapaapäivien toteutumiseksi olisi kehitettävä yhteistyötä kolmannen sektorin ja muiden toimijoiden kanssa. Vantaa on ollut yleisesti ottaen vapaaehtois- ja kansalaistyötä koskevan toiminnan organisoinnin edelläkävijä moneen muuhun kuntaan verrattuna. Erilaisia kumppanuuksia on ollut jo kolmisenkymmentä vuotta. Yhteistyötä on kuitenkin tehnyt erilaisin painotuksin kohderyhmästä riippuen. Esimerkiksi lastensuojelun tukihenkilötoimintaan liittyvässä toiminnassa on tehty paljon yhteistyötä kaupungin, kolmannen sektorin ja vapaaehtoisten kesken. Esimerkiksi juuri iäkkäiden omaishoitoon liittyvää yhteistyötä ei ole tehty kuitenkaan yhtä paljon. (Hakkarainen 2004: 78-81.)

### 5.3 Vapaaehtoisten osallisuus ja odotukset vapaaehtoistyön toimijoille

Sosiaali- ja terveysturvan yhteistyöyhdistys teetti 2001 vapaaehtoistyön tutkimuksen Suomessa. Se toteutettiin haastatteleamalla lähes tuhat henkilöä heidän osallistumisestaan vapaaehtoistyöhön. Vastausten mukaan useimmat olivat osallistuneet tuolloin yhdistyksen tai säätiön organisoimaan vapaaehtoistoimintaan. (Yeung 2002: 10,30.) Vuonna 2007 Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto teetti kyselyn reilulle tuhannelle 15-79-vuotiaalle suomalaiselle. Heistä 13 % kertoi ottaneensa osaa kohdennetusti sosiaali- ja terveysyhdistysten vapaaehtoistoimintaan. (Vuorinen ym. 2007: 48.) Vuoden 2008 järjestöbarometrin mukaan kyseisten vapaaehtoistoimijoiden määrä oli laskenut seitsemään prosenttiin. Suurin osa järjestöistä arvioi vapaaehtoistoiminnan merkityksen kuitenkin lisääntyneen. (Peltosalmi ym. 2008: 98.) Edellä mainitun 2001 toteutetun tutkimuksen mukaan uskonnollisen tahon vapaaehtoistoiminnassa oli ollut mukana noin 20 % (Yeung 2002: 30). Kaikkiaan reilu neljännes suomalaisista on kiinnostunut seurakunnan vapaaehtoistyöstä (Monikasvoinen kirkko 2008:37). Vapaamuotoisessa toiminnasta kuten talkoista sekä kunnan organisoimasta vapaaehtoistyöstä oli molemmista kokemusta joka kymmenellä haastateltavista. Vapaaehtoistyön puitteet vaihtelivat etenkin alueittain. Esimerkiksi kunnan organisoimassa vapaaehtoistyössä oli Länsi- ja Pohjois-Suomessa mukana 15 % vastaajista mutta Etelä-Suomessa vain 3 % osallistui siihen. (Yeung 2002: 30-31.)

Vuonna 2006 tehtiin suomalaisille laaja postikysely vapaaehtoistyöstä ja auttamisesta. Vastauksia saatiin 1051. Niissä kysyttiin keiden tahojen tulisi auttaa erilaisia vaikeassa tilanteessa olevia ihmisiä. Vaihtoehtoina olivat julkinen sektori, kansalaisjärjestöt, seurakunta/kirkko, ihmisen oma lähipiiri ja ihmisten lähinaapuruston ihmiset. Tulosten mukaan tukea toivottiin eniten julkiselta sektorilta. Julkisen sektorin toimia odotettiin ennen kaikkea fyysisesti ja henkisesti sairaiden, ahdistuneiden, moniongelmaisten, köyhien ja ikäihmisten hyväksi. Eniten

valtion ja kuntien roolia painotetaan fyysisesti ja henkisesti sairaiden kohdalla. 90 % mukaan julkisen sektorin tulisi tarjota heille turvaa ja tukea. Seurakunnalta apua odotettiin eniten tukiryhmien organisoimiseen, yksinäisille sekä samanaikaisesti taloudellista ja henkistä tukea tarvitseville. Noin kuusi kymmenestä vastaajasta koki seurakunnan tuen kyseisille henkilöille tärkeäksi. Kirkolta odotetaan etenkin hengellistä työtä, oikeudenmukaisuuden puolesta puhumista ja toimia yhteisöllisyyden vahvistamiseksi. (Pessi & Saari 2008: 188-189,194.) Lisäksi oman lähipiiriin merkitystä korostettiin paljon fyysisesti ja henkisesti sairaiden sekä ahdistuneiden ja yksinäisten osalta. Valtaosa painotti oman lähipiiriin vastuuta juuri yksinäisyyden lievittämisessä. Huomion arvoista on, että joka toisen vastaajan mielestä myös lähinaapuruston tulisi auttaa yksinäisiä. Julkiselta sektorilta ja kansalaisjärjestöiltä tukea yksinäisille odotti vain kolmannes. Eniten auttamisen ja tukemisen toivotaan vahvistuvan juuri julkisella sektorilla ja lähimmäisten kesken. (Pessi & Saari 2008: 50,78-87.)

## 6 VAPAAEHTOISTYÖ YHTEISTYÖNÄ

Vapaaehtoistoimintaa toteutetaan yhä useammin eri toimijoiden yhteistyönä. Verkostoitumisen tavoitteena on toimintaan osallistuvien tahojen tietotaidon yhdistäminen ja hyödyntäminen. Verkostoitumisella on keskeinen rooli alueiden kehittämisessä. Paikallistason kumppanuuksia esimerkiksi kunnan, seurakunan ja järjestöjen välillä ei ole kuitenkaan vielä hahmotettu järjestelmällisesti. (Möttönen & Niemelä 2005: 51,53.) Hallittu verkostotyö antaa kuitenkin paljon. Säännöllinen ja hedelmällinen yhteistyö vähentää päällekkäisen työn tekemistä ja auttaa osapuolia keskittymään olennaisiin asioihin. Yhteistyön aloittaminen vaati kuitenkin aikaa, yhdessä tekemistä ja luottamista (Pasma 2006: 77). Tasavertainen yhteistyö edellyttää pelisäännöistä sopimista ja vastuun jakoa. Lisäksi onnistuneeseen toimintaan kuuluu joustavuutta, tukemista, kaikkien hyötymistä toiminnasta ja sitoumista.

### 6.1 Welfare - mix

Welfare - mix - ajatuksen ideana on huolehtia hyvinvointipalvelujen järjestämisestä yhteistyössä useiden tahojen kuten kirkon, kuntien, järjestöjen ja yritysten kanssa. Vapaaehtoistoiminnan verkostoitumista ovat edistäneet muun muassa lukuisat paikkakunnille perustetut vapaaehtoistoiminnan keskuskeskukset ja kohtaamispaikat, joissa ammattilaiset ja vapaaehtoistyöntekijät toimivat yhteistyössä. (Harju ym. 2001: 57; Ruohonen 2003:50.) Vantaalla tällaisia paikkoja on kolme: kaikille asukkaille avoin tila Tuulikontti Rekolassa, Myyrinkoti Myyrmäessä sekä Vapaaehtoistalo Viola Tikkurilassa (Lehtinen 2010). Vuonna 2010 sosiaali- ja terveysjärjestöille suunnatun laajan kyselyn mukaan noin joka toinen vapaaehtoistoiminnan keskuksista tekee yhteistyötä vapaaehtoistyön puitteissa muiden järjestöjen kanssa ja kolmasosa seurakunnan tai kunnallisen toimijan kanssa. Kumppanuustoiminta on usein paikallista tapahtumien ja koulutustilaisuuksien järjestämistä sekä toimintaa koskevaa tiedonvälitystä. (Pessi & Orvasaari 2010: 52-53.) Sosiaali- ja terveysturvan keskusliiton Sosiaalibarometrin mukaan vapaaehtoistyön toimijat tulisi noteerata alueellisissa kumppanuushankkeissa kuitenkin vielä vahvemmin, kun etsitään keinoja ihmisten sosiaalisten ongelmien helpottamiseksi (Mykkänen - Hänninen 2007: 64-65).

Kumppanuuden tarkoituksena on osaamisen ja voimavarojen saaminen yhteiseen käyttöön. Toisilta voi saada hyviä ideoita ja tukea omaan toimintaan. Toimivassa yhteistyössä kukin taho pystyy panostamaan myös ydinosaamiseensa, jolloin resursseja voidaan käyttää tehokkaasti. (Nylund & Yeung 2005: 76; Porkka 2009: 57.) Esimerkiksi iäkkäiden saattajatoimintaa voidaan joltain osin järjestää vapaaehtoisten avulla ja vapauttaa näin sosiaali- ja terveydenalan henkilökuntaa ammattiosaamista vaativiin tehtäviin (Harju ym. 2001: 82). Yhdessä suun-

nittelun avulla on mahdollista välttää päällekkäisiä toimintoja ja vähentää ennakkoluuloja toisista toimijoista. Sujuvalla yhteistyöllä voidaan tukea ikääntyneiden osallisuutta ja aktiivista elämää. Sosiaalisten suhteiden ja taitojen vahvistuminen luo sosiaalista pääomaa vapaaehtoisille ja tuettavillekin. (Mykkänen- Hänninen 2007:59; Raninen ym. 2008: 137,153; Nylund & Yeung 2005: 78.) Sosiaalinen pääoma tuo hyvinvointia ihmisille ja säästöjä sosiaali- ja terveysalalle (Möttönen & Niemelä 2005: 67).

Onnistuneessa verkostotyössä tutustutaan rauhasa yhteistyökumppaneihin. Yhteistyö edellyttää menettelytavoista ja tavoitteista sopimista, johon kaikki voivat sitoutua. Se vaatii myös toimijoiden roolien ja vastuiden jakamista. Verkostossa on nimettävä vetovastuussa oleva toimija. Vaikka kaikki edellä mainitut asiat huomioitaisiin, ei yhteistyö toimi kunnolla, jos verkosto ei palvele kaikkia mukanaolijoita. (Nylund & Yeung 2005: 76-78; Joensuu, Jokinen & Mäkelä 2009: 69.) Vapaaehtoistoiminnan yhteistyötä käsittelevät tutkimukset (esim. Salomaa 2009: 67; Joensuu ym. 2009: 68) korostavat, että verkoston hyödyllisyyden ohella tarvitaan osapuolten sujuvaa tiedonkulkua ja avoimuutta. Toiminta on hedelmällistä vain silloin, kun toimijat luottavat verkoston muihin jäseniin (Harju ym. 2001: 81-82).

## 6.2 Seurakunnan ja kunnan kotihoidon yhteistyötarpeet iäkkäiden palveluissa

Taloudellisten resurssien niukkuus sekä vanhusten määrän ja tuen huima kasvu on lisännyt eri toimijoiden yhteistyön tarvetta. Seurakunnat ovat verkostoituneet esimerkiksi vanhustyön osalta kuntien kanssa jo 1990-luvulla. Vaikka yhteistyön muodot ovat kasvaneet, tehdään säännöllistä yhteistyötä edelleen vähän. Vuonna 2004 diakoneille toteutetun kyselyn mukaan kolmasosa teki yhteistyötä terveydenhuollon kanssa, neljäsosa sosiaalitoimen kanssa ja vain viidesosa toimi yhdessä järjestöjen kanssa. Seurakunnassa toivotaan verkostotyötä varsinkin kaupungin, kotisairaanhoidon ja kotipalvelun kanssa. Yhteistyön edistämistä on korostettu kirkossa etenkin sosiaalitoimen asiakkaiden osalta niin, että seurakunnat limittyisivät luontevasti osaksi kuntien vanhustyötä. Kirkon vanhustyön strategiassa kannustetaan kuntia ja seurakuntia yhdistämään voimavaroja alueellisina ja paikallisina ratkaisuin, joiden avulla voidaan edistää asukkaiden hyvinvointia ja turvallisuutta. (Vanhustyö - Haaste seurakunnalle 2009: 7; Kirkon vanhustyön strategia 2015. 2005. 12,13,25; Yeung 2004: 117-118.)

Seurakuntien vanhustyössä toivotaan yhteistyötä enenevässä määrin myös vapaaehtoisten kanssa. Vapaaehtoistoimintaa on tarkoitus kehittää edelleen erilaisten mummon kammareiden kaltaisten tapaamispaikkojen ja lähimmäispalvelujen avulla. Vapaaehtoiset voivat lisätä osaltaan vanhusten hyvinvointia pitämällä heille seuraa ja toimimalla esimerkiksi saattoapuna kuljetuksissa, joita on toivottu paljon seurakunnalta. Kehittämistarpeiksi on koettu etenkin vapaaehtoisten rekrytointi ja eläköityvien seurakuntalaisten mukaan saaminen. Esille on

noussut myös toive huomioida vapaaehtoisten henkinen kapasiteetti ja resurssit. Yhdeksi kehittämistavoitteeksi kirkon vanhustyön strategiassa on nimetty vastuullisten tehtävien mahdollistaminen vapaaehtoisille. Kirkon tarkoituksena on suhtautua vapaaehtoisiin arvokkaina yhteistyökumppaneina eikä pitää heitä vain apukäsinä. Tarvitaan aitoja kohtaamisia ja yhdessä tekemistä. Strategiassa painotetaan myös vapaaehtoistoiminnan suunnitelmalliseen organisointiin ja tukemiseen panostamista. Avainasemassa kehittämistyössä pidetään asiakaspalautteen keräämistä, aihealueen tutkimusta, pitkän aikavälin suunnitelmia sekä huolellisten budjettia laatimista vanhus- ja vapaaehtoistyöhön. (Vanhustyö - Haaste seurakunnalle 2009: 8; Vanhustyön strategia 2015. 2005: 12-13,16,19-21, 25.)

Vapaaehtoisten rekrytoiminen ja suunnitelmallinen yhteistyö on lisännyt seurakunnan vapaaehtoisten lähimmäispalveluun liittyviä kotikäyntejä. Vapaaehtoistyön kasvattaminen ei saisi kuitenkaan tarkoittaa kotikäyntityön painopisteen siirtymistä diakoneilta vapaaehtoisille. Seurakunnan työntekijöiden tekemät ennaltaehkäisevät kotikäynnit ovat kuitenkin vähentyneet viime vuosina. Yhtenä keskeisenä syynä pidetään työmäärän ja -tehtävien kasvamista. Kotikäyntityön kehittämistä pidetään kuitenkin tärkeänä ja työntekijät ja iäkkäät seurakuntalaiset peräänkuuluttavat tarvetta voimistaa diakonien tekemää kotikäyntityötä tulevaisuudessa. Etsivän kotikäyntityön avulla voidaan tavoittaa yhä paremmin myös syrjäytyneitä iäkkäitä. (Vanhustyö - Haaste seurakunnalle 2009: 7; Vanhustyön strategia 2015.2005. 13,18.)

Terveiden edistämisen laatusuosituksessa ja ikäihmisten palvelujen laatusuosituksessa kannustetaan kuntia yhteistyöhön järjestöjen, seurakuntien ja vapaaehtoisten kanssa iäkkäiden terveyden edistämiseksi ja ennaltaehkäisevän toiminnan vahvistamiseksi. Kuntien tulisi vahvistaa myös vapaaehtoisten ja muiden kuntalaisten osallistumis- ja vaikutusmahdollisuuksia hyvinvoinnin edistämisen suunnittelun, seurannan ja arvioinnin osalta. (Ikäihmisten palvelujen laatusuositus 2008: 22-23; Terveiden edistämisen laatusuositus 2006: 22-23.) Vapaaehtoistyöntekijät ovat tehneet yhteistyötä kaupungin vanhustyöntekijöiden kanssa etenkin laitoksissa ja palvelutaloissa. Tulevaisuudessa on tarkoitus tukea ikäihmisten kotona asumista ja vapaaehtoisia kaivattaisiin enenevässä määrin myös heidän tukihenkilöikseen. Vapaaehtoiset voivat avustaa esimerkiksi ulkoilussa ja vahvistaa omalta osaltaan tuettavien arjessa pärjäämistä (Engeström 2009: 147). Esimerkiksi Pirkko Tepponen (2003: 41-42,100-101) esittää väitöskirjassaan, että raskasta omaishoitoa tekevien ikäihmisten arkea voitaisiin helpottaa kehittämällä kotihoidon alueellista vapaaehtoistyötä.

Vantaan poliittisella taholla vapaaehtoistyön merkitys vanhustyössä tunnustettiin jo vuonna 1999 julkaistussa Vantaan vanhustenhuollon kehittämissuunnitelmassa vuosille 1999-2010. Siinä mainitaan, että vapaaehtoistyötä tullaan tarvitsemaan yhä enemmän vanhusten määrän noustessa. Vapaaehtoistyöntekijöiden linjataan toimivan henkisenä ja sosiaalisena tukena kotona asuville vanhuksille. (Vantaan vanhustenhuollon nykytila ja kehittämissuunnitelma

1999-2010 1999: 11, 21.) Vuonna 2010 valmistuneessa Vantaan ikääntymispoliittisessa ohjelmassa korostetaan yhteisvastuuta iäkkäiden hyvinvoinnista ja painotetaan, että kaupungin yhteistyötä eri toimijoiden kuten seurakunnan ja kuntalaisten kanssa pyritään tiivistämään ja koordinoimaan halitummin. Vantaan kaupungin innovatiivisuuden arvon mukaan uudella rokkeilla yhteistyöverkostoilla ja -muodoilla pyritään löytämään ratkaisuja palvelumuotojen kehittämiseksi. (Vantaan ikäpoliittinen suunnitelma 2010: 8-12,21.)

Vantaan vuosien 2010-2013 toiminnan kehittämistä ohjaa Vantaa-sopimus, jonka yhtenä tavoitteena on saada lisää yhteistyötahoja kotihoidon palvelujen tuottamiseen (Palvelurakenteen kehittämisohjelma 2010: 11). Se tarkoittaa myös kotihoitoon linkittyvän omaishoidon yhteistyöverkoston kehittämistä. Pirkko Hyvärinen ja Mervi Lähde selvittivät 2009 valmistuneessa opinnäytetyötään vantaalaisten vanhusten hyvinvoinnin edistämistä vapaaehtoistoiminnan ja kotihoidon yhteistyönä. Tutkimus toteutettiin ryhmähaastattelemalla kahta vapaaehtoistoiminnan tukiyksikön suunnittelijaa, neljää Suomen Punaisen Ristin ystävätoiminnan vapaaehtoistyöntekijää ja neljää kotihoidon työntekijää. Pitkäaikaisilla kotihoidontyöntekijöillä ei ollut juurikaan kokemusta vapaaehtoistoiminnasta. Yhteistyökokemusta oli lähinnä Punaisen Ristin ystävätoiminnasta ja vapaaehtoisista saattajina ja ulkoiluapuna. Toiset vapaaehtoiset olivat tukeneet iäkkäitä jopa kuusi vuotta mutta myös he kertoivat tehneensä yhteistyötä kotihoidon kanssa vain jonkin verran. Yhteistyötä kaivattiin lisää ja esille nousi etenkin toive kotihoidon ja vapaaehtoisten säännöllisistä tapaamisista. Tuloksissa ehdotettiin yhteisiä neuvotteluita, jossa olisi vapaaehtoisen ja kotihoidon työntekijän lisäksi myös asiakas sekä omaiset. Keskeiseksi koettiin myös koulutuksellisen yhteistyön kehittäminen. Toimivan kumppanuuden edellytyksenä nähtiin vapaaehtoistoimijoiden rekrytoinnin keskittäminen, koordinoijien nimeäminen, yhteistyöhön vaikuttavien rakenteiden selkeyttäminen ja yhteisten pelisääntöjen luominen. Jatkuva kumppanuuden edistämiseksi kotihoidon tulisi kyetä tunnistamaan systemaattisesti vapaaehtoistyöstä hyötyviä asiakkaita ja merkitä vapaaehtoistyön käyttö myös hoito- ja palvelusuunnitelmaan. Kotihoito voisi mahdollisuuksien mukaan huolehtia myös vapaaehtoisten koulutuksesta ja ohjauksesta. (Hyvärinen & Lähde 2009: 16,19,27-28, 34-37.)

### 6.3 Lyhytkestoinen ja projektimainen vapaaehtoistyö

Nyky-yhteiskunnassa löytyy paljon uutta episodista patkavapaaehtoisuutta. Se voi tarkoittaa lyhytkestoista muutaman tunnin kestävästä, säännöllistä mutta alle puoli vuotta kestävästä tai satunnaista mutta säännöllistä vapaaehtoistoimintaa. Esimerkiksi talkoisiin ja yhteisvastuukeräyksiin (Lötjönen ja Kivimäki 2009: 9) osallistuminen ovat suosittuja episodisia vapaaehtoistoimintoja seurakunnassa. Monet pitkäaikaisempaa sitoutumista edellyttävät vapaaehtoistoiminnan muodot pitävät yhä pintansa ja valtaosa sosiaali- ja terveysjärjestöistä keskittyy nii-

hin. Vain noin 14 % järjestöistä ilmoittaa panostavansa lähinnä lyhytaikaiseen vapaaehtoistoimintaan. Episodista vapaaehtoisuutta löytyy kuitenkin jo jossain muodossa 2/3 sosiaali- ja terveysalan järjestöistä. Lyhytaikaisen vapaaehtoisuuden suosio on monen tutkijan mukaan kasvamassa ja se houkuttaa eniten nuoria aikuisia mukaan toimintaan. Monet vapaaehtoiset eivät lähde helposti toimintaan, jos he kokevat sen sitovan itseänsä liikaa. (Pessi & Orava-saari 2010: 142,189,171; Nylund & Yeung 2005: 27-28; Lahtinen 2009: 132.) Varsinkin nuorten aikuisten elämä on usein kiireistä ja heidän suurin syy olla ottamatta osaa vapaaehtoistoimintaa on ajanpuute. Yeungin tutkimusten mukaan myös kolmasosa yli 50- vuotiaista ja viidesosa eläkeläisistäkin nimeää juuri ajanpuutteen keskeisimmäksi osallistumisen esteeksi. Lyhytaikainen vapaaehtoisuus voisi innostaa siis lisää toimijoita. (Yeung 2002: 44-45.)

Episodista vapaaehtoisuus ei ole huonompi tai itsekäämpi vaihtoehto kuin pidempiaikainen vapaaehtoisuus. Kannattaa kuitenkin harkita mihin vapaaehtoisuuden muotoihin kumpikin parhaiten soveltuu. Koskiahon mielestä esimerkiksi lasten, sairaiden ja ikääntyvien huolenpitoon liittyvät vapaaehtoisuuden muodot tulisi pohjautua pitkäaikaista sitoutumista edellyttävän toimintaan. Kaiken kaikkiaan yhteiskunnassa on paljon tilausta hyvin eri kestoisille vapaaehtoistyölle ja tutkimusten mukaan vapaaehtoisuuteen kannattaisikin tarjota monipuolisia vaihtoehtoja. (Nylund & Yeung 2005: 28; Koskiahon 2001: 37; Yeung 2004: 98.)

Sosiaali- ja terveysjärjestöt näkevät yhtenä vapaaehtoistoimintaan liittyvänä innovaationa yhteistyöprojekteissa uudet muodot ja sisällöt. Keskeisenä pidetään joustavien toiminnan mukana elävien rakenteiden luomista. Projektien avulla on kehitelty uusia tapahtumia ja saatu erilaista osaamista toimijoille. Niiden hallitseminen vaatii järjestöjen mukaan kuitenkin kohderyhmien tarkkaa valitsemista ja toiminnan suunnittelua heidän lähtökohdistaan. Toiminnan rajaaminen antaa selkeän kuvan toiminnasta ja innostaa useampia vapaaehtoisia. Tärkeintä vapaaehtoistoiminnan projekteissa on kuitenkin osallistujille osoitettu arvostus. Vapaaehtoistoimijoiden huomioiminen antaa voimaa jatkaa eteenpäin. (Pessi & Orava-saari 2010: 93,95,170-171,164.) Monipuolisen tuen järjestäminen lyhytaikaisissa projekteissa on kuitenkin haasteellista, koska toiminnalle ei ole jo olemassa olevia rakenteita (Harju ym. 2001: 96-97). Projekteissa kehitettyjä toimiville toimintamalleille tulisi turvata myös jatkuvuutta projektien päättyttyä. Jos toiminta jää vain vapaaehtoisuuden varaan, on sillä suuri vaara hiipua ja kuihtua kokoon (Koskiahon 2001: 30).



## 7 TUURAUSTA OMAISHOITAJIEN TUKENA

Loppuvuodesta 2009 alkaneen pilotin tarkoituksena on ollut kokeilla, miten iäkkäitä omaishoitoperheitä voisi tukea vapaaehtoisten avulla. Kotihoito on hankkinut vapaaehtoistyöstä kiinnostuneet omaishoitoperheet ja seurakunta vapaaehtoiset. Pilotin ensimmäisen käynnistymisvuoden aikana mukana on ollut kymmenkunta aktiivista vapaaehtoista. Tuona aikana toiminnasta on jättäytynyt pois muutama vapaaehtoinen. Koska myös pari uutta vapaaehtoista on tullut aloituksen jälkeen mukaan, on kokoonpano pysynyt kutakuinkin samana. Vapaaehtoiset ovat tavanneet omaishoitoperheitä silloin tällöin seurustellen ja auttaen muun muassa ulkoilussa ja asioinneissa. Lisäksi vapaaehtoiset ovat tavanneet viisi kertaa toisensa sekä toimintaa organisoivan seurakunnan diakonin ja Vantaan kaupungin kotihoidon esimiehen vuoden sisällä. Olen ollut myös itse mukana kyseisissä yhteistyökumppaneiden iltamissa kuulumisia. Seuraavaksi kerron pilotin linkittymisestä ”Omaishoito kehittyi”-osaprojektiin, pilotin suunnitteluvaiheesta ja etenemisestä iltamien osalta.

### 7.1 Taustaa

Pilotti kuuluu osaksi vuonna 2008 - 2011 toteutettavaan ”Omaishoito kehittyi” - osaprojektiin, joka on yksi neljästä kolmivuotisen ESR -rahoitteisen ”Muutosvoimaa vanhustyön osaamiseen”- hankkeen osakokonaisuudesta. Mukana kehittämistyössä ovat Vantaan kaupunki, Laurea - ammattikorkeakoulu ja Aalto-yliopiston kauppakorkeakoulu mutta yhteistyötä tehdään myös muiden tahojen kuten seurakunnan, järjestöjen ja vapaaehtoisten kanssa. Projektin tarkoituksena on ollut kehittää erilaisia rahallisen tuen ulkopuolisia palvelumuotoja kaikkien iäkkäiden omaishoitoperheiden tukemiseksi Vantaalla. (Omaishoito kehittyi - projektisuunnitelma 2008.) Tämä tavoite on kirjattu myös Vantaan ikääntymispoliittiseen ohjelmaan (Vantaan ikäpoliittinen ohjelma 2010: 85-85). Omaishoito kehittyi - osaprojektin puitteissa on laadittu omaishoidon esite, käynnistetty omaishoitajien terveystarkastuksia ja laajennettu omaishoitajien mahdollisuuksia vapaahetkiin (Omaishoito kehittyi. Kehittämiskohteet ja kokemukset 2010). Näiden toimien avulla halutaan panostaa ennaltaehkäisevään työotteeseen ikääntyvien omaishoidossa. Tavoitteena on vahvistaa omaishoitoperheiden hyvinvointia ja tukea heidän kotona asumistaan. (Heinonen: 2008; Omaishoito kehittyi - projektin projektisuunnitelma: 2008.)

Vuoden 2010 alkupuolella lakisääteisen omaishoidontuen piirissä olevia yli 65-vuotiaita vantaalaisia asiakkaita oli noin 370, joka tarkoittaa reilua puolta kaikista vantaalaisista omaishoidontuen saajista (Rintala 2010:6). Koko Suomessa on reilu 300 000 omaishoitajaa, joista vain noin 10 % saa kunnallista omaishoidontukea. Noin kaksi kolmasosaa kaikista omaishoitajista on

yli 65- vuotiaita. Tilanne kuvastaa pitkälti myös Vantaan tilannetta ja kaupungissa on monia virallisen tuen ulkopuolella oleva iäkkäitä omaishoitajia. Omaishoidolla tarkoitetaan vanhuksen, vammaisen tai sairaan henkilön hoidon ja huolenpidon järjestämistä kotiloissa omaisen tai muun hoidettavalle läheisen henkilön avulla (Sariola 2008: 165). Omaishoidontuki on lakisääteinen palvelukokonaisuus, johon sisältyy hoidettavaa ja hoitajaa tukevat sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut, hoidon sitovuuden ja vaativuuden perusteella omaishoitajalle annettava hoitopalkkio ja jatkuvaa omaishoitajatyötä tekeville henkilöille mahdollisuus pitää vähintään kolme vuorokautta vapaata kuukaudessa (Lahtinen 2008: 106; Kinnunen 2009).

Pilotin ideana on kokeilla, miten omaishoitoperheiden arkea voitaisiin helpottaa vapaaehtoisten tuurausten avulla. Ajatuksena on tarjota osaprojektiin osallistuville iäkkäille omaishoitoperheille seurakunnan vapaaehtoista tuuraajaa kotiin kerrallaan noin 1-4 tunniksi. Tuurausten avulla halutaan mahdollistaa omaishoitajille virkistys- ja asiointivapaa tukien näin omaishoitajien jaksamista. Omaishoitajien tukemisesta kiinnostuneet vapaaehtoiset sitoutuvat aluksi vain yhteen varsinaiseen tuuraukseen. Toiveena kuitenkin on, että mahdollisimman moni vapaaehtoinen voisi toimia kotilomittajana useammankin kerran. Vapaaehtoisten pääasiallinen rooli on pitää hoidettaville seuraa. He voivat halutessaan myös tarjota ulkoiluapua tai tarvittaessa auttaa pienissä arkiaskareissa. Vapaaehtoisille tehdään kuitenkin selväksi, että heidän toimenkuvaan eivät kuitenkaan kuulu hoitotoimenpiteet tai kodinhoidolliset tehtävät kuten siivous. (Kutsukirje vapaaehtoistehtävään: 2009; Omat muistiinpanot työntekijöiden keskustelujen pohjalta.)

## 7.2 Pilotin käynnistyminen

Pilotin alustava ideointi aloitettiin keväällä 2009 kotihoidon ja seurakunnan yhteistyönä. Syksyllä toteutetuissa omaishoidonpalavereissa on suunniteltu tuurausten käynnistämistä. Ensimmäinen alustava asiaa koskeva suunnittelupalaveri, jossa itse olin mukana, pidettiin elokuussa 2009. Tällöin paikalla oli kolme omaishoidon parissa työskentelevää Vantaan kaupungin työntekijää. Tapaamisessa keskusteltiin Helsingin kaupungin omaishoidon toimintakeskuksista organisoituvista omaishoitoperheiden tuurauspalveluista. Niissä toimii yhteensä kymmenkunta palkallista kotiavustajan nimekkeellä olevaa tuuraajaa, jotka tekevät maksutonta kotilomitusapua enintään kahdeksan tuntia kuukaudessa. Palvelua tarjotaan vain lakisääteisen omaishoidontuen piirissä oleville. Palaverissa mietittiin keinoja soveltaa vastaavanlaista tukimuotoa Vantaalle. (Omat muistiinpanot keskustelujen ja palaverin pohjalta.)

Lokakuun alkuun mennessä alueellisessa kotihoidossa oli voimistunut ajatus tuurausten aloittamisesta vapaaehtoisten voimin. Vantaan seurakunnan vuoden 2009 painopistealueena on omaishoitajien tukeminen ja seurakunnan diakoni oli ottanut yhteyttä kotihoitoon asian puit-

teissa ensimmäisen kerran toukokuussa 2009. Lokakuun alussa asiasta pidettiin suunnittelupalaveri, johon itsekin osallistuin. Silloin läsnä olivat seurakunnan diakonityöntekijä sekä viisi alueella toimivaa kotihoidon työntekijää. Palaverissa hahmoteltiin pilotin alustavia tavoitteita sekä sovittiin seurakunnan ja kotihoidon vastuualueista. Seurakunnan tehtävänä olisi hankkia vapaaehtoiset ja kotihoidon esimies huolehtisi sopivien omaishoitoperheiden löytymisestä. Alkuperäisenä ideana on ollut tarjota tietyn kotihoidon alueen piirissä oleville lakisääteisen tuen ulkopuolella oleville omaishoitoperheille kirkon vapaaehtoisten tarjoamaa tuurauspalvelua. Palaverissa sovittiin, että seurakunta järjestäisi vapaaehtoisten rekrytointitilaisuuden lokakuun alkupuolella ja omaishoitoperheiden tuurauksiin perehdyttävä yhteisvoimin järjestetty tilaisuus pidettäisiin 17.11.2009. (Omat muistiinpanot keskustelujen ja palaverin pohjalta.)

Pidimme kotihoidon esimiehen ja diakonin kanssa pienpalaverin vielä 23.10.2009, jossa kävimme lyhyesti läpi pilottiin alustavasti ilmoittautuneiden henkilöiden tarpeita ja toiveita. Diakoni oli puolestaan tavoittanut alustavasti 14 tuurauksista kiinnostunutta vapaaehtoista. Hän kertoi käyttäneensä seurakunnan vapaaehtoisten rekrytoimisessa useita keinoja. Vapaaehtoistyön tarpeesta oli laitettu ilmoitus seurakunnan lehteen ja uusille seurakuntalaisille oli lähetetty kutsu postitse. Nämä tiedotuskanavat eivät kuitenkaan tuottaneet toivottua tulosta. Niiden kautta vapaaehtoiseksi ilmoittautui vain kaksi henkilöä. Seurakunnan diakoni päätti lähestyä kirjeitse niitä vapaaehtoisia, jotka olivat aiemmin osallistuneet seurakunnan "Unelmatalokoot"-projektin toteutukseen. Tätä kautta saimme paikalle 14 vapaaehtoista. (Omat muistiinpanot keskustelujen ja palaverin pohjalta.) Vapaaehtoistoimijoiden kokemukset osoittavatkin, että tehokkain rekrytointitapa tapahtuu henkilökohtaisesti osoitettuna (Pessi ja Oravasaari 2010: 181; Pasma 2006: 77). Palaverissa sovimme, että osallistuisin vapaaehtoisten ja toimintaa organisoivien toimijoiden yhteisiin tapaamisiin kirjurin roolissa. Seuraavassa osiossa kerron tilaisuuksista tekemiini muistioihin ja havaintoihin perustuvista neljästä ensimmäisestä tapaamisesta.

### 7.3 Toteutus ja seuranta

Osallistuin omaishoitajien tuurauksiin hakeutuneiden seurakunnan vapaaehtoisten ensimmäiseen tapaamiseen 17.11.2009. Kahden tunnin mittainen iltatilaisuus järjestettiin seurakunnan tiloissa. Läsnä olivat kotihoidon esimies ja sairaanhoitaja kotihoidosta, seurakuntaan diakonityöntekijä sekä kaksi opiskelijaa. Kahdestatoista tilaisuuteen ilmoittautuneesta vapaaehtoisesta yhdeksän saapui paikalle. Tilaisuus alkoi esittelykierröksellä ja tuurauspilotin taustan esittelyllä. Tämän jälkeen kuvattiin osaprojektiin ilmoittautuneita omaishoitoperheitä sekä kerrattiin vapaaehtoisten roolia, oikeuksia ja vastuita. Heille annettiin myös muutama käytännön vinkki tuurausten toteutusta varten. Lopuksi omaishoitoperheet jaettiin vapaaehtois-

ten kesken ja vapaaehtoiset saivat omaishoitoperheiden ja pilotin vastuuhenkilöiden yhteystiedot. Seuraava yhteinen tapaaminen sovittiin pidettäväksi 12.1.2010 jolloin olisi tarkoitus käydä läpi omaishoitajien ja vapaaehtoisten kohtaamisia ja sen hetkistä tilannetta. Vapaaehtoisia rohkaistiin ottamaan itse yhteyttä omaishoitoperheisiin ja sopimaan tuurauksen ajan-kohta. Kotihoito tarjosi kuitenkin mahdollisuutta tutustumiskäyntiä omaishoitoperheelle tutun kotihoidon esimiehen kanssa, jos omaishoitoperhe tai vapaaehtoinen tuntee siihen tarvetta.

12.1.2010 seurakunnassa pidettävään iltatilaisuuteen saapui seitsemän vapaaehtoista. He kertoivat kohtaamisistaan omaishoitoperheiden kanssa. Kaikki heistä oli tavannut omaishoitajan ja/tai hoidettavan ainakin kerran. Muutama vapaaehtoinen oli nähnyt tuettavia jo pariin otteeseen. Valtaosa kohtaamisista kuulosti puheenvuorojen perusteella sujuneen myönteisissä merkeissä ja suurimmalla osalla vapaaehtoisista oli ajatuksena myös jatkaa tuurauksia. Pari vapaaehtoista ajatteli tuurauksia kuitenkin lähinnä kertaluontoisena ja lyhytaikaisena vapaaehtoistoiminnan muotona. Vapaaehtoiset ottivat esille myös mieltään askarruttavia asioita. Tilaisuudessa pohdittiin vakuutuksen jatkuvuutta, omaishoitoperheiden lisääntyvää avuntarvetta, vapaaehtoisten työnkuvaa sekä pienimuotoisia kuluja, joita aiheutui muun muassa oman auton ja puhelimen käytöstä. Työntekijöitä paikalla edusti aikaisemminkin yhteisessä kokoontumisessa olleet kotihoidon esimies, diakoni ja sairaanhoitaja. Itse toimin toistamiseen opiskelijan roolissa kirjurina. Työntekijät pyrkivät osoittamaan vapaaehtoisille kiinnostusta, arvostusta ja tukea. Heitä kiitettiin tuurauksista, pyydettiin ottamaan yhteyttä työntekijöihin tarvittaessa ja muistutettiin omien voimavarojen ja rajojensa huomioimisesta. 1,5 tunnin tilaisuus sujui mielestäni myönteisessä hengessä. Lopuksi vapaaehtoisten kesken sovittiin seuraava vastaava tapaaminen huhtikuun lopulle.

Kokoonnuimme jälleen 29.4.2010. Paikalla olivat samat työntekijät kuin aikaisemminkin. Vapaaehtoisia oli kymmenen ja heistä kaksi olivat ensimmäistä kertaa tapaamisessa. Kahvitusten ja esittelykierroksen jälkeen kotihoidon esimies kertasi uusille kasvoille pilotin etenemistä ja tavoitteita. Hän myös esitteli ”Omaishoito kehittyi”- osaprojektin puitteissa kehitettyjä tapoja tukea omaishoitoperheitä. Vapaaehtoisia muistutettiin huolehtimaan myös omista rajoistaan. Jos sitä tehdä vain velvollisuudesta ja eikä vapaaehtoistyöstä saa itselleen juuri mitään, ei vapaaehtoistyö aja tarkoitustaan. Iltamassa keskusteltiin siitä, minkälaisia asioita ja askareita vapaaehtoinen voi tehdä. Eräältä omaishoitoperheeltä oli tullut kohtuuttomia pyyntöjä vapaaehtoiselle. Häntä oli muun muassa pyydetty hoidettavan avuksi kokonaiseksi pyhäpäiväksi. Työntekijät muistuttivat mahdollisuudesta saada tukea omaishoitoperheen tuuraussuhteen lopettamiseen. Vapaaehtoisia rohkaistiin ottamaan yhteyttä työntekijöihin hankalissa tai epäselvissä tilanteissa. Kokoontumisessa oli puhetta myös vastuista ja velvollisuuksista. Lisäksi pohdittiin vapaaehtoisille syntyviä kustannuksia kuten puhelinelaskuja sekä bensakuluja. Työntekijät lupasivat selvittää mahdollisuutta korvata kuluja jatkossa. Paikallaolijoille tarjennettiin myös paikallaolijoiden vaitiolovelvollisuutta. Pilottiin osallistuneiden henkilökoh-

taisista asioista ei ulkopuolisille kerrota. Seuraava vapaaehtoisten iltama sovitaan pidettäväksi vasta syyskuussa, koska vapaaehtoiset kertoivat suunnitelleensa monenlaisia menoja kesäksi. Diakoni muistutti kuitenkin sitä ennen kesän alussa järjestettävästä vapaaehtoisten juhlas- ta ja toivotti vapaaehtoiset sinne lämpimästi tervetulleeksi. Kotihoidon esimies kertoi myös ajatuksesta tehdä lehtijuttu tuurauspilotista ja kyseli mahdollisia haastatteluun halukkaita.

Osallistuin myös 20.9.2010 vapaaehtoisten ja työntekijöiden yhteiseen tapaamiseen. Lisäksi paikalla oli sairaanhoitaja kotihoidon esimies, seurakunnan diakoni, Laurea-ammattikorkeakoulun lehtori sekä yhdeksän vapaaehtoista. Ensimmäistä kertaa kokoontumi- ssa olivat Laurean lehtori ja yksi pilottiin halukas oleva uusi vapaaehtoinen. Diakonin siuna- uksen ja vapaaehtoisille osoitettujen kiitosten jälkeen käytiin esittely- ja kuulumiskierros. Useimmat vapaaehtoiset kertoivat jatkaneensa käyntejään entiseen tapaan. Pari vapaaehtois- ta ei ollut päässyt toteuttamaan omaishoitajan tapaamisia kesällä omien tai omaishoitoper- heiden esteiden vuoksi. Kukaan ei ollut lopettanut kokonaan tukisuhdetta, mutta erään va- paaehtoisen kohdalla mietittiin mahdollisuutta antaa hänelle sellainen omaishoitoperhe, joka hyötyisi paremmin vapaaehtoisen antamasta avusta. Monet vapaaehtoiset kertoivat kuitenkin positiivisia kokemuksia. Paikallaolijat vaikuttivat olevan tyytyväisiä myös omaishoitoperheestä ja heitä auttavista vapaaehtoista tehtyyn lehtiartikkeliin, joka oli julkaistu seurakunnan leh- dessä ja nettisivuilla. Työntekijät esittelivät sitä tilaisuudessa. Lehtiartikkelin tekeminen aiheesta onkin mielestäni oiva tapa saada näkyvyyttä asialle. Harjun ym. (2001: 80-81,83) mukaan toiminnan esittely paikallisissa tiedotusvälineissä on myös hyvä keino saada lisää va- paaehtoisloisia mukaan toimintaan. Kotihoidon esimies kertoi vapaaehtoisten iltamassa, että pilottia on pyritty tekemään näkyväksi myös ”Omaishoito kehittyi”-osaprojektin verkostota- paamisissa. Lopuksi seurakunnan diakoni muistutti, että vapaaehtoisten toivotaan kysyvän neuvoa, jos omaishoitoperheiden kanssa ilmenee ongelmia. Joskus tukisuhde on järkevää lo- pettaa eikä vapaaehtoisten kannata syyllistää siitä itseään. Seurakunnasta tarjotaan ohjausta ja tukea. Vapaaehtoisilta kysyttiin myös halukkuutta koulutuksiin. Alustavana toiveena esitet- tiin terveys-aiheista tilaisuutta. Lopuksi diakoni jakoi vapaaehtoisille Arjen Ankkurit - opaskir- jasen (Lehtonen ja Tommola 2008), jonka esittelin diakonille keväällä 2010. Se on Eläkeliiton julkaisema opas iäkkäässä omaishoitoperheessä toimivalle vapaaehtoiselle. Opas antaa vink- kejä ja ajatuksia kohtaamisista, vapaaehtoisen roolista, tavoista auttaa, vapaaehtoisen hyvin- voinnin ylläpitämisestä sekä vapaaehtoistyön toiminnan näkyväksi tekemistä. Reilun puolen- toista tunnin tapaaminen päätettiin sopimalla seuraava tapaaminen, joka pidettäisiin marras- kuussa.

## 8 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Toteutin opinnäytetyöni tapaustutkimuksena Pohjois-Vantaalla elokuun 2009 ja marraskuun 2010 välillä. Selvitin vapaaehtoisten sitoutumiseen vaikuttavia asioita muistioiden ja puoli-strukturoitujen teemahaastattelujen avulla. Lähetin haastattelupyynnön niille vapaaehtoisille, jotka olivat käyneet omaishoitoperheissä ja aikoivat tuolloin jatkaa vapaaehtoistoimintaa. Huolettujen alkuvalmistelujen jälkeen toteutin seitsemän haastattelua maaliskuun huhtikuussa 2010. Pyrin painottamaan työssäni vapaaehtoisten näkökulmaa ja antamaan sille paljon tilaa. Etukäteen valituista teemoista huolimatta pyrin toimimaan joustavasti koko opinnäytetyöprosessin aikana. Hyödynnän työssäni etnografista otetta ja käytettävyytutkimusta. Litteroin nauhoitetut haastattelut tarkasti ja analysoin niitä niin aineisto- kuin teorialähtöisestikin sisällönerittelyn ja teemoittelun avulla. Tarkoitukseni on ymmärtää vapaaehtoisten tarpeita ja saada ideoita vapaaehtoistoiminnan kehittämiseen.

### 8.1 Tapaustutkimus ja etnografinen tutkimusote

Tapaustutkimuksen tekeminen voidaan aloittaa kiinnostavista käsitteistä. Silloin etsitään tapaus, jossa niitä voidaan tutkia. Toinen mahdollisuus on tarkentaa katseensa ensin johonkin kiinnostavaan tapaukseen ja lähteä sitten miettimään, mitkä käsitteiden avulla tapausta kannattaisi tutkia. (Laine, Bamberg & Jokinen 2007: 11.) Itse käytin pääasiassa jälkimmäistä tapaa. Mielenkiinnon kohteeksi valikoitui vapaaehtoisvoimin omaishoitajia tukeva pilotti, jonka jälkeen lähdin miettimään tutkimuksen rajaamista. Ensin ajattelin kerätä kokemuksia niin omaishoitoperheiltä kuin vapaaehtoisiltakin, mutta rajallisten resurssien vuoksi päätin kohdistaa katseeni vapaaehtoisiiin. Näin minulla on mahdollisuus syventyä tarkemmin heidän näkemuksiinsä. Valinta tuntui luonnolliselta myös siksi, että olin saanut kosketuksen useimpiin tutkittaviin entuudestaan vapaaehtoisten iltamissa.

Tapaustutkimus sopii hyvin jonkin asian nykytilan kuvaamiseen. Tapauksen haltuunotto edellyttää usein kurkistusta myös menneisyyteen ja tulevaisuuteen. Aikajänteeseen vaikuttaa tutkimuksen kohteeksi valittu ilmiö tai tapahtuma, jota pyritään kuvaamaan tarkasti. Suurenlaisin voi olla esimerkiksi yksilö, yhteisö, organisaatio, kumppanuus, kaupunki, tai tapahtumakulku. Tarkastelun kohteena on yksi tai pieni joukko tapauksia. (Häikiö & Niemenmaa 2007: 43, 9-10; Malmsten 2007: 71.) Omassa tutkimuksessani kiinnostukseni keskiössä ovat vapaaehtoiset ja heidän sitoutumiseen liittyvät tekijät. Lähtökohtanani on ollut tarkastella Pohjois-Vantaan pilotissa mukana olevia seurakunnan vapaaehtoisia. Tapaustutkimuksessa painottuukin toimintaympäristön merkitys. Lähiympäristön lisäksi tutkimuskohdetta on syytä tarkastella laajemmassa kontekstissaan, jolloin huomioidaan myös tapaukseen vaikuttavat

taloudelliset, poliittiset, sosiaaliset ja kulttuuriset näkökulmat. (Häikiö & Niemenmaa 2007: 46.) Tapauksen ja sen yhteyksien erottelu on usein kuitenkin kuin veteen piirretty viiva. Myös omassa tutkimuksessani rajaa hämärtää muun muassa pilotin prosessimaisuus. Toimintaympäristöä ei voi rajata selkeästi, koska pilottiin liittyvät tuuraukset ja tapahtumaketjut jatkuvat muuttaen muotoaan vielä tutkimuksen jälkeen. Tyypillistä tapaustutkimuksessa on myös laaja-alainen analyysi luonnollisesti ilmenevästä tapauksesta, kiinnostus sosiaalisiin prosesseihin, erilaisten aineistojen ja menetelmien hyödyntäminen sekä aikaisempien tutkimuksien käyttö. (Laine ym. 2007: 10.)

Etnografinen tutkimusmenetelmä pyrkii kuvaamaan tarkasti tutkimuksen kohteena olevien ihmisten antamia merkityksiä toiminnalleen, tavoitteilleen ja ympäristölleen. Usein taustalla on ajatus tietyn ryhmän jäsenien tulkintojen taustalla löytyvistä samansuuntaisista tai yhdistävistä ajatuksista kuten jokin tietty arvomaailma. Tavoitteena on laaja-alaisen ymmärryksen tuottaminen tutkittavien näkökulmaa painottaen. Valittua kokonaisuutta on tarkoitus tulkita eläväisesti ja kokonaisvaltaisesti tulkiten. (Lappalainen 2007: 9-11.) Lisäksi etnografiselle tutkimusstrategialle on tyypillistä osallistuva havainnointi tutkittavien arjessa tai muuten kenttätyössä. Aineisto muotoutuu yleensä myös keskusteluiden ja haastatteluiden pohjalta. Etnografiset haastattelut voi toteuttaa avoimena tai strukturoituna tutkimuksesta riippuen. (Vuorinen 2005: 65-68.) Itse hyödynsin tutkimuksessani osallistuvan havainnointia niin, että tutkijan roolini ja tavoitteet olivat muiden tiedossa, jolloin olin havainnoija osallistujana vapaaehtoisten iltamissa. Oleellinen osa aineistonkeruutani oli myös vapaaehtoisten puolistrukturoidut haastattelut. Etnografiselle tutkimustyylin mukaisesti täydensin aineistoa myös aiheeseen liittyvällä kirjallisuudella ja tutkimuksilla.

Omassa tutkimuksessa on piirteitä etenkin limittäisestä etnografiasta ja käytettävyystudkimuksesta. Käytettävyystudkimuksen tavoitteena on auttaa ymmärtämään tutkittavien tarpeita. Tutkittavia kuuntelemalla voidaan saada tietoa siitä, miten toimintaa voisi kehittää. Vapaaehtoisia haastatteleamalla saadaan siis vinkkejä vapaaehtoistoiminnan tukemisesta ja kehittamisestä. Etnografisen käytettävyystudkimuksen toteuttamisen tarkoitus voi olla myös vahvistaa toiminnassa mukana olevien keskinäistä luottamusta ja yhteydenpitoa. Tutkimuksella on mahdollista helpottaa näin toiminnan kehittelyä tulevaisuudessa. (Vuorinen 2007: 71-73.) Limittäinen etnografia liittyy tapaustutkimuksen tavoin johonkin rajattuun asiayhteyteen, jolloin katse kohdistuu esimerkiksi tiettyyn paikkaan ja aikaan. Yleensä limittäisen etnografian tutkimusprosessi kestää reilun vuoden. (Lappalainen 2007: 10.) Oma tutkimukseni kohdistuu Pohjois-Vantaalle ja sijoittuu ajallisesti elokuun 2009 ja marraskuun 2010 välille. Limittäinen etnografiatutkimuksen prosessi toteutuu usein osittain samanaikaisesti toiminnan kehittämisen kanssa, jolloin tutkija ja toiminnan kehittäjät vaikuttavat toistensa työhön ja voivat tukea toisiaan (Lappalainen 2007: 10). Myös tämä näkökulma on toteutunut jossain määrin opinnäytetyöprosessini aikana tehdessäni yhteistyötä pilotissa mukana olevan kotihoi-

don esimiehen ja diakonin kanssa. Lisäksi olen pyrkinyt etnografisen tutkimustyylin mukaisesti antamaan paljon tilaa tutkittavien esiin tuomille yksityiskohdille käyttämällä paljon sitaatteja (ks. Vuorinen 2005: 64)

## 8.2 Teemahaastattelu tutkimusmenetelmänä

Vapaaehtoistyötä on tutkittu Suomessa ja kansainvälisesti paljon määrällisin menetelmin kuten kyselylomakkein ja esiin on noussut tarve panostaa enemmän laadullisiin tutkimuksiin (esim. Yeung 2004). Valitsin menetelmäksi teemahaastattelun, koska haluan syvällisen kuvan vapaaehtoisten sitoutumiseen liittyvistä tekijöistä. Teemahaastattelu mahdollistaa vapaaehtoisten monimuotoisen kokemusten ja ajatusten näkyväksi tekemisen. Äänen antaminen vapaaehtoisille korostaa heidän subjektisuuttaan. Teemahaastattelun avulla aiheesta voidaan saada kuvaavia esimerkkejä ja asioiden välisiä yhteyksiä on helpompi hahmottaa. Teemahaastattelun etuna kirjalliseen kyselyyn verrattuna on kuitenkin se, että mielipiteille voidaan kysyä perusteluja ja tarkennusta. Haastattelussa voi myös paremmin motivoida vastaamaan. (Hirsijärvi & Hurme 2008: 35-37; Hirsijärvi, Remes & Sajavaara 2009: 205-206.) Yksilöhaastattelussa voi syventyä yhden vapaaehtoisen kokemuksille. Vapaaehtoisilla on ollut muutama tilaisuus vaihtaa pilottiin liittyviä kokemuksia ryhmässä pientapaamisissa. Ajattelin yksilöhaastatteluiden tuovan siten vaihtelua ja mahdollistavan erilaisen tavan kertoa kokemuksistaan. Hirsijärven ja Hurmeen (2008: 63) mukaan haastateltavat saattavat myös jättää saapumatta helpommin ryhmä- kuin yksilöhaastatteluun. Lisäksi arimpien henkilöiden voi olla haastateltavan ohjaamisesta huolimatta vaikea tuoda esille mielipiteitään ryhmässä. Koska haastateltavat eivät tunteneet hyvin toisiaan, tuntui yksilöhaastattelu luontevimmalta tavalta selvittää sitoutumiseen liittyviä tekijöitä.

Teemahaastattelussa valitaan aihepiirit, jonka ympärille haastattelukysymykset kietoutuvat (Eskola & Vastamäki 2010: 28). Kiinnostukseni kohteena on vapaaehtoisten sitoutuminen ja siihen vaikuttavat tekijät. Haastatteluni yläteemoiksi muotoutui tämän perusteella vapaaehtoisten motivaatio sekä toiminnan mielekkyys ja huomioiminen. Teemat ovat sidoksissa paitsi sitoutumiseen käsitteeseen myös toisiinsa. Esimerkiksi motivaatio voi antaa lisävalaistusta huomioimisen teeman tulkintaan ja huomioiminen voi selittää mielekkyyden käsitettä. Eri kategorioiden nimeämisen tarkoitus on suunnata aineiston keruuta. (Laine ym. 2007: 38.) Suunnitteluvaiheessa listasin useita kategorioihin liittyviä kysymyksiä. Lopulta teemojen alle syntyi pääkysymyksiä, jonka alle listasin vielä tarkentavia kysymyksiä. Hirsijärven & Hurmeen (2008: 103) mukaan teemahaastattelurungon huolellinen suunnittelu antaa paremmat eväät ydinteemoihin keskittymiseen. Yksityiskohtaisten kysymysten miettiminen voi helpottaa myös haastattelun etenemistä, jos haastateltava on arka tai vähäsanainen. Joissakin haastattelussa sain hieman syvällisempää tietoa tarkentavilla kysymyksillä. Aina niiden esittäminen ei kui-



tenkaan tuonut toivottua lisävalaistusta. Eskola & Vastamäki (2010: 38) painottavat haastattelavan kunnioittamista. Tietoja ei voi nyhtää väkisin haastateltavista. Haastateltavalla ei välttämättä ole mielipidettä asiasta tai asian kertominen voi tuntua vastenmieliseltä.

Kysymykseni saivat lopullisen muodon muokattuani tutkimuskysymyksiäni, tutustuttuani aiheeseen liittyvään kirjallisuuteen ja tutkimuksiin sekä keskusteltuani pilottia järjestäneiden työntekijöiden kanssa ja osallistuttuani kahteen vapaaehtoisten iltamaan. Eskola & Vastamäki (2010: 35) uskovat teemahaastattelurungon kokoamisen onnistuvan parhaiten syventymällä monipuolisesti mutta kriittisesti aikaisempaan kirjallisuuteen ja teorioihin sekä käyttämään luovaa ideointia. Myös kaltaiselleni etnografiselle tapaustutkimukselle on ominaista kysymysten kypsytely ja tarkentuminen pikkuhiljaa. (Laine ym. 2007: 38; Vuorinen 2005: 65.) Keskeistä on myös teemojen vastaavuus tutkimuskysymysten kanssa. Teemahaastattelurunkoa laatiessani pyrin peilaamaan haastattelukysymyksiä tutkimusongelmaani ja siihen liittyviin alustaviin johtajatuksiin, josta tutkimuskysymykseni alkoivat lopulta muotoutua. Kysymykset ja osin tutkimuskysymyksetkin ovat eläneet prosessin aikana, koska ajatuksenani oli pysyä avoimena haastatteluista esiin tuleville uusille teemoille. Teemahaastattelujen tehtävä ei ole vahvistaa vain ennalta tiedettyjä teorioita ja asioita vaan myös pohtia, voisiko aineistosta löytää uusia näkökulmia (Eskola & Suoranta 2005: 120, Eskola 2010: 182).

### 8.3 Haastattelujen suunnittelu ja toteutus

Eräs keino rajata haastateltavien määrä on saturaatio eli kylläntyminen. Sen mukaan aineistoa on riittävästi, kun uudet tapaukset eivät anna tutkimusongelmaan uutta tietoa. Kylläntymispisteeseen vaikuttaa tutkimuksen lähtökohta ja tutkijan taito löytää uusia asioita aineistoista. Yleisesti ottaen haastateltavaksi on syytä pyytää henkilöitä, joiden ajatellaan voivan kertoa parhaiten tutkimuskohteena olevasta aiheesta. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009: 48-50.) Halusin selvittää tuurauspilottiin osallistuvien vapaaehtoisten sitoutumista ja kokemuksia pilotin alkumetreiltä ja uskon kaikkien pilottiin osallistuneiden näkemyksen ainutlaatuisuuteen. Jokaisella voi olla annettavanaan uudenlaisia näkökulmia. Päätin lähettää haastattelupyynnön kaikille tuurauspilotissa osallistuneille, jotka olivat käyneet omaishoitoperheissä ja aikoivat sen hetkisen tietämykseni perusteella myös jatkaa vapaaehtoistoimintaa. Pyysin haastateltavaksi yhdeksää vapaaehtoista. Esitin toiveen seitsemän yksilö- ja yhden parihaastattelun toteuttamisesta. Päädyin parihaastatteluun, koska kyseiset henkilöt tunsivat hyvin toisensa ja olivat tehneet vapaaehtoisia tuurauksia yhdessä. Haastateltavien sopivasta määrästä ei ole voi antaa yleispätevää lukua vaan se riippuu tutkimuksen tavoitteesta (Hirsijärvi & Hurme 2008: 58). Laadullisen tutkimuksen tarkoituksena on jonkun ilmiön tai asian ymmärtäminen. Koska siinä ei tarvita määrällisen tutkimuksen tavoin tilastollisia tuloksia, voidaan mukaan ottaa vain suppea joukko haastateltavia. Joskus jopa yksi haastatte-

lu riittää, usein tarvitaan kuitenkin muutamia haastatteluja. Kymmenenkin erillisen haastattelun tekeminen yksin opinnäytetyönä on kuitenkin helposti turhan työlästä. Aikaa vievät etenkin pidemmät haastattelut, jotka nauhoitetaan ja litteroidaan. Yhden haastattelun litteroiminen kestää 6-12 tuntia. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009: 47-48.)

Lähetin haastattelupyynnön kirjeitse. Tein kirjeestä lyhyen mutta informatiivisen ja panostin kirjeen ystävälliseen mutta asialliseen ulkoasuun (ks. Liite 2). Määräpäivään mennessä sain viisi yhteydenottoa vapaaehtoisilta. Päätin lähestyä puhelimitse vielä kahta vapaaehtoista, joiden tiesin osallistuneen toimintaan ja jotka olin tavannut aiemmin. Toinen heistä kieltäytyi mutta toinen vapaaehtoinen suostui haastatteluun. Hirsijärvi ja Hurme (2008: 85) uskovat ystävällisen lähestymisen ja tutkimuksen tavoitteen ja tärkeyden kertomisen vetoavan parhaiten suostuttelussa. Pyrinkin näihin toisen haastattelijan kieltäytymistä kuitenkin kunnioittaen. Vastahakoinen haastateltava hyödyttää tuskin ketään. Haastateltava tuntee tällöin tilanteen helposti epämiellyttäväksi eikä haastateltava saa tarvittavia tietoja. Myöhemmin sain vielä yhden pyynnön osallistua haastatteluun. Valtaosa kysytyistä lupautui siis haastateltavaksi ja haastatteluun ilmoittautui seitsemän naista ja yksi mies. Tähän vaikutti ehkä osaltaan se, että moni haastateltavista oli tavannut minut aiemmin vapaaehtoisten yhteisissä iltamissa, jossa olin esitellyt itseni ja kertonut toiveistani haastatella vapaaehtoisia opinnäytetyötäni varten. Myös Hirsijärvi & Hurme (2008: 84) ajattelevat henkilökohtaiset kontaktin helpottavan haastatteluun ryhtymistä.

Pohdin tarkempien haastatteluteemojen ja mahdollisten pääkysymysten lähettämistä haastateltaville etukäteen, jotta he voisivat orientoitua aiheeseen. Saadakseni haastatteluista mahdollisimman autenttisia päädyin kuitenkin kertomaan vain haastattelun aiheet haastattelupyynnökirjeessä. Suunnitteluvaiheessa mietin myös mahdollisen esihaastattelun toteuttamista. Esihaastatteluiden tarkoitus on hioa teemahaastattelurunkoa, selvittää haastattelun mahdollista pituutta ja testata äänitallenninta (Hirsijärvi & Hurme 2008: 72; Eskola & Vastamäki 2010: 40-41). En kokenut kuitenkaan tarvetta esihaastattelulle. Sain mahdollisuuden harjoitella etukäteen äänitallenninta. Lisäksi pyysin palautetta teemahaastattelurungosta kahdelta ensimmäiseltä haastateltavalta sekä pilottiin osallistuneilta työntekijöiltä ja muokkasin kysymyksiäni useaan otteeseen. Tarkentavilla kysymyksien avulla sain tietoa myös vähäsanaisilta haastateltavilta. Myös haastattelupaikan valinnalla on merkitystä haastattelun kulkuun. Haastattelu on hyvä toteuttaa rauhallisessa, turvallisessa ja neutraalissa paikassa. Liian virallinen paikka voi aiheuttaa epämiellyttävyyttä haastateltavassa. (Eskola & Vastamäki 2010: 29.) Ehdotin haastattelupaikaksi seurakunnan saunatilaa. Haastattelupaikka oli useimmille haastateltaville tuttu ja lähellä heidän kotiaan. Annoin haastateltaville kuitenkin mahdollisuuden ehdottaa myös itselleen mieluista haastatteluympäristöä kuten kotia. Kaikille sopi kuitenkin saunatila ja varasin sen etukäteen.

Aaltola ja Valli (2010: 32) kirjoittavat haastattelutilanteen esipuheen tärkeydestä haastattelun ilmapiirin luojana ja haastatteluun valmistautumisena. Olen samaa mieltä heidän kanssaan. Tapaamista ei kannata aloittaa siirtymällä heti ensimmäisen kysymykseen (Hirsijärvi & Hurme 2008: 90). Epämuodollisen ”Millainen sää tänään on”-puheen lisäksi esittelin ennen haastattelun tarkoituksen ja esittelin haastattelun teemat. Kerroin tutkimuksen toteutuksen aikataulusta ja miksi haluan haastatella juuri kyseistä henkilöä. Tuttavien tulisi aina tietää mihin ryhmään he haastattelun perusteella kuuluvat ja minkälaisesta tutkimuksesta on kysymys. Yksityiskohtainen selitys tutkimusasetelmasta ei ole kuitenkaan tarpeen. (Kuula 2006: 105.) Varmistin myös käytettävissä olevan ajan. Olin pyytänyt haastattelunpyyntökirjeessä haastateltavia varamaan noin 40-90 minuuttia haastattelulle. Tieto haastattelun keskimääräisestä kestosta voi osaltaan vaikuttaa myös siihen, osallistuko henkilö tutkimukseen (Kuula 2006: 107). Teemahaastattelut kestävät yleensä tunnista kahteen (Hirsijärvi, Remes & Sajaavaara 2009: 211). Toteuttamani haastatteluni kestivät noin 45-105 minuuttia. Keskimääräisen haastattelun pituus oli 67 min. Yhden haastattelun aivan loppumetreillä tilaan tuli henkilö keskeyttäen haastattelun. Saimme kuitenkin vietyä haastattelun hyvin loppuun keskeyttäneen henkilön poistuessa hetkeksi paikalta.

Aloitin haastattelun yksinkertaisilla taustatietokysymyksillä. Hirsijärvi ja Hurme (2008: 107) painottavatkin, että haastattelu kannattaa aloittaa helpoilla kysymyksillä. Hyvät avauskysymykset antavat haastateltavalle tunteen, että kysymyksiin ei ole vaikea vastata. Ensimmäisten kysymysten laaja-alaisuus antaa haastateltavalle taas mahdollisuuden käsitellä aihetta häntä kiinnostavasta näkövinkkelistä. (Hirsijärvi ja Hurme 2008: 107.) Kysyin haastateltavilta heidän aikaisemmistaan vapaaehtoistyön kokemuksista, joita tiesin ainakin useimmilla olevan. Pyrin esittämään kysymyksiä mahdollisimman joustavasti. Teemahaastattelulle on ominaista, että kysymykset saavat lopullisen muotonsa vasta haastattelutilanteessa. Lisäksi kysymysten järjestys ja laajuus vaihtelevat. (Eskola & Vastamäki 2010: 28.) Keskustelunomaisuus säilyy paremmin, kun kysymykset otetaan esille luontevassa kohdassa ja syvennyttään tarkemmin niihin asioihin, josta haastateltava osaa kertoa parhaiten. Haastateltavan ehdoilla eteneminen ei kuitenkaan tarkoita hallitsematonta keskustelua täysin aihealueen ulkopuolella. Tarkoituksena on käydä keskustelua valituista teemoista kaikkien haastateltavien kanssa. Kysymysten joustavasti esittämistä huolimatta ne tulisi esittää niin, että haastateltavat ymmärtäisivät ne mahdollisimman samalla tavalla. (Hirsijärvi & Hurme 2008: 104.) Muutaman kerran haastateltavat tulkitsivat kysymyksiäni muista poikkeavalla tavalla, jolloin avasin lyhyesti käsitettä tai esitin tarkentavia lisäkysymyksiä. Tarkentavien kysymysten ja toistamisen tarkoitus oli myös selvittää olinko ymmärtänyt haastateltavia oikein.

#### 8.4 Haastattelujen litterointi ja analysointi

Analyysi alkaa aineistoon syventymisellä ja sen jäsentelyllä. Se voi sisältää myös vertailua ja tekstin luokittelemista eri aihekokonaisuuksiin. Tarkoituksena on tiivistää rönsyilevää materiaalia ja peilata sitä tutkimuskysymyksiä ja valittuja näkökulmia vasten. Hyvä analyysi yhdistää saumattomasti tulosten tulkintaa, omaa pohdintaa ja erilaisia teoreettisia näkökulmia. Tutkimussuuntaus suuntaa osaltaan analyysiprosessia. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009: 72-73, 96,104.) Katseeni kohdistuu lähinnä haastatteluiden sisältöön, ei vapaaehtoisten kommunikointitapaan ja analysointiani ohjaavat siten sisällönerittely ja teemoittelu. Teemoittelu sopii teemahaastatteluiden analysointiin ja sisällönanalyysiä käytetään haastatteluiden ohella esimerkiksi päiväkirjojen ja keskustelujen tarkastelemiseen. Molemmissa analysointitavoissa etsitään yhdistäviä tekijöitä mutta myös mahdollisia eroja. Sen tavoitteena on hahmottaa tutkimuskohteesta monipuolinen mutta selkeä kuvaus. Tulokset yhdistetään myös laajempaan asiayhteyteen ja muihin tutkimuksiin. Sisällön erittely ja teemoittelu voidaan tehdä teoria- tai aineistolähtöisesti. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009: 72-73, 96,104.) Olen soveltanut työssäni molempia tapoja.

Litterointi tarkoittaa puhetta sisältävien äänitiedostojen tai vastaajien käsin kirjoittamien tekstien puhtaaksi kirjoittamista. Litteroinnin tarkkuus riippuu tutkimusongelmasta ja analyysimenetelmistä. Vuorovaikutukseen keskittyvät tutkimukset kirjoitetaan auki hyvin tarkasti. Sisältöön keskittyvissä tutkimuksissa voi kuitenkin jättää väliin litteroinnin hienosäädön. Teemoihin keskittyvissä haastatteluissa voi valikoida litteroitavaksi tutkimuksen kannalta tärkeimmät kohdat. Usein kuitenkin perusteellisessa tutkimuksessa kirjoitetaan kaikki lauseet muistiin. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka. 2009: 78-79.)

Seitsemästä vapaaehtoisen haastattelusta kertyi noin 126 sivua tekstiä. Kirjoitin haastattelun kulun lause lauseelta täytesanoineen ylös. Ajattelin, että aineistosta voisi löytyä näin myös uusia näkökulmia. Koska materiaalini ei kuitenkaan keskity vapaaehtoisten tapaan tuottaa puhetta, olen analyysin tuloksena poistanut litteroimastani aineistosta joitakin äännähdyksiä ja täytesanoja. Olen myös poistanut käyttämästäni sitaateista tutkimuksen teemojen kannalta epäolennaisia lauseita tai asian toistamisia. Poistetut virkkeet ja lauseenpätkät erottuvat tekstistäni kolmella pisteellä (...) Haastateltavien nimet on muutettu litterointivaiheessa lyhenteillä V1-V8 haastateltavien tunnistamattomuuden säilyttämiseksi. Olen jättänyt kirjoittamatta myös haastateltavien mainitsemia henkilöiden ja paikan nimiä pilottiin osallistuneiden tunnistamattomuuden säilyttämiseksi. Osa erisnimistä on poistettu kokonaan ja osa on korvattu niitä vastaavilla yleisnimillä, jotka olen merkinnyt sulkumerkin ( ) sisään. Jos haastateltava on puhunut esimerkiksi omaishoitajasta nimellä, olen vaihtanut sen omaishoitaja-termillä. Olen pyrkinyt tekemään näitä muutoksia vain siinä määrin, kun ne selkeyttävät kokonaisuutta eivätkä muuta haastateltavien sanomisien sisältöä.

## 9 TUTKIMUSTULOKSET

Tutkimukseni tarkoitus on tehdä näkyväksi omaishoitajien tuuraajina olleiden vapaaehtoisten sitoutumiseen liittyviä tekijöitä. Kohdistan katseeni seurakunnan vapaaehtoisten motivaation ja sitoutumisen näkökulmiin pilotin alkuvaiheessa. Tutkin sitoutumista vapaaehtoisten motivaation sekä vapaaehtoistoiminnan mielekkyyden ja tukemisen kautta ja tutkimuskysymykseni jakaantuu kolmeen pääkysymykseen, jotka ovat seuraavat:

1. Mikä motivoi vapaaehtoisia osallistumaan omaishoitajien tuurauspilottiin?
2. Miten vapaaehtoiset ovat kokeneet kohtaamiset omaishoitoperheissä ja miten mielekkäältä vapaaehtoistoimintaan osallistuminen on tuntunut?
3. Miten vapaaehtoisia on tuettu pilotin puitteissa ja miten vapaaehtoistyöntekijöitä olisi hyvä huomioida jatkossa?

### 9.1 Vapaaehtoisten motiivit

Vapaaehtoisilla on paljon erilaisia toimintaan työntäviä ja vetäviä motiiveja. Ne voivat liittyä menneisyyteen, nykyiseen elämäntilanteisiin, pinnalla oleviin yhteiskunnallisiin asioihin, henkilökohtaisiin tarpeisiin tai luonteenpiirteisiin. Vapaaehtoistyön merkitys myös muuntuu elämän eri vaiheissa. (Hakkarainen & Syrjänen 2003: 21) Aineistoni perusteella haastateltavilla on ollut useita syitä ja kimmokkeita osallistua omaishoitajien tuurauspilottiin vapaaehtoisena. Ne liittyvät etenkin aikaisempiin positiivisiin kokemuksiin vapaaehtoistyöstä ja seurakunnasta sekä muihin elämänvarrella saatuihin omakohtaisiin kokemuksiin esimerkiksi omaishoitajuutta ja sairauksia koskien. Myös vapaaehtoisten elämäntilanteet kuten eläkkeellä oleminen ja työttömyys mahdollistavat vapaaehtoistyöhön hakeutumisen. Monilla korostuu halu tehdä jotain hyödyllistä ja tärkeää. Jokainen vapaaehtoinen on oma persoonansa, mutta haastateltavilla on myös yhteneväisiä luonteenpiirteitä, jotka edesauttavat vapaaehtoistoimintaan osallistumista. Haastateltavista välittyy muun muassa sosiaalisuus, empaattisuus, vastuullisuus ja halu auttaa tukea tarvitsevia. Oman panoksen antaminen omaishoitajille koetaan mielekkääksi.

#### 9.1.1 Aikaisempi vapaaehtoistyön kokemus

Haastateltavilla on moninaista vapaaehtoistyön kokemusta entuudestaan. Muutama heistä on toiminut tukihenkilönä, toisilla on kokemusta erilaisten ryhmien vetämisestä ja moni on käynyt vapaaehtoisena avustamassa palvelutalon asukkaita. Myös erilaiset yksittäiset vapaaeh-

toistyön tempaukset ovat olleet mielekkäitä tapoja osallistua vapaaehtoistoimintaan. Osa on aktiivisesti mukana myös vapaaehtoisessa järjestötoiminnassa.

V7: Mä oon mielenterveysseuran vapaaehtosenaki... Mulla oli tässä yks tuettava. Mä kävin hänen luonaan kahen viikon välein. Et ihan vaa juttelemassa... Semmonen vanhempi naisihminen... Mutta se oli semmonen nainen, että se hirveesti puhuu kuolemasta. Sille oli suurin piirtein kaikki tapettu ja mikä oli vankilassa ja. Siis tämmönen. Mut sitte hän tykkös hirveest suomalaisista elokuvista ja mäki tykkään, ni meil oli helppo sitte niistä juttella.

V6: Ehkä nyt vuosi, puolitoista (tehny vapaaehtoistyötä)... Mä olin nyt viimeks tota avustajana Ateneumissa, tos (palvelutalos), ni siel mä olin aikasemminki. Käytiin Korkeasaares. Ja sitte mä oon käyny kahdessa dementiakodissa kans tota laulamassa jouluna.

Osa haastateltavista on osallistunut vapaaehtoistoimintaan jo pitkään ja useimmilla on kokemusta juuri sosiaalipalveluihin liittyvästä vapaaehtoistoiminnasta. Muutamalla on vankka kokemus etenkin SPR:n vapaaehtoistoiminnasta. Myös erilaiset vapaaehtoistyön kurssit ovat tulleet tutuksi monelle. Jotkin vapaaehtoiset ovat innostuneet kokeilemaan hyvin monenlaisia vapaaehtoistyön muotoja kuten ryhmissä toimimista, henkilökohtaista avustamista, verenuovutusta ja monenlaisiin tapahtumiin osallistumista. Vapaaehtoistyön merkeissä on autettu iäkkäiden lisäksi esimerkiksi vammaisia, lapsia, mielenterveyskuntoutujia ja erilaisia vähemmistöjä. Eräs haastateltava kertoo kohdanneensa ja avustaneensa vapaaehtoisena myös omaishoitoperheitä POLLI:ssa (Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset Ry).

V5: Oon tehny (vapaaehtoistyötä) kauan - lähemmäks kaksyt vuotta. Mä oon ollu Punasen Ristin kurssilla ja sit oon seurakunnan kurssilla... Et tosiaan on, tota (vapaaehtoistyön kokemusta), tietysti tällä ajalla kun on ollu jo aika monta tämmöstä tuettavaa, jo sitte ehtiny nukkua poiski. Et on ollu aika semmosia jos sanotaan vaikeitaki, jos sanotaan.

V1: No tää SPR: ystäväpalvelu alko jo 25 vuotta sitte. Et mul on sieltäkin viel yksi henkilö, jota käyn kattomassa, tämmönen CP vammanen... Edelleenkin oon yhteydessä, vaikka käynnit onki harventunu. Mut hän soittaa mulle ja käyn sillon, ku on mahdollista.

V7: Mä oon ollu aina joka kesä viikon vapaaehtosena erilaisten ryhmien kaa... Mä olin välil joutunu siellä keksimään niille tekemistä, niinku ohjaajana... Nii tai mä en varsinaisest vetäny, mut siel oli niit virikeohjaajii niinku. Mut sit ku niiden apuna piti aina olla. Ja mä olin siel aina mukana... Sitte mä oon POLLI:ssa omaishoitajien vapaaehtosena ja sit mä oon käyny kaikenmaailman näitä kurssseja, vapaaehtoskurssseja... Ja mä oon nois Lions Clubin Komeetoissa. Et siinä me järjestetää esimerkiks konsertti. Ni mä oon sielläki sit mukana... Ja sit mul on verenuovutus. Sielläki mä rupesin vaa yhtäkkiä käymään.

Monet haasteltavat tekevät omaishoitoperheiden tukemisen lisäksi myös muita vapaaehtoistyön tehtäviä. Osa vapaaehtoisista on hyvin aktiivisia toimijoita. Heillä saattaa olla useampia tuettavia kerralla ja monet ovat verkostoituneet vapaaehtoistyön merkeissä eri tahoihin. Vapaaehtoistyötä tehdään yhteistyössä niin kunnan, seurakunnan, järjestöjen kuin yksityisten

hoivakotien ja muiden toimijoidenkin kanssa. Yhteistyö on ollut niin säännöllistä kuin myös yksittäisiin tapahtumiin ja tempauksiin liittyvää toimintaa.

V3: Me nytteki tultii just suoraan niitä ulkoiluttamasta. Tunnin aina ollaan suurin piirtein ja sit palautetaan... Mä soitan sit aina ku mennään (palvelutalolle). Tiedetään, et niillä on maanantaina aina kerhopäivä ja sit on taas suihkupäivät tiettyinä päivinä. Ni tiedetään etukäteen, et ei niinä päivinä mennä.

V1: Mutta sitte on tullu lisää näit. Et mulla on nyt.. Et yks kerta, ku mä täs laskin ni kahdeksan ihmistä mä käyn kattomassa (pieni naurahdus)... Eräski semmonen vanhempi ihminen. Ni hänellä oli vaikea elämäntilanne. Tarvitsi tukee. Mut nyt mä huomaan, et hän ei enää niin tarvii. Ni mä voin sitä painopistettä sitä jakaa muualle, missä mä koen, et on tarve suurempi. Sit on yks henkilö joka tuntuu, et joka viikko tarvii sitä. Tulin just hänen luotaan (pieni naurahdus).

V5: Et enemmän vaan on sekaantunu näihin hommiin (naurua)... Nyt ku on kolme tämmöstä tuettavaa ja sitte on vielä tommosta päivystystä tuolla ja on ystäväiltaa ja tämmöstä niin sitä on sitä vähän joka viikolle jotain, joskus useampana päivänä.

Positiiviset kokemukset ovat kannustaneet jatkamaan ihmisten auttamista ja innostaneet hakeutumaan myös uusiin vapaaehtoistehtäviin. Autettavilta tullut kiitos ja toisten tukemisesta saatu iloinen mieli motivoi monia. Haastateltavilla ovat kokeneet vapaaehtoistyön antoisaksi myös sen vastavuoroisuuden takia. Toiminta on tuottanut mielihyvää niin vapaaehtoisille kuin tuettavillekin.

V7: Mä olin eka somaliviikolla... Se oli niin hieno kokemus... Ja sit mä olin eläkeläisten viikolla ja sit romaniviikolla... Ihastuin niin siihen (vapaaehtois)hommaan, et mä ku tulin kotiin ni mä heti sanoin ukolle, et ens kesänä mä otan viikon kesälomastani ja meen sinne. Et must se oli ihan mielettömän hyvä... Ja nyt vähänki, mis lukee vapaaehtonen, ni meikäläinen sinne.

V6: Et ihan positiivinen kokemus. Ja nyt tuo viimeinenki reissu. Ni se oli kyllä niin hauska. Katottiin taiteita ja sit se rouva, se tiesi paljon. Et silleen oli niinku kiva keskustella. Siitä saa niinku molemmin puolin.

V5: Et hän (tuettava) joutu sairaalaan ja kävin katsomassa tuol (sairaalassa). Se oli niin ihana. Se oli oikein niinku mä oisin ollu joku hänen lapsi taikka tytär ja näin. Et sit se vastaanotto oli niin sydämellistä. Et se oli hirmu ihanan ihminen.

V8: Siitä jäi itelle semmonen hyvä mieli... Ni sitte tästä jäi semmonen positiivinen kuva. Ja site ku näki, miten tää rouva kovasti nautti siitä, ku mentii sinne ja hän pääsi sit tuolta vanhainkodista vähän tuulettumaan.

Toiset haastateltavat kertovat hyvistä hetkistä ikäihmisten kanssa. Vapaaehtoiset ovat ulkoilleet, jutelleet ja tehneet toiminnallisia asioita heidän kanssaan. Haastateltavat ovat kohdanneet etenkin palvelutaloissa asuvia vanhuksia. Moni vapaaehtoinen on ollut avustamassa palvelutalossa järjestetyissä juhlissa. Niihin osallistumisesta on pidetty kovasti ja ne ovat tehneet syvän vaikutuksen.

V8: Oli sinne hommannu kaks tämmöstä muusikkoo, jotka kävi siellä esiintymäs eri osastoilla. Ja sinne sit nää vanhukset tuotiin kuuntelemaan. Ni siel mä olin. Se oli kauheen kiva nähdä, ku ne vanhukset oli mukana siinä musiikissa. Ja näki oikein miten ne yhty siihen lauluun, ku oli tuttu laulu. Tommoset kaikki on kauheen kivoja ja niihin on kiva lähteä mukaan.

V6: Mä oon käyny kahdessa dementiakodissa... Ni siellä oli nää asukkaat. Ne oli niin innoissaan. Sellä ne laulo. Jokainen oli mukana. Sit ne oli tehny kakkuja. Tarjos kahvit siellä... Siis sen huomasi ihan selvästi kuinka, ne oli siis niin otettu. Joo, ne muisti jopa laulun sanoja ulkoo.

### 9.1.2 Aikaisempi yhteys seurakuntaan

Suurin osa haastateltavista on ollut edellisenä vuonna seurakunnan järjestämässä tilaisuudessa, jossa on esitelty kirkon vapaaehtoistyötä ja tarjottu mahdollisuus osallistua erilaisiin vapaaehtoistehtäviin. ”Unelmatalkoiksi” nimetyn tempauksen tarkoituksena on ollut saada vapaaehtoisia kertaluontoisiin vapaaehtoistehtäviin vanhuksien pienimuotoisten toiveiden täyttämiseksi. Monet ovat kokeneet talkoisiin osallistumisen antoisaksi ja saaneet sitä kautta myös positiivisen kuvan seurakunnan vapaaehtoistyöstä.

V7: Seurakunnallahan oli silloin se (Unelmatalkoot)... Mä olin siinä...Toi hoivakoti, ni ne tarvitsit apua, et ne pääs Korkeesaareen... Et nytki, ku oltiin siel Korkeesaares. Ni mul oli semmonen vähä yli satakilonen pyörätuolissa, mies, ketä mä työnsin siellä hikipäissä (naurua). Ja vettä tuli, ku Esterin takapuolesta. Mutta se oli tosi kivaa.

V8: Oltii kyl viime kesänä mun miehen kaa... Meidät kutsuttiin tänne semmoseen vapaaehtostyöhön. Mun mies otti semmosen homman tääl, et tämmösen vanhuksen aita maalataan. Ni me kahestaa se aita sitte maalattiin... Joo, se oli Unelmatalkoot... Sitte (palvelutalossa) oli tämmönen vanha rouva, jota mä kävin sit tapaamassa. Hänellä oli toivomuksena, ku pääsis jonneki kahville... Sitte me mentii (ostoskeskukseen) ... Se oli hirveen hyvä idea... Ja ku sieltä sai valita, et minkälaista (vapaaehtoistyötä) haluaa sit käydä tekemässä. Ni musta se oli ihan kiva. Sit se kynnysti niinku madaltuu, ku se kutsu tulee täältä.

V5: Ne oli vähän niinku avoimet ovet. Et sinne sai mennä tutustumaan, et mitä kaikkee toimintaa on seurakunnan puitteissa. Ja siel oli sit pientä purtavaa... Seurakunnan työntekijöitä oli paikalla. Ja tietysti, et mihinkä saisi ihmisiä mukaan. Ku aina tarvittais. Kun mä aattelin, että olisin sitäki kautta mielelläni otanu. Ni mä sitte nimeni raapustin sinne ja (diakoni) sano, et palataan asiaan.

Erilaiset kirkon tilaisuudet ovatkin hyväksi havaittu tapa saada uusia vapaaehtoisia. Niiden etuna on useiden asiasta kiinnostuneiden tavoittaminen samalla kertaa ja mahdollisuus kertoa tarkemmin vapaaehtoistyöhön liittyvistä tarpeista ja toiveista. (Harju ym. 2001: 83.) Vapaaehtoistyön toimintaan ja työntekijöihin tutustuminen tämänkaltaisten tilaisuuksien kautta madaltaa kynnystä osallistua vapaaehtoistoimintaan myös jatkossa. Muutama haastateltava on ollut muutenkin seurakunnan organisoimassa vapaaehtoistyössä. Esimerkiksi vähävaraisten ja yksinäisten auttaminen joulunaikaan on koettu mielekkääksi. Seurakunta on tullut tutuksi



myös muuten joillekin haastateltaville ja eräs vapaaehtoinen avustaa aktiivisesti monissa erilaisissa tehtävissä.

V1: Mä oon sit seurakunnassa. Mähän oon vähän niinku joka paikan... Oon näissä kokous piireissä mukana ja oon seurakunnassa jumalanpalvelusavustajana... Et on tuttu sillälailla.

V8: Ku täällä seurakunnassa on tämmönen joululahjapuu, missä lapset sai esittää toivomuksia, vähävaraset perheet. Ni lapsille joululahjoja... Ni semmosta me lahjotettiin... Nyt oon ollu muutama vuonna varmaan. Et se on must kauheen kiiva, et vähävaraset lapset saa joululahjan, ku kaikki muutki saa joululahjoja. Ni must on kauheen ihanaa, et tommosta kehitetään.

V8: Me saatiin niitä täältä diakonissalta tai jossain, tämmösiä yksinäisiä vanhuk-  
sia, kenelle me vietiin sit joulupaketti.

Vapaaehtoiseksi omaishoidon pilottiin on varmasti ollut helpompi tulla, kun sitä organisoimassa ollut diakoni on tunnettu entuudestaan. Kynnys toimintaan osallistumiseen madaltui entisestään, kun moni sai diakonilta suoran kutsun pilottiin. Henkilökohtaisuus ja kasvoista kasvoihin rekrytoiminen onkin todettu varsin toimivaksi tavaksi rekrytoida vapaaehtoisia (Pessi & Oravasaari 2010: 99,181). Haastattelujen perusteella vaikuttaa siltä, että mukaan lähteminen on tuntunut mielekkäältä, koska aikaisemmat kohtaamiset diakonin ja kirkon muiden työntekijöiden kanssa on koettu positiiviseksi ja voimaa antavaksi.

V5: Ja sit ku mä ton diakonin tunsin ennestään... Mulla on Punasen Ristin kautta näitä tuettavia, niin heillä saattaa silti käydä seurakunnasta diakoni siellä kotona. Et sitä kautta ollaan sit tuttuja.

V6: Ihmiset täällä (seurakunnassa) on hirveen kivoja. Et se vaikuttaa. Sit samaten tuolla. Ku henkilökunnan on oppinu tuntemaan, ni sitte on ihan kiva mennä sinne. Se niinku piristää itteensäki.

Useimmilla haastateltavista on kokemusta vapaaehtoistyöstä myös muualla kuin seurakunnassa ja suurin osa on sitä mieltä, että he voisivat olla mukana myös yhtä lailla esimerkiksi järjestöjen tai kunnan järjestämässä vapaaehtoistoiminnassa. Tärkeintä vapaaehtoisille on, että heillä on mahdollisuus auttaa ja ilahduttaa ihmisiä ja että he voivat toimia mielekkäällä tavalla vapaaehtoistyössä. Nykyään vapaaehtoistyöhön hakeudutaankin usein autettavan kohde-ryhmän ja omien kiinnostuksen kohteiden mukaan eikä tukea organisoivan toimijan perusteella (Raninen ym. 2008: 83).

V3: Järjestäis tätä mikä lähde tahansa tällä tavalla, ni oisin mukana samalla tavalla.

V4: Jos tätä seurakunnan hommaa ei olis tullu, nii sit ku samanaikases tää (palvelutalon) homma. Erittäin todennäkösest liikuttais siellä enemmän, jollei tätä olis ollu.

Jotkin haastateltavat kuitenkin korostavat ilahtuneensa siitä, että juuri seurakunta on mukana tarjoamassa mahdollisuutta tällaiseen vapaaehtoistyöhön. Haastateltavien puheiden perusteella saan sen vaikutelman, että seurakuntaa pidetään luotettavana toimijana ja osa vapaaehtoisista kokee mielekkääksi auttaa seurakunnan vapaaehtoisena kristillisen arvomaailman takia. Pessin mukaan jopa 30-50 % ihmisillä auttaminen kumpuaa myös kristillisestä lähimmäisenrakkaudesta. Useimpien tutkimusten mukaan altruismi eli halu auttaa toisia on usein voimakasta etenkin iäkkäimmillä uskonnollisilla ihmisillä ja Suomessa on vieläkin paljon niitä, joille kristilliset arvot heijastuvat myös suoraan toimintaan. (Pessi & Saari 2008: 75,188-189; Pessi 2008:16.)

V1: Tää kristillinen elämäkatsomus, ni se on myöski. Haluaa auttaa semmosia lähimmäisiä, jotka kokee, että ne tarvitsee tavalla tai toisella apuu.

V2: Seurakunta on niinku. Mä oon ollu siinä mukana ihan lapsesta lähtien. Et se on niinku ympäristönä tuttu ja sen arvomaailma. Myös mun arvot on samanlaisia... Seurakunnassa arvostetaan vapaaehtoistyötä tosi paljon.

V6: Mä oon tosiaan kasvanu uskovassa kodissa... Että ehkä se juontuu sieltä kotoon. Täytyy sanoo et kiva, että toi kirkkokin on järjestäny tämmöstä. Se on tosiaan arvokasta työtä ja tarpeellista.

Osa vapaaehtoisista kertoo lapsuuden ja kasvatuksen kodin vaikuttaneen arvomaailmaan ja haluun auttaa toisia vapaaehtoisena. Myös tutkimusten mukaan kodista saadulla mallilla on keskeinen rooli sosiaalisen vastuullisuuden sisäistämisessä ja halussa auttaa muita (Pessi & Saari 2008: 150-153, 212 ). Myös muut vapaaehtoistutkimukset viittaavat siihen, että perhe- ja taustalla on usein merkitystä. Monet ovat oppineet vanhemmiltaan syrjäytyneiden ihmisten auttamisen ja osallistumisen mallin (Raninen ym. 2008: 89).

V6: Mä muistan et mun äitihän oli semmonen, et hän vei ruokaa ja kävi auttamassa. Et seki on vaa ehkä tullu sieltä.

V2: Mä oon ollu ihan nuoresta lähtien jonkun kerhon ohjaaja. Mut on opetettu siihen. Mun äiti oli kanssa. Se oli niinku tämmönen ystävä. Mä oon kasvanu siihen, et toisten auttaminen on tärkeä asia. Se on vähän sukuperintönä tullut.

### 9.1.3 Elämäkokemus ja elämäntilanne

Myös ammatillisella taustalla ja työelämällä on jonkinlainen yhteys vapaaehtoistyöhön osallistumiseen. Eräs haastateltava on työskennellyt pitkään sosiaali- ja terveysalalla vanhusten parissa ja sanoo sen vaikuttavan osaltaan haluun toimia vapaaehtoisena vanhusten hyväksi. Suurin osa haastateltavista ei kertonut tehdyn työn olevan taustalla olevana motivaatiolähteenä. Joillakin työelämä oli kuitenkin ainakin välillisesti vaikuttanut vapaaehtoistyöhön haakeutumiseen.

V3: Ku mä oon nyt työurani tehny 22 vuotta vanhainkodissa. Nii jotenkin siitä. Haluaa edelleen olla niiden ikääntyvien ihmisten kanssa. Ymmärrän hyvin noi omaishoitajat. Et miten rankkaa se saattaa olla... Niinku mä ammattini kautta pystyn puhumaan ja ymmärrän ehkä erilailla.

V7: Et näkee esimerkiks tuol, ku sä jaat postii, ni ku ne papparaiset oottaa siel laatikol. Ja sit ku ne pääsee juttelee, ni ne on niin onnellisii.

V1: Siis työssäni, se on ollu aika semmosta yksin tehtävää työskentelyä tietokoneen ääressä. Ja sit mä oon halunnu vastapainoks jotain muuta.

Useilla haastattelemillani vapaaehtoisilla on jonkinlaisia kokemuksia sairaiden läheisten auttamisesta. Osa on toiminut aikaisemmin itse omaishoitajana ja toisilla on ymmärrystä siitä tuttavapiirin kertomusten kautta. Moni on huomannut, että omaishoitajana oleminen on usein raskasta ja toisilta saatu tuki voi auttaa paljon. Omakohtaiset kokemukset ja elämän varrella saatu tieto omaishoitajien tuen tarpeesta motivoivat auttamaan omaishoitoperheitä.

V7: Mun ukolla oli (tää sairaus), ni mä hoidin kaks vuotta häntä... Ja mun piti ruveta sit hoitaa ja mä aina laitoin sille ne lääkkeet... Mut nyt se on parantunu.

V4: Silloin oli jotain, ku äiti oli loppuvaiheen... Ku mä oli jo työelämästä pois, ni mä olin siellä muutamaan otteeseen... Ni mä olin aina omalla mökillä ja aamulla aina kävelin sinne. Ja sit viimesenä vuonna. Viimesenä kesänä oli niin, et olin siel ja kävin aina vaa sitte välillä omia hommia tekemässä.

V1: Mulla on tuttavapiirissä ystävätär, joka on miehensä omaishoitaja... Hän sanoo, et ku kukaan ei tiedä, kuinka raskasta on olla omaishoitajana. Et hänel on tämmönen mies, joka on dementoitunu. Ni se on melkei vaikeempaa, ku pienen lapsen hoitaminen. Et ku koko ajan saa vahtia, et ei lähde ulos ovesta ja ettei tee mitään typerää...Et ehkä mä jollakin tavalla haluaisin tutustua toiseenkin tällaiseen perheeseen. Et miten täällä asiat hoituu. Et nähdä vähän laajempaa perspektiiviä tähän tämmöseen omaishoitajatyöhön.

Elämäkokemukset ovat antaneet monelle vapaaehtoiselle vahvan tunteen siitä, että toisten auttaminen on arvokasta työtä. Iäkkäiden omaishoitoperheiden tukeminen koetaan tärkeäksi, koska kotona asumisen mahdollistamista ja iäkkäiden ja sairaiden hyvinvoinnin lisäämistä pidetään tärkeänä. Hoivaamista ja auttamista ei haluta jättää yksinomaan omaisten harteille. Vapaaehtoiset haluavat antaa oman panoksensa tukea kaipaavien omaishoitajien hyväksi.

V6: Mä arvostan semmosta ihmistä, joka hoitaa toista, vaikka se on vaikeeta. Koska kyllä se on aina. Oma koti on oma koti.

V2: Mä on omat vanhenpani saattanu... Mun äiti sairasti pitkään. Semmonen puoli vuotta ja me kyllä tosi tiiviisti oltiin siinä mukana. Mulle jäi siitä semmonen. Se on tärkeetä. Tosi tärkeetä. Joku muukin kun omaiset. Vanhusten ja sairaiden auttaminen kiinnostaa.

Eräs haastateltavista sanoo, että oman läheisen sairastumisen läpikäyminen ja siihen eläytyminen on mitä luultavimmin suurin syy siihen, miksi hän halusi lähteä vapaaehtoiseksi omaishoitopilottiin. Toisten vapaaehtoisten omakohtaiset kokemukset sairaiden ihmisten kohtaami-

sesta ovat auttaneet suhtautumaan luontevammin erilaisiin ihmisiin, joilla on toimintarajoitteita elämässä. Sairauksien ymmärtäminen ja vaikeisiinkin tilanteisiin joutuminen on tuonut varmuutta kohdata eritavalla sairaita ja vammaisia ihmisiä.

V5: Mä oon oppinu, tottunu näitä tämmösiä tapauksia... (Oon ollu) vapaaehtosena ja sit on ollu semmosia sukulaisiakin. Et siihen on niin (tottunu).

V8: Tää nyt on tää muistisairaus, ni oman kokemuksen pohjalta. Että mä en niinku semmosta pelkää, ku mä oon nähny oman äidin sairauden etenemisen. Et se on mulle tuttu.

Myös omat sairastumiset ovat pysäyttäneet jotkin vapaaehtoiset pohtimaan auttamisen tärkeyttä. Se on havahduttanut käsittämään kuinka suuri merkitys toisen pienelläkin avulla voi olla. Vaikeassa tilanteessa saadusta avusta ollaan kiitollisia ja jatkossa halutaan olla myös itse auttamassa niitä, jotka elävät tavalla tai toisella raskaassa tilanteessa. Pessin mukaan valtaosa suomalaisista auttaa siksi, että itsekkin on tullut autetuksi. Avun saaminen sytyttää usein halun auttaa myös muita. Vastavuoroisuutta arvostetaan paljon. (Pessi & Saari 2008: 110-111.)

V6: Mä olin iteki silloin, ku noita jalkoja laitettiin. Jouduin kävelemään kahden kepin kans. Et mä olin ihan tosiaan toisten varassa. Ni kyl oli aika vaikeeta saada (apua). Et kyllä mulle soitettiin, mut silloin ku olisin tarvinnu apua ni.

V2: Mul on kokemus, et mä ku oon ollu jalka kipsissä kolmannessa kerroksessa pari kertaa pari kuukautta, ni mua on autettu tosi paljon. Käyty kaupassa ja kirkolla tavalla. Et sitä voi sit myös itse antaa toisille, joka taas tarvii.

Useat haastateltavat painottavat, että työelämässä ollessa aikaa vapaaehtoistyölle on vaikea löytää. Tästä syystä vapaaehtoistyöhön hakeutuukin etenkin työttömiä ja eläkeläisiä. Haastatteluhetkellä vapaaehtoisista kuusi on eläkkeellä, yksi työttömänä ja yksi työelämässä. Työelämästä poisjääminen on monille suuri muutos ja toiset kaipaavat silloin uutta elämänsisältöä. Yeungin (2002: 33) tutkimuksen mukaan juuri työelämän ulkopuolella olevien ihmisten runsas vapaa-aika on toiseksi yleisin syy osallistua vapaaehtoistoimintaan.

V1: Oon vuoden ollu eläkkeellä. Nyt on ollu aikaa enemmän sit paneutua tähän.

V5: Silloin jo töissä ollessa olin jo mukana. Ja oli vähän semmosta järkkäämistä sinä sit, ku ne jäi sit vähän iltapainotteiseks nää.

V2: No työttömyys, et on aikaa. Aika oli sopiva. Nii ja et on halua tehdä ja olla jossakin mukana... Jos mä en oo töissä, ni sitte mä kyllä käyn siellä, koska tälle perheelle käy vaan päivisin. Se on aina vähän auki mun kohdalla, ku ei tiedä koska työllistyy... Me ollaan sovittu, et mä otan yhteyttä, sitte ku mun työjakso päättyy. Ja että jos mä pääsen työhön, ni sitte mä en pysty tulemaan. Ja he (omaishoitaja ja hoidettava) ovat sen hyväksyneet.

Vapaaehtoisyö on haastateltaville yksi tapa löytää mielekästä tekemistä ja edistää myös omaa hyvinvointia. Toisten haastateltavien puheesta välittyi kuva siitä, että vapaaehtoistoiminta lisää heidän viihtymistään, koska se pitää liikkeessä ja antaa mahdollisuuksia tavata uusia ihmisiä. Etenkin iäkkäät vapaaehtoiset haluavatkin vahvistaa vapaaehtoistoiminnan avulla aktiivisuutta ja toimintakykyään (Rajaniemi 2009). Vapaaehtoistyö luo mahdollisuuksia sosiaaliseen kanssakäymiseen, yhteisöllisyyteen ja kumppanuuteen ja antaa kokemuksia välittämisestä ja merkityksellisyydestä. Useiden tutkimusten mukaan vapaaehtoistyö edistää parhaimmillaan myös terveyttä, onnellisuutta ja pidentää näin jopa elinikää. (Pessi & Saari 2008: 146.)

V3: Mä oon ottanu sen siltä kannalta, et hirveen mukavaa lähtee nyt ulkoiluttamaan. Tulee itsekin ulkoiltua. Et se on semmonen henkireikä itselleki.

V1: Et näin, ku itsekin elelen yksikseni. Mulla on sitä kapasiteettia sillai. Et muuten sitä jää itsekin neljän seinän sisälle, jos ei lähe mihinkään liikenteeseen... Et sitä helposti jämähtää paikalla, jos ei lähe liikkeelle.

Eläkkeellä olo tuo enemmän aikaa tehdä myös monia muita asioita, joihin ei työelämässä ollessa ole ollut mahdollisuutta panostaa. Useat haastateltavat ovat varsin aktiivisia paitsi vapaaehtoistoiminnassa myös muuten elämässä. Esimerkiksi omaan hyvinvointiin kuten matkojen tekemiseen ja läheisten ihmisten tapaamiseen halutaan antaa aikaa. Muutama vapaaehtoinen mainitsee myös, että esimerkiksi remonttihommat aiheuttavat paljon töitä. Eräs vapaaehtoinen kuitenkin pohtii, että vaikka viikon aikana saattaa olla monenlaisia puuhia ja menoa, löytyy vapaaehtoistyöllekin oma aikansa.

V1: Ja ku mul on kädet täynnä työtä. Et en mä voi valittaa, et mul ei oo mitään tekemistä (naurua).

V3: Ja aina ku sanotaan, et ku jää eläkkeelle ni jää tyhjän päälle. Ni meillä nyt ei oo millään tavalla sillai ollu. Et paljon on tekemistä... Mä oon viel entises työs käyny keikalla. Mut nyt mul ei oo tiedossa site... Ja sitte teen remonttia. Meil oli kauhee puupino, mut se on jo tehtynä. Lumityöt katolta, pihalta jokapaikasta.

V6: Kesällä mä nyt en ehkä silleen ehdi, koska mul on sillee iso talo ja piha. Sitte mä asun kissan kans kaksitaan, ni mul on paljon, paljon taas töitä... Mut sitte mä en taas tiedä sitte. Täytyy nyt kattoo tää kesä, kuinka paljon mulla on töitä. Et toi ei kuitenkaan sido sillä tavalla.

#### 9.1.4 Persoonallisuus ja halu auttaa

Kysyin haastateltavilta, onko heillä jotain luonteenpiirrettä, joka on ollut vaikuttamassa vapaaehtoistyöhön hakeutumiseen. Pyysin heitä myös kertomaan, mitkä ominaisuudet auttavat heitä vapaaehtoistyössä toimimista. Monista vapaaehtoisista huokuu tietty välittömyys ja he kertovat juttelevansa mielellään ihmisten kanssa. Vapaaehtoisten kertomusten mukaan ikäihmisten on usein helppo lähestyä heitä. Jotkut vapaaehtoisista kertovatkin tutustuvansa

mielellään erilaisiin ihmisiin. Toisten seurasta nautitaan ja vuorovaikutukseen uusien ihmisten kanssa suhtaudutaan positiivisesti.

V5: Mä olen nykyään aika semmonen rohkee ja helposti ihmisiin tutustuva ja aika kova puhumaan. Et mun on tota helppo kohdata uus ihminen ja sitte sitä tietysti huomaa et synkkaako ton toisen ihmisen kanssa vai ei.

V7: Ku mä meen kauppaan tai jonnekin. Kaikki vanhukset, ne monta kertaa tulee kysyy multa jotain enemmän ku myyjältä. Ku ne varmaa tietää, et ne voi sit kauemmin höpöttää mulle ku myyjälle... Ku mä oon vähä semmone, et mä jään suustani kiinni... Et mä oon semmonen, et mä niinku juttelen jonku kaa tai oon, jos joku tosissaan tarvii apuu.

V3: Halutaan olla ihmisten kanssa ja ollaan kovia puhumaan. Ehkä me ollaan vähän sosiaalisempia, ku joku muu, joka ei uskalla sit lähtee.

Toiset haastateltavat sanovat olevansa kovia juttelemaan mutta haastatteluissa tulee ilmi myös vapaaehtoisten taito kuunnella toisia. Monilla vapaaehtoisilla tuntuu olevan taito ymmärtää helposti erilaisten ihmisten tekemisiä, näkökulma ja tunteita. Muutama haastateltava antaa myös ymmärtää, että heidän on helppo kohdata ihmisiä, jolla on sairauksia. Niitä ei hätkähdetä kovin helposti.

V6: Mul on kuitenkin semmosia kykyjä, et mä osaan käsitellä ihmisiä.

V2: Oon mä empaattinen ja sit haluan auttaa. Ja mähän oon hyvin semmonen suvaitsevainen. Tai niinku ei mua pelästyä ihmisten sairaudet. Ne on osa sitä elämää mut vaa osa.

V7: En osaa ite sanoo. Mut moni sanoo, et ku voi niinku puhuu kaikkee. Et mä kuuntelen.

Toisille haastateltaville ei tunnu olevan helppoa kertoa suoraan niistä hyvistä puolistaan ja ominaisuuksista, jotka auttavat vapaaehtoistyössä. Monen haastateltavan puheesta välittyy kuitenkin empaattisuus. Hoidettavaa pyritään huomioimaan monella tapaa. Vapaaehtoiset ovat toimineet hyvin pitkälle tuettavan ehdoilla. Osa on selvittänyt tarkemmin omaishoitoperheiden toiveita ja odotuksia ja pyrkinyt vastaamaan parhaansa mukaan vastaamaan niihin. Vapaaehtoiset ovat keskustelleet tuettavien sydäntä lähellä olevista aiheista ja tarpeen mukaan on myös jaettu hyödyllistä tietoa.

V5: Täytyy olla jonkun verran tuttu, että tää tuettava ei tunne itseensä vaivaantuneeks, että toi vieras ihminen. Ja kaikkihan ei tykkää ollenkaa, että tulee lähelle ja kosketetaan ja näin. Et oteaan hartioista tai kädestä kiinni tai näin. Mutta tää tuntu hyvin... Meil oli helppo kävellä käsikynkkää... Ku joku voi tykkää, ettet tuu nii kauheen lähelle siihen. Et se on niin henkilöstä kiinni.

V3: Kun hän sano, et hän ei viel sitä rokotusta saanu. Ni mä sanoin, et me voidaan sut viedä sinne ja sit voitais vaik samalla käydä siellä hautuumaalla... Ku hällä se on varmaan niin vaikeeta se aika. Ni ku on hällä niin lähellä tää puolison poismeno.

V5: Kysyn aina, et tuutks mä vielä. Et jos sä tykkäät, et sä et välitä... Et mä tym-päsen häntä, ni sano et ei. Mut hän, et ei. Katsotaan vaan, et koska sä tulisit.

Jotkin vapaaehtoiset kertovat huomioineensa myös hoidettavan jaksamista. Tapaamiset on haluttu rajata jo senkin takia muutamaan tuntiin, jotta hoidettava ei väsyisi liikaa. Jos hoidettava olisi ollut parempivointisempi, olisi jutustelua jatkettu toisinaan mielellään pidempäänkin. Kohtaamisten alkuperäinen ajatus piristää hoidettavaa ei toteutuisi, jos tapaamiset venyisivät liian pitkäksi.

V3: Ekalla kerralla ku käytiin tutustumassa ni tää meidän asiakas rupes väsymään sillai et lopulta mä sanoin, et eiköhän meidän tartte jo lähtee, et pääset päivälevolle. Ni hän heti ei ei ei mitään kiirettä et kyllä hän sinne kerkii sit.

V1: Usein hän on jaksanu olla. Että melkein tuntuu, et kehtaako täällä niin kauan olla. Ku hän on niin innokas juttelemaan ja keskustelemaan koko ajan... Tietysti mä ajattelen, et täytyyhän tän ihmisen päästä syömäänki, ku täs on kolme neljä tuntia puhuttu (naurua).

Useimmissa kohtaamisissa ei ollut otettu puheeksi puolin tai toisin uskontoa, politiikkaa tai elämäntutkimusta. Moni vapaaehtoinen olisi kuitenkin valmis juttelemaan niistä hoidettavan niin toivoessa. Jos toisella on itsestä poikkeava elämäntutkimus, vapaaehtoiset eivät tuputtaisi omia näkemyksiään. Osa vapaaehtoisista painottaa, että on tärkeää kunnioittaa tuettavan elämäntutkimusta.

V5: Näis aikasemmis koulutuksis on ollu semmosta että meidän asia ei oo ottaa esille politiikkaa taikka uskonasioita. Että tota, jos niistä puhutaan, ni saa kuunnella mut ei ruveta kinaamaan... Eikä omia siin sillätapaa sit... Ne on semmosia henkilökohtasia asioita, et niitä ei ruveta tuputtamaan.

V6: Siel oli vissiin mies, joka oli niinku (ateisti). Tai aattelin niinku, et siel ei saa puhuu mitään uskonasioit. Et sittepä ei puhuttu. Ku pitää kaikkien omia toiveita pitää kunniaassa.

V1: Hän itse halus semmosen henkilön, jonka kans hän voi keskustella uskonnollisistakin asioista. Ni sen takia mä ajattelin, et okei, mä oon siihen valmis. Ja se on ollu ihan hyvä tässä meidän kohtaamisessa. Hän on saanu sitä tietoo, mitä on halunnutki.

Muutama vapaaehtoinen kokee, että on positiivista kun vapaaehtoisena ystävänä ja tukihenkilönä tapaa monenlaisia ihmisiä. Vuorovaikutus tuettavien ja vapaaehtoisten kanssa voi antaa paljon. Vapaaehtoistyön kautta voi tutusta mielenkiintoisiin persooniin ja oppia paljon heiltä. Kohtaamisten kautta saa uusia kokemuksia ja avartavia näkökulmia, jotka tuovat paljon hyvää mieltä. Muiden vapaaehtoisten tapaaminen luo myös yhteenkuuluvuutta.

V1: Näin tän ilmoituksen. Ajattelin, et tää vois sopia tähän. Yks kokemus lisää.

V3: Kyllä siinä varmaan tämmönen kanssakäyminen ihmisten kanssa. Varmasti siinä on... Ku aina sanotaan, et ihmisen pitäs kuulua johonki. Ni tää on varmaan osa siitä. Et kuulutaan tällaseen ryhmään.

Vapaaehtoisilla on voimakas halu huolehtia kanssaihmisistä ja auttaa niitä, jotka tarvitsevat tukea. Auttavaisuus näyttäytyy niin lähimmäisten, puolittujen kuin vieraimpienkin avustamisena. Haastatteluissa selvisi, että monet tarjoavat auttavaa kättään myös julkisilla paikoilla kuten kaupassa ja kokevat myös esimerkiksi naapureiden ja muiden tuttujen tukemisen tärkeäksi ja antoisaksi.

V2: Mahdollisuus olla avuks. Siitähän tulee aivan valtava ilo. Pienissä asioissa. En mä ajattele mitään niin isoja asioista... Kyllähän mä oon aina tuolla kaupassakin auttamassa, jos vaa mahdollista on niin. Avaan ovia ja kaikkee.

V7: Ku meil oli semmonen viikon (kurssi). Ni siellä piti loppuviikost panna toisista ihmisistä se palute niinku, et mimmonen ihminen mikin on... Miksä hoitajaks ne sano (naurua). Mä olin aina tollee, et Häh, onks kaikki hyvin ja teenkö mä tota ja tota. Mulla pitää kato olla aina joku semmonen paapottava. Niinku nyt, ku muksum on isoja, ni mul on koira... Ja just tommostet vanhukset. Me mökillä järjestettiin esimerkiks olumpialaiset vanhuksille. Siis ihan mejän suvulle, ku meil on nii paljon vanhoja ihmisiä. Ni me vaa hommattiin tämmöset muoviset pokaalit ja eri kilpailulajeja... Nehän oli niin onnessaan kaikki.

#### 9.1.5 Vastuunotto, velvollisuus ja asioihin vaikuttaminen

Suurin osa vapaaehtoisista kokee vapaaehtoistoiminnan velvollisuudekseen ja useimmat kokevat toimivansa periaatteitaan vastaan, jos jättäisivät auttamatta mahdollisuuden tullessa (Pessi & Saari 2008: 74,77). Etenkin aktiiviset vapaaehtoiset pitävät vastuunottoa vapaaehtoistyön yhtenä suurena voimana. Velvollisuudentunne auttamismotiivina painottuu Pessin mukaan etenkin kaupungissa asuvilla. (Pessi 2008:18:49.) Auttamiseen liittyy usein myös jonkinasteinen oletus vastavuoroisuudesta. Vastavuoroisuutta ei välttämättä odoteta tuettavalta mutta ajatuksena voi olla, että auttaminen palkitaan ainakin tulevaisuudessa. Useimmat suomalaiset myöntävät auttavansa ainakin osittain, jotta myös heitä autettaisiin tarpeen tullen. (Pessi & Saari 2008: 108.)

V3: No siinä voi vähän olla (vastuunottoa). Ku aattelee, et sitä itsekin tulee (vanhaks). Jos saa elää kauan, ni kyllä varmasti tuntus mukavalta. Tää kyl, varmasti se. Kyl mä haluan olla esimerkkinä sillätavalla. Ja ku sanotaan, et ku itse antaa ni sitä saa, jos tarvii. Se voi olla siel kans pikkusena ajatuksena.

V7: Mä aina vaa aattelen, et vanhuksille pitäs ainaki jotain. Ku ne tuntuu nii orpoja olevan... Ni just vanhat ihmiset on semmosii, et ne halus kertoo ummet ja lammet... Sit ku jätät juttelee sen kanssa, ni sehän näyttää, et sehän pursuu. Et mä vielä haluan kertoa ton ja ton jutun. Et ku joku vaa kuuntelee... Et just vanhuksist, ni et niist tosissaan pidettäs huolta. Et ei niinku jätettäs tonne yksin.



Haastateltavat pitävät tärkeänä ottaa vastuuta iäkkäiden ihmisten hyvinvoinnista yhdessä muiden toimijoiden kanssa. Vapaaehtoistyön panostus yhteiskunnassa nähdään suurena voimavarana ja vapaaehtoisuuteen perustuvaa lähimmäisten auttamisen toivotaan vahvistuvan. Vapaaehtoistyö ei voi kuitenkaan olla vain julkisen sektorin resurssien paikkaajan roolissa. Julkiselta sektorilta kaivataan vahvaa tukea ja riittävää panosta ihmisten hyvinvoinnin turvaamiseksi.

V6: Kuitenkin niitä tarvitaan aika paljon. Ei niitä varmasti liika oo näitä vapaaehtosia. Ja ihmiset vanhenee jatkuvasti... Kylhän sitä siihen mennään, että kun ei oo rahaa kunnilla niin, et ihmisten pitäs mahdollisimman paljon käydä auttamassa toisia. Ennenhän sitä oli sitä auttamista... Sillon oli kyl, et huonommassa asemassa olevia perheitä autettiin. Niin se pitäs olla tänä päivänäkin. Ainaki, jos tietää, et ystäväpiiris on semmosia. Rohkeesti vaa auttamaan... Se on muuttunu niin paljon tämä. Ihmiset on sen verran itsekkäitä, et ei ne. Se on maallaki jo muutunu.

V2: Mä haluaisin vaikuttaa siihen, että vanhuksia hoidettais paremmin. Niihin satsattais enemmän. Et ehkä tää on jotain semmosta esimerkkiä siitä tai halua tehdä itse sen mukaisesti... Et vanhukset ja sairaat on arvokkaita. Et ei niitä saa unohtaa sinne jonnekin kotiin tai sairaalaan... Mut sehän on tosi tärkeä, ku ei yhteiskunnalla oo varaa kaikkiin juttuihin. Ni sit vapaaehtoset paikkaa aika paljon.

V8: No tietysti on se näin, et se pitäs niinku kunnallisesti hoitaa nää asiat. Et tää vapaaehtostyo on vaa tukemassa tämmösissä yksinkertaisimmissa asioissa. Mutta pääperiaatehan se on tietysti, että tämmösestä huolehditaan ihan järjestelmällisesti. Mutta voi olla aina pikkasen apuna sillon tällöin.

Toisten haastateltavien puheesta välittyä vahva velvollisuuden tunne autettavia kohtaan. Sovituista tapaamisista halutaan pitää kiinni. Moni kokee tärkeäksi, että omaishoitoperheiden luona käydään suhteellisen säännöllisesti. Toisilla vapaaehtoisilla on kuitenkin useita autettavia, joille omaa aikaa annetaan. Useimmilla on elämässä myös hyvin paljon muuta tekemistä ja rajoitteita. Pari vapaaehtoista on tavalla tai toisella vielä työelämässä ja jo eläkkeelle jäävilläkin omien asioiden hoitaminen ottaa aikansa eikä vapaaehtoisilla on mahdollisuutta käydä omaishoitoperheissä aina niin usein kun he kokisivat tarpeelliseksi. Moni tuntee tästä jossain määrin huonoa omatuntoa. Vapaaehtoiset kuitenkin toteavat samaan hengenvetoon, että omaishoitoperheet tai muut toimijat eivät ole edellyttäneet heiltä toistuvia käyntejä vaan ajoittainen huono omatunnon tunne on lähtenyt heistä itsestään.

V8: Mul on vähän niinku sillätavalla huono omatunto, et ku mä en oo nyt ottanu yhteyttä. Et ku mä oon vaan oottanu, et sieltä päin otetaan yhteyttä... Se lähtee musta itestäni ihan täysin. Et mä ite koen, et jotenki on (huono omatunto). Me ollaan aika paljon kuitenkin reissussa ja sit on kaikenlaista... Et kyl mä oon silätavalla velvollisuuden tuntonen, et ku mä johonki ryhdyn ni mä haluan sit siinä olla. Et en mä sit halua jättää sitä ihan noinkaan.

V3: Tulee vähän semmonen huono omatunto. Varmaan kesällä ollaan paljon mökillä. Et ehkä sitte joskus parin viikon välein tullaan käymään kukkia kastelemaan. Ni sitte voidaan tavata. Mutta et kyllä sitä haluais kauheen hyvin hoitaa tän homman. Mutta heti nyt ku tulee lunta ja sitte ollaan tehty vähän remonttia

kotonaki. Et jos ei sitte meekään tänään, ni ihan vähän semmonen huono omatunto tulee. Et mä oon vaan koittanu opettaa itselleni sen, et se on ihan meistä. Niin ku heki sanoo. Et se on ihan teistä kiinni. Soittele sitte, ku sopii.

V1: Siltikin tuntuu välillä semmosta riitämättömyyttä, että useammin pitäis ehtiä käydä. Mut mä oon yrittäny katsoa aina, et ketä nyt viimeks oon käyny kattomassa. Mä koitan järjestää niin, et kukaan ei jää paitsioon ja voi sanoa, et sä oot unohtanu mut.

## 9.2 Vapaaehtoistoiminnan mielekkyys

Haastateltavat kertovat useimpien kohtaamisien omaishoitoperheiden kanssa olleen antoisia. Seurustelu, ulkoilu-, saatto- ja asiointiapu on koettu mielekkääksi ja hyödylliseksi tavaksi auttaa ja tukea näin omaishoitoperheiden jaksamista. Eräissä omaishoitoperheissä on pyydetty vapaaehtoisia myös vaativampiin tehtäviin ja haastateltavat ovat joutuneet tekemään selkoa toimintansa rajoista. Monista haasteista on kuitenkin selvitty ja useat vapaaehtoiset nostavat esille omaishoitoperheiden myönteisen elämänasenteeseen. Hyvää mieltä on saatu myös tuettavilta tulleesta hyvästä palautteesta. Monista haastatteluista välittyy toiminnan vastavuoroisuus. Kokemus omaishoitoperheiden auttamisen tärkeydestä ja mahdollisuus käyttää mielekkäästi vapaa-aikaansa vahvistaa halua jatkaa toimintaa pitempäänkin. Elämäntilanteen salliessa toimintaa halutaan jatkaakin.

### 9.2.1 Hyvinvointia kohtaamisista

Vapaaehtoiset kertovat monesta onnistuneesta kohtaamisesta tuettavan ja omaishoitoperheen kanssa. Monet vapaaehtoiset ovat kokeneet, että jo ensimmäisellä tapaamiskerralla on syntynyt pohja keskinäiselle luottamukselle. Yhteyden luominen ei ole ollut haastateltavien mukaan kovin vaikeaa. Pari vapaaehtoista kertoo, että aivan aluksi ilmassa oli pientä jännitystä, joka kuitenkin katosi pian. Muutama vapaaehtoiselle tuli ensitapaamisella tunne kuin tuettava olisi ollut joku vanha hyvä tuttu. Keskustelu on tuntunut usein antoisalta ja luontevalta. Useimmat ovat kokeneet vuorovaikutuksen alusta asti mielekkäänä.

V7: Tietysti oli vaa jännää, ku oli tuttu ihminen siel... Sen miehen oon nähny ja sen kans morjenstanu. Mut en mä koskaan oo sen kans puhunu... Mut sit ku mä menin ekan kerran niille ni ihan ku me oltas tunnettu jo viiskyt vuotta.

V3: Siellä tutustumiskäynnillä juttua kyllä riitti... Et on puhuttu perheestä ja perheen jäsenistä ja entisistä asioista ja lapsista ja lapsenlapsista ja eläimistä ja näistä kaikista. Tuntuu, et ollaan aika samalla aaltopituudella.

V2: Oli se aluks hirveen jännittynyttä, koska hän oli mun soitosta päätelty, et mä oon joku kaksikymppinen. Ja sit ku hän näki, et mä oon aikuinen, ni hän tuli tosi iloiseks, et on ehkä enemmän sit keskusteltavaa. Mut se eka jännitys meni ihan siinä kahvin juonnin ohessa.

Pari vapaaehtoista on käynyt muistisairaana tuettavana luona ja keskustelu on ollut vähemmän tasapuolista ja monipuolista. Yksi tuettava ei myöskään kommunikoi ollenkaan. Keskustelun sijasta on voitu kuitenkin panostaa esimerkiksi ulkoiluun tai vain läsnäoloon. Kukaan ei kerro kohtaamisen tuntuneen epämiellyttävältä. Vaikka keskustelu muistisairaana kanssa olisi ollut jotakuinkin yksipuolista, vapaaehtoiset löytävät kohtaamisesta paljon hyvää.

V6: Tää rouva on jossaki kuntoilemassa... Se hänen mies on sairas, ni olin sit katomassa (häntä). Et kyllä se, juttelin hänen kanssa, miten nyt pysty sit juttelee... Mä oon aina yrittäny jututtaa tätä miestä. Ni kyl hän aina siihen vastaa. ...Ei oo arkaillu. Et must se on ollu ihan luontevaa jo heti... Mut täytyy sanoo, et tää mies oli oikee herrasmies. Se oli niin kohtelias... Must se oli nii positiivinen yllätys.

V8: Hän on dementoitunu... Mut hän on vielä ihan hyvässä vaiheessa. Et hän liikkuu ja noin mut on vähän haluton lähtemään... Hänen miehensä on hyvin kiva ja terävä. Et semmonen kiva pariskunta kyllä. Että on helppo mennä... Ja musta oli kiva, et tää potilas on sitte nainen.

V7: Mutta jututhan, sillähän on aina ne samat jutut... Muistisairautta, et ei niinku aina muista ja sit samoja juttuja kertoo... Ku se aina vaa sanoo, se mies, et tuu vaa hakemaan lenkille... Ni ei me sit olla tosissaan, ku ihan vaa lenkillä käyty. Kummatki tykkää kavellä... Kyllä se kävelee ihan reippaasti ja ei mitään.

Vapaaehtoiset kertovat tapaamisten kestävän yleensä 1-5 tuntia. Osa heistä on antanut saattoaapua. Tuettavia on viety esimerkiksi kampaajalle, kauppaan, verotoimistoon, hautausmaalle ja kahville. Omaishoitoperheiden toiveiden mukaisesti on myös ulkoiltu ja rupateltu kahvikupin ääressä. Moni haastateltava kertoo, että puhuttavaa on riittänyt ja joidenkin mielestä aika on lentänyt kuin siivillä. Vaikka jotkin vierailut ovat kestäneet useampia tunteja, eivät haastateltavat koe kohtaamisten vieneen liikaa aikaa. Kun aikaa on tuntunut vierähtävän tarpeeksi, vapaaehtoiset ovat osanneet myös päättää tapaamiset luontevasti.

V1: Et ei ne mitään ihan semmosia tunnin kahden juttuja oo, ku mä siellä istun. Et kolme neljä tuntia sit aina kerrallaan... Se vaan, se aika kului vaa niin nopeesti... Et kyl ne aika pitkäks on venyny.

V3: Ku tää oli niin tavattoman kova puhumaan tää ja kaikki oltiin kovia puhumaan. Niin meillähän meni siinä tosissaan aikaa.

V2: Juotiin kahvia siinä. Se oli ihan keskustelua eri aiheista. Hän kaipasi sitä ja oli mielenkiintoisia keskusteluja minunkin mielestä.

Monet vapaaehtoiset ovat olleet yllättyneitä siitä, kuinka myönteinen elämänsänsä omaishoitoperheillä tuntuu olevan. Jotkin vapaaehtoiset ihailevat omaishoitoperheiden voimia ja jaksamista. Sisukkuuden ja iloa tuottavien asioiden löytäminen raskaassa elämäntilanteessa antaa ymmärrystä siitä, että vaikeuksien takia ei tarvitse kokonaan lannistua. Monia vaikealta tuntuvia tilanteita on mahdollisuus kääntää voimavaraksi. Omaishoitoperheiden positiivisuus ja kohteliaisuus antaa hyvää mieltä ja voimia myös vapaaehtoisille.

V5: Hänellä on joku tuttava tuolla (sairaalassa). Ja hän sitä rupes puhuu, et mentäs sinne yhdessä. Ja silloin sitte, ku siitä oli ekan kerran puhetta, ni hän oli aika huonossa kunnossa. Hän oli justiinsa kaatuillu. Hän oli ollu pari viikko (sairaalassa). Ja sit ku pääsi kuule kotiin, niin innolla, innolla vaan. Niin on kuule vaa elämänhalunen ihminen, et vaikka on ihan kuule. Jalat ei pidä. Ni juu, et sinne kattomaan jotai vanhaa tuttuu.

V1: Täytyy vaa ihmetellä, et ihminen on niin hirveen positiivinen noinki vaikeesta sairaudesta huolimatta. Et se on harvinaista, et hän ei valita. Hänellä on hirveen myönteinen elämänasenne. Ja se takia semmosta ihmistä on kiva kohdataki, joka on myönteinen eikä valita ja ruikuta.

V2: Ku tää rouva on nii positiivinen. Et se näkee kaikessa, siinä omas sairaudes saanki niin paljon hyvää. Et häntä ei tarvii niinku millään tavalla yrittää lohduttaa tai muuta. Et hän on ihan sinut sen sairautensa kanssa.

### 9.2.2 Vapaaehtoisen roolit ja rajat

Useimmat vapaaehtoisista kokevat, että omaishoitoperheiden odotukset vapaaehtoisia kohtaan ovat olleet realistisia. Omaishoitoperheiden ja vapaaehtoisten käsitykset vapaaehtoisten roolista ovat olleet pääsääntöisesti yhtenevät. Jotkin omaishoitoperheet ovat kuitenkin toivoneet sellaista apua, joka ei kuulu yleensä vapaaehtoistyöhön. Pari haastateltavaa on saanut suoria ja vähemmän suoria ehdotuksia avustamisesta, joka vaatisi tavallista enemmän aikaa tai osaamista. Vapaaehtoiset ovat osanneet kuitenkin myös kieltäytyä töistä, jotka eivät heidän mielestään kuulu heille.

V6: Must tuntuu, et niil on täysin selvillä siel pääs, et mitä niinku saa tehdä.

V3: Hän olis toisen kerran viikossa halunnu suihkutusapua... Hän ajatteli, et minä menen auttamaan ni me pystymme suihkuttamaan tän omaisen... Ni mä sanoin, et se ei käy... Tää on vapaaehtoistyötä ja silloin se pitää mennä sitä rytmiä. Et me soitellaan ja sit sovitaan... Ja hän puhu, et ku lunta on nii kauheesti katolla. Ni jotenkin annettiin heti ymmärtää, et me ei voida sinne mennä... Ne on semmosia ihmisiä, et heille voi sanoa, et me ei voida tehdä tätä työtä. Et tää on tämmöstä ulkoiluttamista... Ja minusta tuntuu, et me voitaa puhua, mikä asia vaa.

V5: Siin pitää pitää se oma pää ja sanoo ei... Kun sen jämptisti sanoo, et tää ei kuulu mulle. Et kaikennäköst tehtävään siel sais tehdä näissä jutuissa sit ku tullaan vähän tutummaks. Mut niitä ei tehdä eikä ne kuulu. Kyllä nyt tietyst vähän kukkamultaa on vaihtanu ja kukkaset kastellu ja näin mut, et ei mihinkään siivomisiin eikä muihin ruveta.

Haastateltavat korostavat, että joissakin asioissa voi hyvinkin joustaa. Joskus voi antaa tavallista enemmänkin aikaa ja nähdä vähän enemmän vaivaa. Auttamisen mahdollisuuksia punnitaan tilannekohtaisesti. Tärkeintä on, että vapaaehtoinen tunnistaa omat rajansa niin, että ei tule kiltteyttään luvanneeksi liikaa. Monesti vapaaehtoistyöhön suuresta auttamisen palosta

ryhtyvä henkilö saattaa kuormittua, koska vastaanottaa liian paljon erilaisia vapaaehtoisteh-  
täviä (Syrjänen 2003: 59).

V5: Tuli ehdotuksena tästä toisesta paikasta sellanen juttu, että tällä miehellä  
olis joku harrastusjuttu ollut yhtenä lauantaina... Aamulla mun olis tarvinnu olla  
siellä yhdeksän aikaan. Ja se olis menny iltaan, johonki puol yheksään. Et siis  
kokopäivähomma. Ja mä sit sanoin, et nää nyt ei oo yleensä niinku tavallisia, et  
näin kauan menee. Mutta et okei mä voin ottaa tän. Mut nyt sitte siihen tuli pe-  
ruutus eilen.

V5: Hän kysy sit, et voisko huomenna tai näin ja sit tota et olisko sit pääsiäisenä.  
Ni mä sanon, et eiku yleensä on niin et tää vähän niinku rajottus arkeen. Että  
tietysti, jos on joku erityistapaus, mä sanoin näin ni siit voi katsoo, et jos ois  
itelläki vapaata ja näin.

Useimmilta vapaaehtoisilta ei ole odotettu liikaa. Vapaaehtoisten on kuitenkin hyvä varautua  
myös siihen, että jotkut tuettavat saattavat pyytää suureltakin tuntuvia palveluksia. Taito  
kieltäytyä on tärkeää turvallisuuden sekä oman hyvinvoinnin takia. Muutama vapaaehtoinen  
kuitenkin kokee, että vapaaehtoisen oma ammatillinen tausta vaikuttaa työnkuvaan ja rajoi-  
hin. He sanovat, että vapaaehtoisen on luontevampaa tarjota erityistä apua, jos asiasta on  
kokemusta eikä palvelus tunnu itsestä liian suurelta. Omien motiivien käsittäminen sekä itse-  
tuntemus helpottavat vapaaehtoista vetämään rajansa itselle sopivaksi.

V6: Tietysti vapaaehtonen ei niin paljon tee semmosta (mitä ammattilainen). Et  
se siinä ero on. Eikä sitä varmaan vaaditakaan. Tietenki voishan siinä olla sil-  
leen, et jos tää vapaaehtonen halua jotain tehdä, ni ei kai siin varmaa sillon mi-  
tään oo... Oon ajatellu tommostaki, et jos vapaaehtoset olis esimerkiks semmosia  
ammatti-ihmisiä, ni vois esimerkiks käydä leikkaamassa jonku hiuksia, joka osaa,  
tai meikata. Koska seki piristää. Jalkojen hoitoki olis varmaan hyvin tarpeellinen  
vanhoille ihmisille. Kynsien leikkaaminen. Kaikkea tämmöstä. Koska ne on ihan  
hyödyllisiä ja piristäviä.

V3: No se raja on siinä, et ei tehdä semmosta työtä mitä ammatti-ihminen te-  
kee... Ni tietysti, ku on oma ammatti (työskennellyt vanhainkodissa)... Ni ihan  
varmasti jos jotain sattus missä tarvittas ammatti-ihmistä, ni varmasti autan... Et  
en mää rajota sitä tähän, et tää ei kuulu mulle. Et ihan kaikki teen siinä tilan-  
teessa... Et mä olen valmis joustamaan siinä tilanteessa. Mut ei sit sellasta, missä  
vois tulla vahinkoo tai et se riski olis jo nii iso.

Toisinaan voi tulla eteen myös tilanteita, joissa tuettavaa avustetaan asioissa, joiden ei varsi-  
naisesti ajatella kuuluvan vapaaehtoisen tehtäviin. Monesti vapaaehtoiset kuitenkin kokevat,  
että tilanne edellyttää tuettavan auttamista. Jos avustaminen ei vaadi valtavaa ponnistusta  
halutaan auttaa, jotta tuettavalla olisi mahdollisimman mukava olo. Toisinaan avustamisesta  
ei taas voida luontevasti kieltäytyä. Pari vapaaehtoista kertoo auttaneensa esimerkiksi nos-  
toissa ja pukemisessa, vaikka ne eivät kuuluisikaan vapaaehtoiselle.

V5: Ku yleensä sanotaan nois ohjeis, et vapaaehtonen, joka nyt menee hake-  
maan, tota, tämmöstä tuettavaa ulos. Ni siel nyt pitää jonku omaisen tai henki-  
lökuntaan kuuluvan, jos on nyt vaikka tuolla vanhainkodissa, ni pukea tämä sit-

te. Mutta eihän sitä nyt hyvänen aika täälläki, ku ne oli kotona ja tää oli vanha tää mies ja kans huono liikkumaan ja jotenki niin surkee, ni tottakai sitä alkaa siinä sitte. Ja kato talviaika, piti kaikenmaailaman toppahousut vetää jalkaan. Ja siinä oli aika puhki. Mä olin ihan hikipäässä, ku (naurua)... Mut tota sit kato, ku jalois oli sairaus. Et ne ei niiku taipunu ja kengän laittoki oli hirveen hankalaa. Ja hän niinku istu siin pyörätuolis koko ajan ja nostin sillatavalla ylös, et saatiin vedetty ylös tuolta. Että se oli hyvin hoteroo se menininki.

V3: Ku mentii sisälle ni (sanoin, et) haluatko, et mä autan riisumisessa ja laiteetaan sänky. Hänet täytyy pukeeki sängyssä. Ni (omaishoitaja) sano, et ei minä pärjään. Ja kerran kyllä autoin... Ku me oltiin lähdössä ulkoilemaan, niin (omaishoitaja) lähti käymään (kaupungilla) sillä välillä. Ni hän anto avaimen meille ja me ku tehti lenkki ni mentii sisälle ja sit mä rupesin riisumaan häntä ja toki nostin hänet vuoteeseen ja rupesin siinä ulkohousuja ottamaan pois. Et siinä tein jos sen verran niin sanotusti hänen (omaishoidettavan) työtään. Mut en mä nyt voinu jättää ulkovaatteita hänelle, ku ei ollu ihan tarkkaa tietoa, koska hän tulee... Ja sit (omaishoitajan) kanssa on yhdessä nostettu... Mutta mulla on kyllä ihan tieto tästä, ku työkseni oon tehny tämmöstä niin kauheen kauan. Et ei siinä. Kyl mä osaan. Omat paikkani pidän ehjänä sillatavalla, et en nosta väärin.

Omien rajojen asettaminen on tärkeää, jotta vapaaehtoistyöstä ei tule pakkopullaa ja ettei siinä väsähdä. Vapaaehtoisten mielestä vapaaehtoistoiminta tuntuu mielekkäämmältä, kun tapaamisissa ei sovi liian tiuhaan ja asiat tekee rauhassa hätäilemättä. Eräs vapaaehtoinen huomauttaa, että uusien tuttavuuksien tapaaminen kannattaa aloittaa pienin askelin. Myös itselle mielekkäiden vapaaehtoistehtävien valikointi ja ajan antaminen myös itselle on tärkeää oman hyvinvoinnin ja jaksamisen kannalta. Vapaaehtoiset tuntuvat oivaltavan hyvin sen, että toisia jaksaa auttaa paremmin, kun oma elämä on tasapainossa ja itsellä on kunnolla resursseja.

V5: Mut se just, et ei alkuun sano, hirveen usein niitä käymisiä. Et joka toinen viikko olis, et ei nyt joka viikko. Että sitte on mahdollisuus lisätä niitä käyntejä. Mut se on hankalampi jos rupeet vähentämään niitä.

V2: Mä en tässä projektissa mitenkään kuormitu, ku tää on nii harvakseltaan tapahtuvaa. Et mä osaan sit rajottaa. En käy viikottain. Kuukauskin voi olla välissä. Ei se rasita mitenkään. Se ei oo niin säännöllistä.

V3: Mitään ei oo tehty kiireellä. Et niitä on tehty ihan pikku hiljaa... Eikä liikaa oo ollu. Mutta muuten se mahdollisuus siinä on, et siinä sitte väsyy... Ja ku se on vaa se ulkoiluttaminen. Et ku se itseki tykkää olla ulkona, ni siin ei sillä tavalla niin sanotusti rasitu.

V1: Mut sitte jos mä tunnen muuten väsymystä tässä vapaaehtoistyössä, ni sit mä lähen tonne Lappiin (naurahdus) Ja sit mä oon pari viikkoa sillä. Niinku mä nyt-teki lähen. Sit mä voin kokee sen, et mun ei tarvii lähtee mihinkää.

### 9.2.3 Tuurausten anti omaishoitoperheille

Vapaaehtoistyö koetaan mielekkääksi ja siihen on helpompi sitoutua, kun huomaa miten suuri merkitys omalla auttamisella voi olla. Monien haastateltavien mielestä pilottiin osallistumi-

nen tuo hyvinvointia omaishoitoperheille. Vapaaehtoiset kokevat tapaamisensa tuoneen virkistystä niin omaishoitajille kuin hoidettavillekin. Monelle on tärkeää, että voi jakaa tunteuksiaan ja kokemuksiaan vapaaehtoiselle, koska mahdollisuudet vastaavanlaisiin sosiaalisiin kanssakäymisiin ovat usein vähäisiä.

V5: No ainaki hoidettavan osalta se, et saa vähän ulkopuolelta jotaki tuulahdusta joko jutun puolest tai sitte jos luetas jotaki... Jos on jotain sellasta, vaikka nyt jotain, mitä hyvänsä, jotain jostain lehdestä. Ku jos on semmosessa kunnossa ite että ei oikein pysty enää lukee esimerkiks.

V7: Must vaa tuntuu, et häl on kiva silleen, et joku lähtee hänen kans. Et ei aina tarvii yksinää tuolla. Ja sit ku höpötetään ummet ja lammet, ni se niinku tuntuu... Vaikka ne niitä samoja juttuja onki. Että ku sen näkee joskus, ku se kävelee yksin, ni se menee vaa. Nii sit se sais jonku kans puhuu.

V2: No hän sano itse sitte, et se autto hirveest, ku hän voi tästä jollekin puhua. Koska omaiset on jotenki väsyny, ku se niinku jokapäiväistä. Et häntä se auttoi.

Sen lisäksi että vapaaehtoiset toimivat seuranpitäjinä, juttukaverina ja kuuntelijoina he myös lisäävät hoidettavien mahdollisuuksia liikkumiseen. Vapaaehtoiset iloitsevat voidessaan auttaa ikäihmisiä ulkoilussa ja asiointiavuissa. Monien hoidettavien on vaikeaa tai mahdotonta lähteä ulos ihmisten ilmoille tuulettumaan, lähteä virkistäytymään esimerkiksi kampaajalle tai hoi-  
taa tärkeitä ostoksia ilman ulkopuolista apua.

V3: Tää yks tapaus on sillätavalla vaikee, et tää omaishoitaja ei voi oikeastaan lähtee kun ihan pakon eessä vaa, juosta kauppaan. Hän ei voi jättää omaistaan pitkäks aikaa. Ni hän on niin onnellinen, ku hänki pääsee ulos kävelemään... Et must tuntuu, et he ei oikeen muuta tällä hetkellä odotakaan muuta, ku sitä en ne pääsee ulos. Sitä ne on painottanu kovasti... Et me mennään kaikki yhdessä. Tyytyväisiä ovat. Ja he sanovat sit, et kyllä on kiva.

V5: Hänellä on se kaupunkikortti ja saattajana olin sit mukana ja oltiin sit kau-  
poilla. Hän oli hirveen tyytyväinen. Sano, et tää on kamalan kivaa.

Vapaaehtoiset ovat viettäneet aikaa hoidettavan kanssa. Näin omaishoitajalla on ollut mahdollisuus ottaa omaa aikaa tärkeäksi kokemiinsa asioihin. He ovat voineet vain levähtää tai hoitaa rauhassa asioitaan. Jotkut hoidettavat vaativat siinä määrin silmälläpitoa ja avustamista, että ilman muiden apua monilla omaishoitajilla on vaikeuksia irtautua kotoa pitkäksi aikaa. Monet omaishoitajat ovat varsin uupuneita, kun he huolehtivat alituisesti sairaista puolisoistaan. Kunnallisen omaishoidon tuen piirissä oleville omaishoitajille on vain kolme vapaa-päivää kuussa eikä läheskään jokainen omaishoitoperhe hyödynnä niitä.

V2: Kyllähän se antaa heille semmosen hengähdystauon, et voi se omaishoitaja sitte keskittyä ihan itseensä tai johonki. Täs tapaukses tää mies tekee kaikki huushollihommat, ni hän sai aikaa tehdä. Eikä ollu sitä huolta, et pitää koko ajan kuulostella. Tää rouva oli ihan siellä yläkerrassa. Et varmaan ois tervetta useamminki ihan omaan hetkeen.

V8: Mää aattelisin, et varmaan heillä on se semmosena helpottavan, et vois saada just tommosta asiointiapua taikka sellasta. Et on sen hoidettavan luona, et se omaishoitaja pääsee asioille.

#### 9.2.4 Vastavuoroisuus ja hyvä mieli

Tuettavat ja hänen läheisensä eivät muista aina kiittää vapaaehtoista (Auttamisen iloa 2008: 33). Monet haastateltavat kertovat tuettavien kuitenkin antavan paljon mieltä kohottavaa positiivista palautetta vapaaehtoisten käynneistä. Vapaaehtoisten seurasta ja avusta on oltu kiitollisia. Kohtaamiset ovat onnistuneet pääsääntöisesti hyvin ja useat omaishoitoperheet ovat osoittaneet monin tavoin, että toivovat vapaaehtoisten käyvän luonaan jatkossakin.

V4: Ja sit (omaishoitaja), hän lähetti sit palautetta siihen seurantapalaveriin, et oli hyvä pariskunta ja hän haluaa meidät sitte jatkossaki.

V2: Mä oli ihan ymmälläni, että joku voi ilahtuu mun seurasta nii paljon.

V1: Hän sanoo, et hyvä ku tulet vielä. Et hän niinku odottaa, et tää ei vaa katkea tähän... Se työ palkitsee itse itsensä. Mielekkäänä koen sen... Mulla on kaikki menny ihan hyvin tän henkilön kanssa, et mä niinku aina innolla odotan seuraavaa tapaamista... Musta tuntuu, et se antaa mulle itselleki. Ku tulee semmonen vuorovaikutus... On semmonen empaattinen ja todella myötätuntonen ihminen. Et hänen kanssaan voi jopa vaikka omiaankin kokemuksia jakaa ni, et hän ymmärtää... Ja ku hän on hirvee viksu ihminen sillee, et juttelee kaikesta ja pysyy ajan tasalla ja on kiinnostunut kaikesta ni. Emmä mä voi sanoo, että minä tässä annan jotakin hänelle vaan päinvastoin mä saan itsekin siitä. Et se on semmosta vuorovaikutteista.

Yksi keskeisimmistä vapaaehtoistyön lähtökohdista on, että se antaa hyvän olon siihen osallistuville. Onnistunut ja vastavuoroinen vapaaehtoistoiminta antaa aurinkoista mieltä ja voimia autettavan lisäksi vapaaehtoiselle. 2/3 suomalaisista kokeekin tärkeimmäksi auttamisen motiiviksi sen, että toiminta tuo iloa (Pessi & Saari 2008: 74). Kaikki haastateltavat vapaaehtoiset vaikuttavat saaneen mielihyvää omaishoitoperheiden auttamisesta. He kertovat olevansa tyytyväisiä, kun he voivat olla avuksi ja hyödyksi.

V8: Et jos voi olla toiselle iloks ja hyödyks ni ihan miellellään... Kyllä mä koen saavani ihan hyvää mieltä... Et siin tulee semmonen tunne, et siin voi olla hyödyks ja avuks.

V3: Jotenkin vaa tuntuu, et se on se auttaminen. Siitä tulee nii hyvä mieli. Et minusta ainaki se on se suurin... Se antaa paljon, ku pystyy auttamaan. Se on jo niin suuri asia.

V7: Siis ku sä näät, et joku tulee tosi tyytyväiseks ja onnelliseks, ni must se on niinku tosi ihanaa... Mulle vaa tulee tosi hyvä olo, ku mä pystyn jeesaa sitä.



### 9.2.5 Toiminnan keston ja luonteen vaikutus sitoutumiseen

Kysyin haastateltavilta miten he suhtautuvat kertaluontoiseen ja määräaikaisiin vapaaehtoistyön tehtäviin ja mitä mieltä he ovat pidempiaikaisista vapaaehtoistoiminnoista. Tarkoitus oli selvittää, kokevatko he jommankumman tavan mielekkäämmäksi itselleen. Mielialat jakautuivat vapaaehtoisten kesken. Osa haastateltavista piti pitempikestoista vapaaehtoistyötä parempana toimintamuotona, muutama tuntui suosivan lyhytkestoista vapaaehtoistyötä elämäntilanteesta takia ja pari vapaaehtoista ei pitänyt toiminnan kestoa keskeisenä asiana.

V3: Sitte ku todettiin, et meil oli nii sopivat perheet ja tuntu, et ihan hyvin menee, ni se on hyvä jatkaa... No mä nyt oletan, et ne nyt jatkuu ihan tällasenaan... Et se oli molemmin puolin niin tyytyväistä, mahdollista jatkaa... Et jos oiski kerta ollu ja sit ei mitään, ni se ois jotenki ollu... Et kyl tää jatkuvuus on se.

V5: Ku he aatteli, et he menee vaan yhen kerran käymään. Et se on tarkotus, et mennään vaa yhen kerran. No siitä yhestä nyt ei oikeen saada selville puolin eikä toisin. Sitä ollaan viel vieraskoreitaki siin vaihees.

V1: Must se on jo riitävä palaute, ettei hän ajattele, et tähän se nyt loppuu... Oon lainannu hänelle kirjoja. Niitä hän on ottanu vastaan ja luku. Ja sano hyvä ku lainasit, ni tiedän ainaki, et sä tulet seuraavalla kerralla (nauraa)... Ja haluan jatkaakin. Tuntuu, että ei voi yhtäkkiä ihmistä jättää sitte, ku on tutustunu häneen... Ja mä en koe, et tää on mun työtä vaan, et on tullu yks uus ihmissuhde elämään, jonka kanssa halua jatkaa keskustelua ja pitää yhteyttä.

Etenkin moni eläkkeellä oleva vapaaehtoinen kokee pidempikestoisen vapaaehtoistyön mielekkääksi tavaksi auttaa omaishoitoperheitä. Jatkuvuutta pidetään tärkeänä tuettavien avunsaannin kannalta. Turvallisen luottamussuhteen syntyminen vaatii toisinaan useamman tapaamiskerran. Ajan kuluessa tukisuhde antaa mahdollisuuden tutustua syvällisemmin ja vuorovaikutussuhde voi antaa paljon. Kun osapuolet ovat ystävystyneet ja autettava kiintyy auttajaansa, voi olla hankalaa lopettaa suhde niin halutessaan (Koskiahho 2001: 37). Osa vapaaehtoisista kokee tärkeäksi vapaaehtoistyön jatkuvuuden, mutta korostaa että toiminta ei saa olla liian sitovaa. He pitävät harvakseltaan toistuvasta vapaaehtoistoiminnasta, jonka aikatauluun voi itsekin vaikuttaa. Toiminnassa voi olla mukana pitkäänkin, jos se tapahtuu itse määrittelemillä ehdoilla.

V8: No must tää vois olla melkee mukavampaa, et vois olla pitempää. Et ei mitenkää hirveen säännöllisesti ja orjallisesti mut aina sillon tällön. Ja vois olla pitempään, kun tietysti tutustuu aina paremmin, mitä useemmin sitte tapaa.

V6: No pidempiaikaisista, jos se ei sido niin hirveesti. Et tarvii ihan välttämättä olla ihan joka viikko. Koska musta se sit taas sitoo. Se on taas ajasta kiinni.

Muutama vapaaehtoinen kokee kertaluontoisen vapaaehtoistyön sopivaksi tavaksi auttaa muita. Lyhytaikainen toiminta tuntuu mielekkäältä niille, jotka eivät elämäntilanteen kuten töiden ja sairastumisien takia halua tai pysty sitoutumaan pidempimuotoiseen toimintaan. Myös

vapaaehtoistoimintaan vasta tutustumassa olevat henkilöt, aloittavat osallisuutensa usein mielellään sitoutumalla aluksi lyhyempikestoiseen toimintaan. Jos kyseinen vapaaehtoistehtävä tuntuu itselle sopivalta, on moni valmis sitoutumaan siihen pidemmäksikin aikaa.

V8: Vaikka se oli tommonen kertaluontonen ja ihan yksinkertainen juttu. Sitä kuvittelee, et ne on semmosia, mihin sitoutuu sitte semmoseen johonki, mitä ei välttämättä tiedä, että voiko sitoutua johonki pitempiaikaan projekteihin.

V2: Ja sit mä kiinnostuin ja siinä painotettiin, et se oli semmosta kertaluontoista. Et niinku halusin kokeilla... Ehkä tässä, ku tää on ihan uutta, ni oli helpompi (tulla mukaan kertaluontoseen juttuun) ja muutenki. Ku mä työtä koko ajan haen, ni mä en tiedä mun tilanteesta sitte, et oonko mä päivisin enää töissä. Oonko mä vapaana. Niinku mä en halu nii pitkästi sitte. Se on kurja, ku sille toiselle osapuolelle tulee kurja olo, ku joutuuki lopettaa. Ku ei tiedä, et onks ens kuussa töissä vai eks oo töissä.

Moni haastateltavista on ollut mukana hyvin eripituisissa vapaaehtoistehtävissä. Osa heistä korostaa, että niin lyhytaikainen kuin pidempiaikainenkin vapaaehtoistoiminta voi olla arvokasta ja antoisaa. Tärkeintä on, että se tuottaa mielihyvää siihen osallistuville. Yksikin käynti tuettavan luona ja arjessa auttaminen voi antaa toiselle iloa. Jotkut tuettavat ja toiminnot kaipaisivat kuitenkin vapaaehtoisten pidempiaikaista tukea.

V7: Et seki on, jos on joku tommonen yksittäinen juttu, ni ku näkee et se toinen on tyytyväinen ja nauttii siit. Et seki on tosi hyvä.

V3: Tää on kyllä ihan hyvä tää pidempiki. Mut jos sit tulis joku joka sit poikkeais tästä jollain tavalla ni sekin käy. Et en mä oikeen sit rajaa sitä sillai tätä vapaaehtoistyötä. Et mulle sopii ihan joku kerta jos jossain on... Missä nyt tarvitaan vapaaehtoisia enempi, ni kyllä olen valmis sellaseenki.

### 9.3 Vapaaehtoisten huomioiminen ja toiminnan kehittäminen

Useimmat vapaaehtoiset pitivät vapaaehtoisten ensimmäistä tutustumis- ja perehdytystilaisuutta oikein onnistuneena. Kokoontumisessa käytiin läpi toimintaan liittyviä perusasioita ja tuettavat perheet saatiin jaettua sujuvasti. Tilaisuudessa saatiin hyödyllistä ja tärkeää tietoa ja kohtaamiset omaishoitoperheissä vastasivat pääsääntöisesti odotuksia. Pari vapaaehtoisen mielestä työntekijöiltä saatu tieto oli joiltakin osin kuitenkin todellisuutta vastaamatonta. Haastatteluissa tuli esille myös jokunen ehdotus siitä, mitä perehdytyksessä voisi ottaa vielä huomioon. Yllätysten ilmaantuessa työntekijöihin ei epäröidä ottaa yhteyttä. Myös vapaaehtoisten tapaamisia pidetään hyvänä paikkana kertoa omista mielteistä. Tapaamisten tiheydestä oltiin kuitenkin monta mieltä. Haastatteluissa peräänkuulutettiin muun muassa kokemattomien vapaaehtoisten ohjausta ja mahdollisuutta lähteä ensimmäiselle vierailulle työntekijöiden kanssa pidettiin hyvänä. Opastusta toivottiin niin työntekijöiltä, vapaaehtoistyön konkareilta kuin myös tuettavilta. Useimmilla on jo melkoinen kokemuspohja auttamiseen ja

vapaaehtoistyöhön liittyen ja sitä pidettiin tärkeimpänä valmiuksien antajana. Monet ovat käyneet kuitenkin vapaaehtoistyöhön liittyvissä koulutuksissa ja niihin suhtauduttiin melko myönteisesti. Osa voisi ajatella osallistuvansa niihin myös jatkossa. Lisäksi vapaaehtoistyössä viihtymistä voisi joillakin haastateltavilla edistää mielekkäisiin virkistystapahtumiin kuten yhteisiin juhliin ja ulkoiluun liittyviin toimintoihin osallistuminen.

### 9.3.1 Vapaaehtoisten iltamat

Tuurauspilottiin on osallistunut niin vapaaehtoistyön konkareita kuin myös vapaaehtoistyöhön vasta tutustumassa olevia ihmisiä. Hyvin erilaisen kokemuspohjan omaavien vapaaehtoisten yhteiset tapaamiset voivat olla haastavia mutta myös antoisia. Jotkin haasteltavat pitivät positiivisena sitä, että vapaaehtoisten iltamiin osallistujilla on hyvin monenlainen kokemuspohja vapaaehtoistoimintaan. Eräs vapaaehtoinen uskoi, että niin uusilla kuin vanhoillakin vapaaehtoisilla voi olla annettavaa toisilleen.

V5: Siin oli joitakin ihmisiä, jotka oli aika paljo jo tehny jotain vastaavanlaisii. Ja sit oli niin, et vasta jääny eläkkeelle. Et oli uutta asiaa heille. Että siinä oli niin eri tasosta se lähtevä porukka.

V3: No se, että ne jotka oli pidempään ollut vapaaehtosena, ni niiltä sitte sai tosi paljon esimerkkejä, et mitä kaikkea he on tehny... Kaikki nää pitkään vapaaehtosena olleet ni niiltä saa paljon vinkkejä.

V2: Mut toisaalta siel oli, osa oli tehny hirveesti vapaaehtoistyötä. Et jos on ihan aloittelija, ni tokihan heiltä oppii... Sehän toimii se verkosto sit paremmin, jos siin on niit kokeneit... Mutta se voi olla toisinkin päin. Alottelijat tuo sit taas tuoretta näkökulmaa niille, jotka on sitä pitempään tehny.

Vapaaehtoisten ja toimintaa organisoivien työntekijöiden ensimmäistä tapaamista on pidetty onnistuneena. Kaksituntinen kokoontuminen pidettiin seurakunnan tiloissa ja läsnä oli yhdeksän vapaaehtoista, kolme työntekijää ja kaksi opiskelijaa. Tilaisuudessa kerrottiin pilotista ja omaishoitoperheistä ja paikalla sai kuulla muiden osallistujien kokemuksia ja ajatuksia. Monen haastateltavan mielestä toiset osanottajat vaikuttivat mukavilta ja kokonaisuus oli hyvin suunniteltu.

V2: Se oli tosi mielenkiintoista kuulla, minkälaisia kokemuksia oli ollu... Mun mielestä se oli hyvä kerta. Ainaki näin ekalla kerralla. Näin ihmisiä ja... En mä jääny odottamaan mitään kummenpaa sillä kerralla. Must se oli ihan järjestetty. Mun mielest tosi ystävällisiä nää ihmiset, jotka on täs mukana.

V1: Tietysti se oli hyvä alkuun, et sai tietää, mihin on menossa ja mistä on todella kysymys. Se oli ihan hyvä tämmönen taustatiedotustilaisuus... Must se oli ihan hyvä sellasenaan. Mun mielest siinä oli ihan riittäväst sitä pohjatietoo. Ei siinä varmaan voi enempää kertookaa eikä sen enempää voi alkaa henkilöimään näitä yksilöitä, joita siellä oli sitte tarjolla.

Eräs vapaaehtoinen painottaa hoidettavan perusasioista tietämistä ennen vapaaehtoistehdävään ryhtymistä. Positiivisena pidettiin sitä, että hoidettavien sairauksista ja omaishoitoperheiden toiveistaan kerrottiin vapaaehtoisten ensimmäisessä iltamassa ja asiat oli mainittu myös vapaaehtoisille annettavassa lomakkeessa. Monet kokivat työntekijöiden valikoineet helppoja ja vapaaehtoisille hyvin soveltuvia perheitä. Perehdytystilaisuuden tehtävä on antaa selkeä yleiskuva perheistä eikä yksityiskohtainen ja tyhjentävä esittely ole usein järkevää perehdytystilaisuudessa. Halutessaan lisätietoa vapaaehtoinen voi jutella esimerkiksi työntekijöiden kanssa tai soittaa omaishoitoperheeseen ennen ensimmäistä tutustumiskertaa.

V5: Se kotisairaanhoidaja oli ne listannu sinne, ketkä oli semmosia helppoja tapauksia. Niinku sitä painotettiin et ei he anna mitään hyvin vaikeita, hankalia tapauksia maallikolle... Se täytyy tietää ennen ku semmosen homman ottaa, että minkälaises kunnos tää on, tää hoidettava. Ja et tuleeko semmosia (vessassa avustamisen) tilanteita... Tossa lomakkeessaki on sanottu, et millätavalla tää omainen on sairas ja näin. Ja sit ku ekaa kertaa soittaa ja sopii. Nii silloin siinä jo, mä ainakin jututan ja puhutaan asioista, että tietää vähän mennessään, että minkälainen paikka se on. Ja sittehän sen näkee, ku menee paikan päälle.

V3: Se oli juuri sitä mitä me odotettiin ja mitä alun alkaenki meidän tehtävään kuulu... Mä oon kokenu, et nää on just nii sopivia ku olla voi.

V1: Mulle kyllä tää vastas sitä mitä siellä kerrottiin tästä perheestä ja mitä tämä henkilö halus, minkälaista ystävää. Kyllä mun täytyy sanoa, et se vastas ihan täysin. Et hän on itsekin sanonu, et miten täällä osattiin valita. Koska minähän sanoin, et haluan tuon ihmisen (naurua). Ehkä se oli se sitten.

Muutama haastateltava korosti pitävänsä siitä, että heillä oli mahdollisuus vaikuttaa siihen, minkä omaishoitoperheen luona he kävisivät. Valintaan vaikuttivat ainakin tieto omaishoitoperheiden toiveista ja asuinpaikasta sekä niin vapaaehtoisten kuin omaishoitoperheiden rajoitteet. Eräs vapaaehtoinen soisi työntekijänkin päättävän omaishoitoperheestä, mutta hän arvostaa valinnan mahdollisuutta eleenä.

V1: Siihen mä oon tyytyväinen, koska ne sai itse valita. Että siel ei määrätty, et nyt meet tota kattoo vaan mä sain valita just niiden kriteereiden pohjalta, mitä siellä kerrottiin mitä tää henkilö odottaa.

V3: Mut kyl tän kokee jotenkin mielekkäämmäks. Tai tää oli niinku organisoitu... Täs oli se kiva, et täällä esitettiin nää perheet ja niistä sai valita. Se oli helpoo... Et tää oli kiva tää omaishoitajien tuoraus. Se oli se yks asia ja sit ne jaettiin niitä perheitä. Oli niin hirveen helppo lähtee siit alkuun.

### 9.3.2 Yhteistyö ja tiedonkulku

Vapaaehtoiset olivat pääosin tyytyväisiä vapaaehtoisten iltamia ja pilottia koskevaan informaation. Kaksi haastateltavaa ei päässyt perehdytystilaisuuteen, mutta he kokivat saavansa hyvät perustiedot puhelimitse. Toinen heistä kuitenkin uskoi, että perehdytystilaisuuteen

osallistuminen olisi ollut tärkeää. Vapaaehtoisten iltamissa paikalla olevat saivat myös toimintaa järjestävien toimijoiden yhteystiedot, joita ei haastattelujen mukaan epäröidä käyttää ongelmien ja yllätysten ilmaantuessa. Useimmilla haastateltavista ei ole ollut kuitenkaan juurikaan tarvetta olla yhteydessä työntekijöihin.

V2: Ja kotihoidonohjaaja antoi puhelinnumeron, et mä voin olla yhteydessä. Et kyl hän puhelimitse selvitti kaikki... Mä en oo ollu yhteydessä muuten, ku siellä illassa... Olisin varmasti ottanu yhteyttä, jos olis ollu jotain kysymyksiä. Se on mennyn nii hyvin, et ei mua jääny mikään mietityttämään sen maishoitoperheen kanssa... Mut et kyl se ois ollu tosi tärkeetä olla sillä ekalla kerrallaki... Et mä oisin niinku saanu semmosen kunnon opastuksen, et mikä tää juttu ja kaikkii nää mitä siellä keskusteltiin.

V1: Must tuntuu vaa, et ne kaikki menee sit omalla painollaan. Jos tulee ongelmatilanteita, ni nehän täytyy sit vaa käsitellä joko diakoniatomiston kautta tai sitten tämän kotihoidon tuen kautta. Tai kuka nyt on sopiva henkilö siinä sitte käsittelemään ongelmia.

Eräiden vapaaehtoisten mukaan tiedonkulku olisi voinut toimia joiltakin osin paremmin. Tiedotusta olisi muutaman haastateltavan mukaan voinut parantaa niin vapaaehtoisten kuin omaishoitoperheiden osalta. Muutama oli yllätynyt ottaessaan yhteyttä omaishoitoperheeseen tai tavatessaan heidät ensimmäistä kertaa. Vapaaehtoiset ovat kohdanneet niin hyviä kuin huonojakin odottamattomia käännteitä. Yksi haastateltava kertoi, että hoidettavan kerrottua parempi kommunikointitaito ilahdutti ja helpotti kanssakäymistä. Eräs vapaaehtoinen oli taas kokenut iloisen yllätyksen ensimmäisellä vierailullaan huomattessaan, että hoidettava kykenee kävelemään.

V4: Se oli viel sen verran ristiriitanen se tieto tästä - et huonosti pystyy kommunikoimaan. Mut hänhän puhu valtavasti.

V2: No mulle kyllä kerrottiin vähän eri tavalla siitä rouvasta... Mulle sanottiin, et hän on ihan sänkypotilas... Et se oli tosi yllättävää, et ku hän käveli sieltä vastaan. Ei ku ihan positiivisessa mielessä, ei siinä mitään. Mut mä kuvittelin, et mä meen semmosen ihmisen luo, joka ei sängystä pääse ja aina siellä sängyssä. Et mä suhtauduin siihen varmaan vähän eri tavalla.

Enemmän hämmennystä aiheuttavien yllätysten yhteydessä korostuu vapaaehtoisten mukaan riittävän ja oikea-aikaisen tiedotuksen merkitys. Useimmat eteen tulleet asiat eivät ole aiheuttaneet kuitenkaan suurempia ongelmia tai ne ovat selvinneet työntekijöiden ja omaishoitoperheiden kanssa keskustelemalla. Avoin mieli, hienovaraisuus ja toisten kunnioittaminen auttavat osaltaan monia vapaaehtoisia kohtaamaan uusia ja yllättäviä tilanteita.

V2: Siitä jostain vakuutuksesta mä en tienny mitään. Mutta en mä oo sitä tarvinnutkaan.

V5: Oletin ton lomakkeen mukaan, et hän asuu yksin... Mutta se on ihan pariskunta... Mutta en mä oo oikestaan sitä miestä nähny... Kerran se kurkas siitä ovelta

ja aatteli varmaan, et siel on joku naapurin mamma kylässä. Ja sitte tää tytär, joka nyt on omaishoitaja, ni en oo nähny. Että mun mielestä se ei oo oikein siellä päin tiedossa et mikä tää juttu on... Oon sille rouvalle sanonu, mut mä en tiedä onko hän millä tavalla kerronu sitte.

V5: Se rouva ei ees tienny, mikä tää systeemi on... Ku mä menen, ni sano, et ei hän oikeestaan tiedä tästä mitään. Et sielt vaa sanottii, et siel olis semmosia vapaaehtosia, ne halus tulla. No mä meinaisin nousta jo takajaloilleen... Et se tulee kyllä toisin päin se haluaminen ja se avunpyyntö... Et jos on tarvetta, ni tullaan. Mut ei niin, et ei niin, et saiskos teille tulla... Mut kyl se meni ihan hyvin kato, ku mä vaa sit sanoin, et ei me siel sillätavalla olla tyrkyllä... Ei siinä mitään. Me jatkettiin juttuu.

Eräs haastateltava nostaa esille omaishoitoperheiden riittävän tiedotuksen merkityksen. Avun vastaanottajien olisi hyvä tietää tapaamisten luonteesta jo ennen vapaaehtoisten käyntejä. Omaishoitoperheelle tulisi selvittää muun muassa minkälaista apua vapaaehtoisten voivat tarjota. Eräs vapaaehtoinen myös toivoo, että omaishoitoperhe ja kotihoito pitäisivät myös vapaaehtoista ajan tasalla kertomalla yllättävistä muutoksista.

V3: Mä soitin (omaishoitajalle), et jos hän tarvii nyt (apuu), ku se (hoidettava) on siel sairaalassa... Ni poika oli siellä ja mä sain kuulla, et hän on kuollut... Oli pikkusen semmonen, et oi kauheeta, ku poika sano, et äiti on veljen kanssa ostmassa arkkua... Se tuli niinku mulle sieltä kautta sitte. Ni mähän soitin heti sinne kotipalveluun ja sanoin, et näin kävi. Ja et, ”Juu hekin sai just tiedon siitä.” Et mä aattelin, et kai ne nyt tietää sen, että se on kuollu. Ni mä sanoin, että tämmönen kannattaa sit ilmoittaa vapaaehtoiselle ensimmäisenä, ettei... Mut sit ku mä olin kotipalveluun soittanu, sit sovittiin, et annetaan sen olla hetken aikaa ihan näin. Mut sithän se kävi niin, et soiteltii... Asiat meni sit ihan hyvin. Et ei mitään. Mut se oli vaa semmonen kokemus, et jos jatkossa on, ni täytyy muistaa myös vapaaehtoisille ilmoittaa tämmönen kuolemantapaus, et ei sit tuu tämmöstä. Ja muutoinki kaikki nämä sairaalan joutumiset ja kaikki.

Vapaaehtoinen oli tyytyväinen, että sai kuolemantapauksen jälkeen mahdollisuuden käydä kahvilla juttelemassa lesken kanssa yhdessä kotisairaanhoidajan kanssa. Näin asia ei jäänyt kaivertamaan mieltä. Kuolemantapauksen jälkeen haastateltava on tarjonnut toisen vapaaehtoisen kanssa tukea leskelle käymällä muun muassa hautausmaalla. Kotihoito järjesti heille myös uuden tukea kaipaavan omaishoitoperheen.

### 9.3.3 Kokemusten vaihtaminen

Vapaaehtoisten tapaamiset nähdään hyvänä paikkana kertoa kuulumisia ja jakaa kokemuksia. Samalla on myös mahdollisuus kysyä työntekijöiltä mieltä askarruttavista asioista. Eräs haastateltava kuitenkin huomauttaa, että alun jälkeen vapaaehtoiset voisivat tavata välillä myös keskenään. Jos pulmallisia asioita ei kyettäisi vapaaehtoisvoimin ratkomaan, voitaisiin ottaa yhteyttä työntekijöihin. Pilotin alussa sovittujen työntekijöiden vetämät tapaamiset voisivat siten olla sytyke vapaaehtoisten keskinäisille kokoontumisille, joissa tuettaisiin vastavuoroi-

sesti toisia. Ryhmäläisten toisilleen antama arvostus ja palaute auttavat osaltaan vapaaehtoisia sitoutumaan toimintaan (Syrjänen 2003: 66).

V3: Ja sit hyvää oli myöski se kokoontuminen, et miten menee. Ku ei kaikkien kans saata tulla toimeen.

V5: Työntekijät mukana joo, että koska siinä ois niin, että joo niihän mullaki oli tommonen samanlainen juttu. Et mitähän täs oikein asiantuntija sanoo. Tähän niinku, ettei se ois niinku yksittäisesti vaan. Ettei se olis niinku yksittäisesti vaan siin ois koko porukka paikalla ja sit ois niinku asiantuntija... Et vapaaehtoiset ois ja siin ois kaikki paikalla. Kellä sit on ollu minkäkilaista vastaanottoo.

V2: Kyllähän ne vapaaehtoisetkin keskenään, mut sit jos tulee jotai kysymyksiä tai asioita, ni ne vois viestittää sit diakonille tai sit sille toiselle henkilölle.

Osa haastateltavista pohti myös vapaaehtoisten ryhmätapaamisille sopivaa kokoa. Suositeltava kokoonpano riippuu monesta seikasta kuten vapaaehtoistyön luonteesta. Usein sopivana kokoonpano on kuitenkin noin 6-8 henkeä (Porkka ja Salmenjaakko 2005: 30). Harjun ym. (2001: 85) mukaan pienissä ryhmissä on oppii tuntemaan paremmin yhteistyökumppanit ja toiset vapaaehtoiset. Kun mukanaolijat tunnetaan hyvin, on toimintaan helpompi sitoutua. Pari haastateltava koki, että pienemmässä kokoonpanossa tapaamisesta saa helpommin dialogisen. Jotkin vapaaehtoiset eivät kuitenkaan pitäneet ryhmän kokoa merkittävä seikkana ja pitivät kumpiakin omalla tapaa hyvinä. Tärkeintä on, että pääsääntöisesti yksin työskentelevät vapaaehtoiset pääsevät osaksi vapaaehtoisten yhteisöä, joka voi tarjota kokemuksia, tukea yhteishenkeä ja iloa.

V6: Aina pienemmässä porukassa saa kyllä sen oman äänensä kuuluviin.

V3: Ei ihan kauheen isoo ryhmä... Se riippuu ihan siitä tilasta. Jos aattelee, et siin ois viiskymmentä, ni kyllä se on jo sitte sen tilan ja kuuluvuus ja kaikki. Et semmonen kaksykytviis... Et se on paljon kivempi. Et kaikki on pyöreänä siin ympärillä ja... Joo kyllä se koko on aika tärkeä... Et jos on iso porukka ni ei sieltä kyllä helposti viittaa ja sano jotain asiaa... Et kyl toi meidän porukka oli aika sopiva. Se oli sillai kauheen kiva tilanne.

V8: Mut tietysti ois kiva kuulla kommentteja muiltakin, kokemuksia ja semmosta. Eikä se haittaa, onko se isommassa tai pienemmässä ryhmässä.

Toisten vapaaehtoisten mielestä yhteisten tapaamisten avulla on mahdollisuus tutustua toisiin vapaaehtoisiiin. Kokemusten säännöllinen jakaminen luo myös yhteenkuuluvuutta. Usein säännöllistä yksilötukisuhdetyötä tekeville vapaaehtoisille järjestetään työhohjauksellisia tapaamisia kuukausittain puolitoistatunnin ajan (Porkka ja Salmenjaakko 2005: 30). Vapaaehtoiset ovat kokeneet omaishoitoperheissä käynnit kuitenkin helppoiksi ja suurin osa vapaaehtoisista arvioi, että 2-6 tapaamista vuodessa tuntuisi haastatteluhetkellä sopivalta määrältä. Tapaamistiheyteen vaikuttaa muun muassa se kuinka usein vapaaehtoiset käyvät omaishoitoperheissä, millaiseksi tapaamiset siellä osoittautuvat ja ilmeneekö mitään ongelmia.

V7: Ei mun mielest oo tarvetta, ainakaan nytte. Tietysti se riippuu tapauksesta... Mut et siinä mieles olis hyvä joku semmonen vapaaehtoisten juttu keskenään... Et vähän opitaan tuntee... Varmaa kerran kahdessa kuukaudessa olis semmonen joku tapaaminen.

V3: Et ihan kivaa oli nähdä (muita vapaaehtoisia) ja... Tämmösiä pieniä (tapaamisia) justinsa... Ni ei niitä tartte olla montaa kertaa. Voi sanoo, et vaikka pari kertaa vuodessa. Ni ei ollenkaa hassumpi, jos sais mennä juttelemaan ja jos siel on jotain uusia tulle ja vaihtuvuutta ja muuta. Ni sitte vähän niinku päivitetään näitä asioita. Ei oo pahitteeks, vaikka onkin aina tämmönen tapaaminen. Ni jotenki se yhdistää meitä kaikkia vapaaehtoisia.

V2: Se on kiinni siitä kuinka usein käy siellä omaisperheessä. Se voi olla vaik nii, et tällee kaks kertaa keväällä ja kaks kertaa syksyllä kokoontuminen. Ei sen tarvii olla joka kuukaus. Koska sillä tavalla tutustuu paremmin niihin muihin, ku niit kertoja on useammin.

Osa vapaaehtoisista ei kuitenkaan ainakaan tällä hetkellä koe erityisesti kaipaavansa yhteisiä tapaamisia. Eräs vapaaehtoinen huomauttaa, että kokemusten jakaminen ei vaadi aina välttämättä kasvotusten tapaamista. Hänen tuo esille, että vapaaehtoiset voisivat olla yhteydessä myös netin välityksellä luoden joustavimmat mahdollisuudet yhteydenpitoon. Sähköisen median ohella myös pilotin ulkopuolella työskentelevien muuta vapaaehtoistyötä tekevien ihmisten tapaaminen voisi yhden haastateltavan mukaan uutta ja virkistävää näkökulmaa.

V1: No en mä välttämättä, koska musta ne on kuitenkin nii henkilökohtasia. SPR:ssähän meil on keskimäärin kerran kuukaudessa semmonen ystävien tapaaminen, mut ei sielläkään hirveesti puida niitä. Et se nyt on lähinnä semmosta. Vois verrata työnohjaukseen. Et siellä voi purkaa, jos joku asia on jääny painamaan. Siel on työntekijät mukana. Se on vähän, et ku niitä on niin erilaisia. Et jotku varmaan kaipais, mut omalta osaltani mä en kaipaa.

V8: En mä nyt oikeen osaa sanoo. En mä nyt sen ihmeellisemmin, mut et jos kutsutaan tapaamiseen ni sillätavalla. Mut en mä nyt koe mitenkään erikoisesti tarvetta (tavata muita vapaaehtoisia). Mutta en myöskää sano, että en haluais tustua. Ihan ookoo.

V2: Nykysinhän ku on nää Facebook ni nää vapaaehtoisetkin vois ihan hyvin netissä keskustella kokemuksista. Niille niinku semmonen oma sivusto. Ni siellä vois vaihtaa kokemuksi aina sit ku itelle sopii... Et se ei oo sidottu mihinkään aikaan.

V6: Ei ku musta kaikki, riippumatta siitä mitä vapaaehtostyötä on tehny... Ois ihan kiva kuulla, et mikä on minkäkilaista tehny... Et jos sit ite kokeilis jossain vaihees muuta näist.

#### 9.3.4 Opastus ja koulutus

Monet haastateltavat uskovat, että etenkin vapaaehtoistyöhön tutustumassa olevat ihmiset kaipaavat ohjausta. Työntekijöiden ohella tukea saadaan etenkin kokeneilta vapaaehtoisilta. Konkareiden vapaaehtoistoiminnan esimerkkien ja kokemusten jakaminen koetaan hyödylli-



seksi. Pari vapaaehtoistoiminnassa mukana ollut haastateltavaa kertookin jakaneensa kokemuksiaan ja vinkkejä toimintaan mukaan tuleville uusille vapaaehtoisille.

V4: Et ku tulee ensimmäistä kertaa, ni se voi olla jonkun asteinen kynnys päästä siinä jouhevasti likkeelle... Et just nää kokemattoman opastamiset. Se on kyl ihan tärkeätä.

V3: Ku tulee uusia vapaaehtosia, ni ne tarvii just näitä kokemuksia... Et jos on semmonen, joka halua auttaa, mut ei oo mitään kokemusta, ni sehän just tarvii paljon tukea näissä. Esimerkiks miten menetellään ja miten alotetaan.

V5: Olen kertonuki näille (uusille vapaaehtoisille) näillä kurseilla, mitä on ollu. Ni sit siinä ku on ollu semmoset neljä tai viis iltaa, viidestä kahdeksaan, kolme tuntia. Ni siin on sitte otettu semmosta käytännön asiaa esille jonakin iltana ja sit nää kurssilaiset on saanu kysyä ja sillon oon sitte kertonu... Ihan et millasia tapauksia on ja millätavalla niihin suhtaudutaan ja näin. Ja olen olen mukana sit, ku me on noilta kurseil tullu ja sit ekaa kertaa on yhdessä menty sitte.

Useimmat haastateltavat eivät kokeneet kaipaavansa tukea tavatessaan omaishoitoperheitä ensimmäistä kertaa. Monet pitivät kuitenkin hyvänä käytäntönä sitä, että työntekijä tai kokenut vapaaehtoinen voi tarvittaessa lähteä mukaan. Eräs vapaaehtoinen myös toivoi, että omaishoitaja olisi läsnä tutustumiskäynnin aikana. Etenkin uusille vapaaehtoisille toisen kotiin meneminen ja vapaaehtoistoiminnan aloittaminen voi yksin tuntua vaikealta. Myös autettavan toimintakyky ja vapaaehtoistoiminnan sisältö vaikuttaa alussa annettavan opastuksen tarpeellisuuteen. Tietyissä tilanteissa on hyvä saada konkreettista opastusta ensimmäisellä kerralla. Toinen vapaaehtoinen kertoo, että on pitänyt kovasti tavasta toimia yhdessä toisen vapaaehtoisen kanssa palvelutalossa ja voisi mielellään toimia pareittain myös omaishoitoperheiden kotikäynneillä.

V3: Mutta tää esimerkki ja kokemattoman mukaan ottaminen... Se esimerkki on. Se opettaa paljon... Sitä voi antaa sitä esimerkkiä ja jakaa kokemuksia.

V8: Eka kerta mä kävin tän työntekijän kans siel niinku tutustumassa heihin... Hän ite kysy, ku soiteltii, et haluaisinko mä, et hän lähtis mukaan ja tutustuttais. Mä sanoin, et olisha se varmaan ihan kiva. Se olikin ihan kiva, et hän oli niinku tuttu heille. Ja oikein kiva luonteva ihminen... Et se niinku tuki mua itseäni. Ku vähän niinku pelottaa mennä, ku ei yhtään tunne ihmisiä ja ihan vieraseen kotiin mennä ni oli paljon helpompi mennä näin.

V2: Ku en oo aiemmin ollu toisen kotona. Se on aika iso kynnys mennä toisen omaan kotiin... Diakoni kysyi että haluanko, että sinne tulee ekalla kerralla joku mukaan. Mut mä sanoin, et mä haluan mennä ihan heti yksin. Kyllä sitä tukee oli saanu, mut mä en sitä tarvinnu.

V5: Ku sinne (SPR:n) tulee näitä ihmisiä, jotka on halukkaita ottamaan tämmösen tuettavan. Ni meiltä sit menee joku konkari ensimmäisen kerran mukaan heidän kanssaan, et ei tarvitse mennä yksin tapaamaan tätä tulevaa tuettavaa... Ja niihän nytkin (kotihoidon esimies) kysy tätä... Ni sano, et haluut sä, et hän lähtee mukaan. Ni mä sanoin, et ei sun tarvii aikaas sit siihen haaskata... Mut et jos on vaa niinku innostunu ja on elämäntilanne itellä muuttunu sillai, et ois aikaa ja et vois olla hyödyks jolleki ihmiselle. Ni sillon on hyvä, et joku tulee sit

mukana. Et se eka kerta on. Sitä ei ehkä honaa kaikkea siinä ehkä kysykää... Ite on niinku jännänä siinä. Mut sit ku on se toinen ihminen mukana siinä, ni hän ehkä kysyy jotain.

Haastateltavat suhtautuvat pääosin myönteisesti vapaaehtoisille järjestettyihin koulutuksiin ja tilaisuuksiin. Monella heistä on kokemusta niistä ja etenkin tukihenkilönä olemisen perusasiat ovat useimmille tuttuja. Myös kohtaamiseen ja huomioimiseen liittyviä teemoja pidetään tärkeänä. Kursseja pidetään hyvänä lisänä, mutta monet vapaaehtoiset kuitenkin kokevat, että omaishoitoperheiden luona voi käydä hyvin myös ilman erikoisia kursseja. Elämäntokemusta ja maalaisjärkeä pidetään sitäkin arvokkaampana pääomana. Vapaaehtoisten aikaisemmin käymät kurssit vaikuttavat kuitenkin lisänsä vapaaehtoisten itseluottamusta ja sitoutumista ja ne hyödyttävätkin usein erityisesti uusia vapaaehtoisia. Harjun ym. (2001: 86) mukaan myös kokeneet vapaaehtoiset voivat hyötyä esimerkiksi prosessikoulutuksesta. Ne eivät muodostu asiantuntijoiden luennoista vaan tavoitteena on pohtia vapaaehtoistyöhön liittyviä kysymyksiä pienryhmissä, joka perustuu vertaisuuteen. Tarkoitus ei ole antaa varsinaisesti täysin uutta tietoa vaan saada osallistujien elämäntokemus, tiedot ja taidot yhteiseen käyttöön ja soveltaa niitä uudella tavalla käytäntöön. Ajatuksena on haastaa vapaaehtoiset vastuun ottamiseen, toisen lähtökohdista toimimiseen ja itselle uusien toimintatapojen käyttämiseen. (Harju ym. 2001: 86.)

V1: Mulla on pohjalla tää SPR ja mä oon sen SPR:n koulutuksen käyny. Ne on ehkä mulle semmosia itsestäänselvyksiä, et en mä osaa enää odottaa mitään. Sitä on vaa pikku hiljaa kasvanu tähän vuosien aikana ja kai sitä kokemusta sitte tullu... Mut ei nää lisäkurssit oo ollenkaan pahitteeks... Mä niinku koen, et siihen pätee samat säännöt ku SPR:n ystäväpalveluunki. Jos on jonkun tämmösen kurssin käyny, ni mun mielest se on ihan riittävä pohja tämmöselle toiminnalle... Mut ehkä yhden illan juttu nyt on vähän liian suppee... Varmaan jotku perussäännöt on hyvä tehdä selväks. Et missä kulkee raja, ja mitä voi puhua. Pitäs olla semmoset tuntosarvet ihmisillä, et mitä voi kenenkin kanssa puhua... Et osaa olla tietyllä tavalla hienotunteinen sitä kohdattavaa kohtaan.

V6: Mun mielestä se riippuu ihmisestä itsestään, koska monella ihmisellä on kuitenkin hyvä elämäntokemus monenlaisista asioista. Että mun mielestä se kyllä varmasti riittää.

V2: Siinä vois käydä keskustelua siit, miten muut kokee sen, miltä tuntuu mennä toisen kotiin. Jos ois jollain tavalla valveutunu siihen, et sinne mennään heidän ehdoillaan ja heidän tontilleen. Vaikka se mulle onki ihan selvä... Mut mun mielest tätä ei tarvita, jos tätä tekee näin harvakseltaan. En mä ainakaan keksi mitään. Kyllähän näitä vapaaehtoiskursseja on paljonki, mut mä en oo itse koskaan ollu sellasella. Mä oon sitte käytännössä oppinu.

Eräs vapaaehtoinen sanoo, että koulutukset ovat antaneet hyödyllistä tietoa muun muassa sairauksista. Toinen vapaaehtoinen puolestaan huomauttaa, että koulutuksissa ei voi käydä läpi tuettavan yksityiskohtaisia sairauksia. Muutama haastateltava korostaa, että myös omaishoitoperheen on hyvä opastaa vapaaehtoisia. Omaishoitoperheeltä saatua tarkempaa informaatiota hoidettavan sairaudesta pidetään arvokkaana. Lisäksi pari vapaaehtoista kertoo

käyneensä ensiapukurssilla ja muutama vapaaehtoinen uskoo, että sen kaltaisia kursseja olisi hyvä tarjota halukkaille vapaaehtoisille.

V7: Et muutenki mun mielest on hyvä silleen, että mikä tauti nyt onki, mitä nit on afaatikkoja ja näi, et vähän ymmärtää... Nii, et jos se nyt vaikka mene näin tai näin, ni sä niinku tiedät ainaki, et miks se on semmonen... ja meil on ollu jotain pientä ensiapujuttuu ja paloharjoitusta ja tämmöstä.

V1: Mä en oo koskaan tullu ajatelleekskaan, et miten mun pitäis toimia, jos satuis jotain. Ni se vois olla aika yllättävä tilanne, jos omaishoitaja ois tuolla jossain asiollaan ja mä joutuisin olee kahden kesken. Tietysti olis hyvä tietää miten toimia. Se vois olla aika yllättävää, jos jotain tähän sairauteen liittyvää vois tapahtua.

V2: Ainaki tää kenen luona mä olin, ni hän itse kertoi. Hänellä saattaa mennä yhtäkkiä niskat nii kramppiin, nää kaulalihakset. Et hän ei pysty puhumaan vähän aikaan. Mun mielest se on hirveen hyvä tietää, ku mä oisin voinu hätäntyä, et mitä nyt tapahtuu. Mut hän itse kerto sen sairaudet tosi perusteellisesti. Tietysti kaikki ei oo niin sinut sen sairauden kanssa. Et ehkä on hyvä tietää esimerkiksi diabeteksestä. Kaikki ei oo nii avoimia, et ne ite kertois.

Koulutuksissa kaivataan myös käytännön vinkkejä. Vain osalla vapaaehtoista on kokemusta esimerkiksi pyörätuolilla kuljettamisesta sekä turvallisesta nostamisesta ja taluttamisesta. Kaikki eivät koe tarpeelliseksi saada opastusta niissä. Erilaisten otteiden ja asentojen konkreettinen kokeileminen voisi erään vapaaehtoisen mielestä olla kuitenkin hyvä lisä niiden vapaaehtoisten koulutuksiin, jotka ovat tekemisissä liikuntarajoitteisten kanssa. Pyörätuolin käytännöllinen harjoittelu tapaamisissa voisi tuoda hyvää vaihtelua, keventää tunnelmaa ja tuoda tarpeellisia vinkkejä (Harju ym. 2001: 78). Esimerkiksi pyörätuolin kuljetus lumihangesa edellyttää jonkinlaista osaamista ja voimaa (Harju ym. 2001: 90.)

V5: Jos on vaa nähny kadulla, et joku lykkää pyörätuolia, ni ei sen käyttämisestä oikeen. Se pitäis olla lainassa se tuoli. Et joku sit menee niinku semmosena vammaisena istumaan ja sit toiset jelppaa siitä ylös ja istumaan siihen... Ja sitte saa nostaa, ku mennään, jos on tommone jalkakäytävä, mis on koroke. Ni sit saa nostaa sillai, et ne etupyörät nousee ylös... Ja sitä voi vähän jännittääki sitä. Et se pitäis kyl olla ihan käytännön juttu, et sitä harjotellaa siinä sen pyörätuolin kanssa... Ja jos se on hyvin huonokuntonen ja liikkuminen huono. Nii siinä esimerkiksi. Et millä tavalla nyt autetaan tuolista ylös. Millätavalla otetaan kiinni... Ettei sitä roikoteta mistään kainalosta.

V7: Oon käyny itse asias aika monta näitä vapaaehtoskursseja... Kerran oli niinku, et miten sokeita talutellaan ja kaikki tämmösiä... Mut oon just käyny mones. Siel mielenterveysseuras, sitä kautta. Ja sit mä oon käyny sen POLLI.n kautta näit vapaaehtostyon juttui. Et miten pitää olla ja mitä pitää tehdä. Ja just tuol koululla oli kaikkee. Et miten nostetaan ihmistä sängystä ja kaikki tämmöset.

V3: Kyl siinä on paljon kaikkea tässä. Tuolla on niin pieni hissi, että (autettavan) jalat pitää pistää niin sinne taakse niin taakse. Niin lähelle, et se on just se. Et siin ei saa kyllä olla edes iso ihminen... Ni jos ei osaa puhua, sanoa, ni siin on niin paljon asioita, mitkä pitää ottaa huomioon... Et onko ne jalat hyvin ja jos ne on pahasti... Niinku jos ei oo aikasemmin.

Osa haastateltavista on sitä mieltä, että vapaaehtoistyöhön liittyvää tietoa voisi jakaa myös kirjallisessa muodossa. Luettava materiaali voisi eräiden haastateltavien mukaan koskea esimerkiksi vapaaehtoisen ja autettavan kohtaamista sekä niitä aihealueita, joita käsitellään vapaaehtoisten kokoontumisissa. Hyvä tietopaketti kuvaillaan selkeäksi ja ytimekkääksi. Kirjallista informaatiota tärkeämpänä pidetään kuitenkin mahdollisuutta keskustella kyseisistä asioista yhdessä muiden vapaaehtoistoiminnassa mukana olevien kanssa. Jotkut haastateltavat eivät koe tarvitsevänsä kirjallista tietoa ollenkaan.

V5: Jos nyt ois nii et tällä luennoitsijalla, joka siitä kertoo ja joka nyt yrittää värvätä porukkaa, ni hänen aineistonsa olis sitte vielä oikein jaettavissa paperitietona. Nii et vois niitä katella sit ihan rauhassa ja kotona. Et mitä palaa mieleen, ni vois sen katsoo sieltä mitäs siinä sanottiin ja näin.

V3: Ei se pahitteeks ois, vaik siin olis joku semmonen käsikirja, missä tuodaan tärkeimmät asiat esille.

V1: No kyl varmaan semmonen lyhyt tietoiskumainen. Tai joku semmonen, missä voi ryhmitellä niitä asioita, mitä vois tulla tommosessa kohtaamisessa esiin. Semmonen pieni ohut ei mitään paksua opusta (naurua)... Koka mul sit hirveest oo aikaa lueskella loppujen lopuks. Enkä mä oo semmonen, et mä haluaisin kauheest mitään teoriatietoja. Et ne asiat tulee esiin sit käytännössä siinä kohtamisessa... Ja mä oon semmonen, et jos mä lähen hakee jotain tietoa, ni haen sit netistä ja katon sieltä, mitä mä tarviin.

V6: Kyllä suullinen (tieto) riittää ihan hyvin.

### 9.3.5 Virkistys ja huomiointi

Osa haastateltavista pitää vapaaehtoisille järjestettävää toimintaa hyvänä tapana rentoutua ja tutustua toisiin. Jotkut vapaaehtoisista kertovat osallistuneensa jo aiemmin sellaisiin tapahtumiin. Mielekkääksi virkistystoiminnaksi mainitaan esimerkiksi yhdessä askartelu, retkeily, ulkoilu ja teatterissa käyminen. Yhdessä tekeminen mukavan tekemisen merkeissä loisi yhteenkuuluvuutta ja toisi piristystä arkeen.

V7: Tääl kirkollaki, et tosissaan jotain pieniä juttuja, esimerkiks kankaanpainantaa. Ihan tommost askarteluu ja yhdessäolo. Mun mielest se olis hirveen hyvä.

V2: On ne (tapahtumat ja juhlat) piristää. Ne tuo semmosta hyvää mieltä lisää. Vaik joku konsertti tai joku tämmönen elokuviin meno yhdessä.

V3: Me ollaan kovia kävelemään, että jos löytyis, vaik samanhenkisiä, ni voi lähtee vaik Nuuksiin. Siis jotain tällasta... Ja siellä jossain kodalla tai missä vaan grillata ja. Me lähetään mukaan, ku joku vaa suunnittelee sen. (V3 ja V4: naurua)... Ihan tommonen päivän patikointi. Se vois olla aivan mahtavaa. Siellä kyllä juttua riittä. Rentoutuis ja sais likuntaa.

V5: Se ois kiva, vaikka semmonen vapaaehtoisten porukka. Ja sitte tota ohjaaja, et näkee. Et ollaan ihan jossain muualla... Et ollaan yötä. Ni silloin tulee eri tavalla se kontakti, siinä ku ollaan ihan eri paikassa... Mul tuli nyt täs vaa mieleen,

just toi Holma... Siel on ulkomaastoa ja siel on tää ruokapuoli ja yöpymismahdollisuuksia ja kaikki... Ja siellä sit olis teemana, mis käsiteltäs näitä tapauksia ja mitä on tullu ongelmia ja mitä ammatti-ihminen siihen sit sanois. Et vois harjoitella jotain tilannetta ja tehdä joku show. Semmonen juttu siitä, et mimmosia mahdollisuuksia on puolin ja toisin... Et jos nyt on joku hankala tapaus ja on semmonen kauhee minäkeskeinen se tuettava, ni siitä saa sit aika hyvän esityksen.

Kaikki haastateltavat eivät kaipaa vapaaehtoista yhdessäoloa vaan joillekin riittää kuulumisten vaihtaminen silloin tällöin. Vapaaehtoisille järjestettyjä tapahtumia tunnutaan arvostavan. Monet vapaaehtoisista kuitenkin painottavat, että pääasia on tuettavien auttaminen, ei vapaaehtoisten tapahtumien järjestäminen. Toisilla vapaaehtoisilla on myös niin paljon muita menoja ja tapaamisia, että tiivistä yhteydenpitoa ei ainakaan toistaiseksi kaivata.

V1: Joo, (virkistysjuttuja) vois olla. Kerran keväällä ja kerran syksyllä. Et ei sen useammin. Sitä on muutenki jo nii paljo toimintaa, et mä en välttämättä sit enää nii kaipaa.

V6: Mun mielest se oikeestaan riittää, mitä nyt täällä on ollu, mitä me kokoonnutaan... Kyllä se pelkkä keskustelu riittää.

Osa haastateltavista on ollut vapaaehtoisena erilaisissa juhlissa, joissa on ollut niin työnteekijöitä, autettavia kuin vapaaehtoisiaakin. Heillä on positiivisia kokemuksia yhteisistä juhlista. Onnistuneet juhlat tuovat hyvää mieltä kaikille osapuolille. Eräs vapaaehtoinen kertoo nauttaneensa myös tuettaville ja vapaaehtoisille järjestettävistä retkistä. Hän miettii myös mahdollisuutta järjestää muita piristäviä yhteisiä tuokioita kuten askarteluhetkiä. Toinen haastateltava pohtii, että ainakin jotkin hoidettavat ovat kuitenkin niin heikossa kunnossa, että yhteisiin tapahtumiin osallistuminen voi olla hankalaa.

V7: POLLIs (Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset Ry) me käydään joskus teatterissa kaikki. Et jotain tämmöstä. On se ihan kivaa, mut ei se oo se pääpointti, et nyt pitää. Mut et siinä tuollaki, ku sä oot siel juhlassa, autat siinä, ni samallahän sä näät siinä itekki... Et semmonen ois kiva ku ois täällä Vantaallaki... Ne (omaishoitoperheet) tykkää kyllä niistä. Ja seki yks pariskunta Vantaalta, ni ne tykkäs kovin... Ja on sit mielenterveysseurassaki on semmosii iltoi, johon mennää... Et seki ku me oltii siel - niiden tuettavien kanssa. Siel vaa oltii siel kodassa ja grillattiin makkaraa ja höpöteltii. Ehkä vois olla välillä tosiaan semmost, et juteltas ja juotas kahvii ja jotain. Ja sit vois mennä joskus jonneki... Ja just tommost retkeilyt on ihan kivoja.

V8: Mut mun mielest toi oli ihan kiva juttu, et lähtis just johonki retkelle auttamaan, koska eihän siel niin monta niitä hoitajia ole.

V1: Aika vähän hän (hoidettava) sieltä kodista liikkuu. Hänen on aika vaikee mitään matkojakaan tehdä. Ku me tavataankin ni hän siellä sängyssä pitkällään... Et jos sit joutus tämmöseen vieraaseen ympäristöön, ni onko se sit hänen kannaltaan hyvä. Toisethan on semmosia, jotka pystyy liikkumaan. Ehkä ne on vaa dementoituneita tai muuta. Ni semmosillehan se on paljon helpompi tulla (yhteisiin tapahtumiin). Mut tää henkilö, jonka kanssa mä nyt oon tekemisissä, ni ei ehkä varmaan sillätavalla pystyis tulemaan.

Yhdessä vapaaehtoisten iltamassa oli puhetta siitä, ettei vapaaehtoisen kannata aina antaa tuettavalleen omaa puhelinnumeroa ainakaan heti kättelyssä. Jotkin autettavat saattavat takertua tukijaansa ja häiritä näiden yksityisyyttä soittamalla liian usein tai erikoisiin aikoihin. Eräs vapaaehtoinen kertoo, että hänellä onkin ollut aikaisemmin sellaisia ongelmia ja asia on syytä huomioida tukisuhteen alussa. Haastateltavat kuitenkin luottavat omaishoitoperheeseen ja suurin osa vapaaehtoisista kertoo vaihtaneensa puhelinnumeron. Vapaaehtoisten mukaan numeroiden vaihtaminen omaishoitoperheen kanssa helpottaa peruuntumisten ja uusien tapaamisten sopimista. Työntekijän kautta menevät peruutukset koettaisiin turhan vaikeaksi.

V4: Jokuhan näistä sano että välttämättä ei kannatta sitä puhelinnumeroa antaa, että koska seki voi olla et sitte, ku se puhelin soi yhtä mittaan. Mutta meillä kyllä numero on molemmilla... Ja näissä tapauksissa sen tietää heti, että ne ei.

V5: Mä on nyt antanu numeron, koska tää on sillälaila helppo paikka... Et tietää, et siitä ei tuu sit semmosta häiriötä, et soitettas yöllä yhtä mittaa ja tälle... Et sitähan sanotaan, et omaa puhelinnumeroansa ei pitäisi antaa. Mut senhän näkee, et minkälainen paikka ja tapaus on... Mut sit jos tulee jotain muutoksia niinku nytkin, ni sit sieltältäki ne voi soittaa mullepäin. Mut on joitaki semmosia, joskus on huomannu, että tota ei mielellään anna numero, et huomaa et siitä voi tulla oikeen riesa sitte, että soitetaan monneen kertaan ja mihin aikaan vaan... Mut et jos nyt tässäki tapauksessa se mies olis soittanu kodinhoitajalle ja sit sanonu, et pitäs peruttaa se. No sit se taas soittaa mulle... Et sen vois kyl ottaa sillee, et se tapahtus suoraan Että ei tätä tarvii mun mielest tehdä niin kauheen vaikeeks, sitä byrokratiaa siihen mukaan.

Yhdessä vapaaehtoisten iltamassa oli puhetta vapaaehtoistoimintaan liittyvien kulujen kustantamisesta. Tuettaville soitetuista puheluista syntyvät kulut vapaaehtoisten on täytynyt maksettava itse. Seurakunnalta voi kuitenkin lainata matkakortin mahdollisten matkakustannusten korvaamiseksi. Matkoihin kuluvat bensarahat ovat puolestaan tulleet vapaaehtoisten tai omaishoitoperheiden kustannettavaksi. Muutama vapaaehtoinen kertoo saaneensa bensarahaa omaishoitoperheiltä. Joissakin tapauksissa vapaaehtoiset ovat maksaneet itse kulut. Niiden korvaamisesta ei ole yhtenäistä käytäntöä. Vapaaehtoistoiminnan pilottia organisoinut seurakunta ja kotihoito ovat kuitenkin luvanneet selvittää mahdollisuutta kustantaa matkoja. Matkojen kustantaminen ei ole useimmille vapaaehtoisille kuitenkaan suurin syy saada tuettavia läheltä. Monelle tärkeämpää vaikuttaa olevan se, että tuettava asuu kätevä matkan päässä, jolloin tapaamisia on helpompi järjestää.

V5: Tää mies sano, et sitte ku sulle tulee jatkossakin näitä matkakuluja, ku sä tuut. On sen verran pitkä matka, että siihen menee vähän yli puoli tuntii kävellä. Ja eihän se sillon, ku on hyvä ilma. Mut et jos vähänki huonompi keli ja semmone, ni siihen pitää sit varata aika paljon ylimääräst aikaa siihen menemiseen. Ni mä olen menny sitte autolla. Ni hän sano, et pistä ylös kilometrit. Et hän kyllä sitte (maksaa), et niitä ei tartte sitte ite. Mut tää toinen (omaishoitoperhe), ni ei siellä puhuttu mitään mistään kuluista. Mut se nyt ei oo niin pitkällä... Mutta tietysti sit, jos on jotain kymmeniä kilometrejä ni se on vähän eri. Et ei iha niin kaukaa sit haluis ottaakaa... Ja mul on sikäli viel, ku mul ei oo bus-

sipysäkkiä lähellä... Ja sitte semmonen bussi... Ni kuinkahan harvoin se ajaakaa siitä... Et se on varmaa aamulla aikasin ja sit iltasella... Ni tota mul ei oo mitään niinku tommosta hyötty sitte.

V3: Matkat ei oo mikään ongelma. Ainoastaan nyt on, et (omaishoitaja) halus antaa bensarahaa. Me sanottii, et ei mitään. Tää on vapaaehtostyytä ja näin. Ja hän sano, et te ette rikastu ja hän ei köyhdy, mut hän haluaa nyt antaa bensarahaa... Ja se oli ihan häneltä itseltään tullu. Pakko oli se sit ottaa. Et hänelle tuli hyvä mieli, mut matkat nyt ei oo mitään, vaikka sinne on seitsemän kilometriä... Mut et jos sit bussil tai muualla, ni silloin ainaki mä ainakin oletan et... Mullekin tulis se toive, et mä rajoittaisin sen tähän keskustaan.

V7: Se on hyvä, et saa sit saa valita tommosten, mikä on lähellä. Et sä pääset helposti sinne. Et sit, jos se on jossain hankalammassa paikassa, ni sit sinne on vaikee lähtee... Ni sehän on nii kätsy, ku toiki on mejän tien toisella puolella.

Matkustaminen ei ole kaikille ongelma. Eniten varmasti harmittaa, jos tuettavan luokse on matkannut turhaan. Muutama vapaaehtoinen on kokenut, että ainakin mielenterveyskuntoutujien kanssa voi joutua pettymään. Tuettavan mielialojen vaihtelut ja elämäntapa sekä osapuolten kohtaamattomuus voivat hankaloittaa muutenkin tukisuhteen aloittamista. Jähmeä alku voi lannistaa varsinkin uusia tulokkaita. Kokeneiden vapaaehtoisten mukaan silloin ei pidä turhaan murehtia ja syyllistää itseään. Jos tukisuhde ei toteudu toivotulla tavalla, kannattaa olla yhteydessä työntekijöihin ja harkita myös uutta tuettavaa. Vastoinkäymisien selvittelyä voi helpottaa vapaaehtoisille järjestetyillä työpöytäkeskusteluilla tapaamisilla. Asioiden selvittely yhdessä toisten vapaaehtoisten ja työntekijän kanssa on tarkoitus helpottaa tunnekuormaa ja antaa laajempaa perspektiiviä kiperiin tilanteisiin.

V7: Tää mielenterveyskuntoutuja oli semmonen... Et siin just katottiin, et miten se toimii. Et ei välttämättä ees toimikaan. Et mullaki, ku oli vissii kaks, ku piti eka tulla. Yhen kerran me yhen tytön kans tavattii, mut se ei ikinä tullu toista kertaa... Et se ei koskaan niinku soitannu. Ja sit toisen kerran joku oli kans täällä, ni sit ku sen piti tulla sinne tapaamiseen, ni silt oli jääkaappi hajonnu ja sen piti viedä kaikki tavarat parvekkeelle. Et se oli semmonen. Se on just näiden mielenterveys... Ne voi olla sit niin ku mitä, et se on vähän.

V5: Jos on tommosta mielenterveysongelmaa ja tämmöstä juttua, ni ne on viel semmosia vaikeita... Niist ainaki sitä jälkipuintia. Et siinä voi tulla jotai semmosta esille, jota ei oo niinku arvannu etukäteen... Ainaki ite vois muistaa, et ei tämmösest ollu puhetta, silloin ku oli sitä koulutusta. Niin, et niitä vois sit purkaa. Et seki ku ne voi olla sillai ailahtelevaisia. Et voi käydä niinki, et on sovittu tapaaminen, mut otee ei avata ja sit sä ajattelet, et sus itsessäs on vika... Mut se nyt vaa on niin, et hänel on mieli jumissa. Et hän ei halua ketään ihmistä sinne. Et se ei oo sinusta kiinni, et pääsis sinne. Et siin ei pidä sit niinku sitte masentuu siihen... et ei täs varmaa pärjää, ku en mä päässy ees sisälle... ku mä en saa siihen minkäänlaista kontaktii tähän ihmiseen. Se voi olla niin, ettei saakaan. Ni sitte ei kannatta jatkaakaan semmosta. Et sit vaa sovitaan puolin ja toisin et tää ei tää tukija käy siellä tapaamassa.

Työntekijöiden tuki korostuu usein haasteellisissa tilanteissa. Suurin osa haastateltavista ei ole kuitenkaan kohdannut vaikeita tai ikäviä tilanteita. Omaishoitoperheiden auttaminen on tuntunut pääosin varsin mielekkäältä. Vapaaehtoiset ovat saaneet paljon myönteistä palau-

tetta omaishoitoperheiltä. Myös työntekijöiltä on saatu kiitosta vapaaehtoisille. Arvostuksen osoitusten kerrotaan lämmittävän sydäntä. Useimmille haastateltaville tärkeintä on kuitenkin juuri tuettavan ja omaishoitoperheen osoittama tyytyväisyys vapaaehtoisen tarjoamaan apuun.

V3: Tämäki, ku hän sanoi, et mä suunnittelin, et just teille annetaan tämä perhe. Must se on niin ihanaa. Et me ollaan vähän niinku just tähän sopivat. Et ihan niinku valitaan jo etukäteen (naurua). Ja silloin ku ne rupes tarjoo. Joo ota tästä, kaikki teille vaa. Se tuntu niin kivalta. Et ku tuntu, et ne melkee näkee, et meil-le uskaltaa antaa perheitä. Et kyllä on huomioitu tosi hyvin. Ei ei voi sanoo, et olis jääny jotenki sivuun tai sillä tavalla... Totta kai se tulee hyvä mieli, ku on huomioitu. Ja kyl nää perheet on tuonu niin hyvin sen esille... Et se kyl ihan hyvin riittää. Et mä en yhtään kaipaa semmosta et. Ite mä oon hirveen tyytyväinen, et pystyy auttamaan.

V1: No en mä varsinaisesti mitään palkkiota SPR:ltä. Joskus saadaan kaupungilta näitä uimalippuja. Ja mä oon kauheen iloinen, jos mä saan uimalipun. Tykkään hoitaa kuntooni kuitenkin sillätavalla, et jaksaa... Et ei oo sit väsyny ja uupunu, ku menee... Se on ihan hyvä se uimalippu. Koska tätä ei tehdä sen takia, et tää ois jotain palkkatyötä eikä siitä odotetakaan mitään palkkiota, mut se tuo mielihyvää, et sillä tavalla vähän huomioidaan.

V8: No onhan se ihan hyvä tapa, mut en mä sitä (työntekijöiden palautetta ja vapaaehtoisille järjestettyjä tapahtumia) ite välttämättä kaipaa. Mutta tietenkin ihan mielelläni otan vastaan. Mut en mä sitä koe, et joku olis mulle siitä kiittolisuuden velassa. En mä sitä osaa sillätavalla ajatella.

Eräs haastateltava uskoo, että vapaaehtoisten tukemiseen kannattaa panostaa. Yhteydenpito ja arvostuksen osoittaminen antaa hyvää mieltä. Huomioiminen auttaa jaksamaan ja sitouttaa osaltaan vapaaehtoistoimintaan. Hyvistä tukirakenteista hyötyvät kaikki osapuolet. Työntekijät saavat pitkäaikaisia ja motivoituneita vapaaehtoisia yhteistyökumppaneikseen. Vapaaehtoiset ja tuettavat voivat saada uusia ihmissuhteita ja kokemuksia sekä mielekästä elämänsäältä. Vapaaehtoistyö voi lisätä monen ihmisen hyvinvointia.

V5: Toi on kyllä semmonen niinku huolenpito näistä vapaaehtoisista... Oli ne nyt sitte omaishoitajan tuurajana taikka minkäläisi tehtävis, että niihin pidettäs yhteyttä. Ettei ne nyt tunne, et ne on jääny yksin. Ja monta kertaa niin ne ei niinku kehtaa ja uskalla ottaa yhtyettä niihin kouluttajiin, joiden kautta he on siihen toimintaan lähteneet mukaan. Ja sitte heillä voi ihan niinku lässähtää se, heidän tapaamiset sen tuettavan luona, jonka nimen ne on niinku saanu sitte seurakunnalta ja näin. Et justinsa, et olis tämmösii (tapaamisia vapaaehtoisten ja toimintaa organisoivien toimijoiden kesken), mikä nyt on huhtikuussa. Et niitä tarvis mun mielest pitää. Että pidettäs huolta myöski siitä vapaaehtosesta eikä olis vaa ajatuksena, et nyt pidetään huolta siitä omaishoitajasta... Et esimerkiksi seurakunta vähän huomiois silläviissii, että ei vaa aatella, et annetaan nyt vaa nimet ja näin. Ja sit sen jälkee ei mitään kuulu puolin eikä toisin korvaa lotkauteta. Et ahaa, tuol se vissii viel käy, et. Mut ei niin. Et vois vähä olla semmosta pientä.

Vapaaehtoisten huomioiminen on tärkeä osa toimintaa. Vapaaehtoistoiminnan jatkuvuuden kannalta on tärkeää osoittaa kiinnostusta vapaaehtoistyöntekijöille. Vapaaehtoistyöntekijöiden aito kohtaaminen ja vapaaehtoistoimintaan liittyvien ajatusten kysyminen on tärkeää.



Vapaaehtoisten panoksesta tulisi antaa myös myönteistä palautetta. Kiitollisuuden osoittaminen eri tavoin on tärkeää. Lisäksi työntekijöiden tulisi olla valppaana vapaaehtoistyössä tapahtuville muutoksille, huolehtia vapaaehtoistyöntekijöiden jaksamisesta ja rohkaista tarvittaessa. Tärkeintä yhteistyössä on kiitoksen ja kunnioituksen osoittaminen. Huomioimisesta ja kannustuksesta hyötyvät kaikki. Vapaaehtoiset saavat voimaa ja hyvää mieltä ja voivat jakaa sitä myös tuettaville. Työntekijät saavat puolestaan sitoutuneempia vapaaehtoistyöntekijöitä. (Pessi 2010:178; Miikkulainen, Ruuskanen & Palviainen 2001:31.)

## 10 DISKUSSIO

Tämän osion aloitan esittelemällä opinnäytetyöni keskeisiä tuloksia. Peilaan niitä aihealueeseen liittyviin aikaisempiin tutkimuksiin ja teorioihin. Pohdin myös vapaaehtoisten roolia ja mahdollisuuksia omaishoitoperheiden tukijoina kriittisesti eri näkökulmista. Syvällinen aihealueeseen paneutuminen on herättänyt ajatuksia jatkotutkimusaiheiden tarpeellisuudesta, jotka esittelen pohdinnassani. Yhteenvedon ja pohdinnan jälkeen tarkastelen opinnäytetyöprosessiin liittyviä eettisiä kysymyksiä ja luotettavuutta. Käsittelen muun muassa anonymiteettiä, tiedottamista, tutkimuksen hyödyntämistä ja omaa rooliani siinä. Lopuksi tarkastelen, ennakko-oletuksiani, omaa oppimisprosessiani ja motivaatiotani.

### 10.1 Yhteenveto ja pohdinta

Aineistoni perusteella vapaaehtoisten omaishoitajien tuurauspilottiin osallistuminen muodostuu useista tekijöistä. Haastateltavien kiinnostukseen hakeutua omaishoitoperheiden vapaaehtoiseksi tukijaksi vaikuttavat niin elämänhistoria, arvomaailma, luonne kuin myös nykyinen elämäntilanne. Eletty elämä heijastuu motivaatioon muun muassa myönteisinä kokemuksina vapaaehtoistoiminnasta ja seurakunnasta. Useimmat haastateltavat ovat tehneet aikaisemminkin vapaaehtoistyötä ja kokeneet sen antoisaksi. Vapaaehtoisten arvostus seurakuntaa kohtaan näyttäytyy haastateltavilla eri tavoin. Yhteys seurakuntaan näkyy esimerkiksi kristillisenä elämäntilanteena, hyvinä kokemuksina seurakunnan järjestämistä tilaisuuksista ja toiminnoista sekä miellyttäviin kohtaamisiin seurakunnan työntekijöiden kanssa. Myös suomalaiset ja ulkomaiset tutkimukset (ks. Utti 2008: 10) viittaavat siihen, että positiiviset tunteet vapaaehtoistoiminnasta ja sitä organisoivasta tahosta vaikuttavat tuntuvasti vapaaehtoisten motivaatioon. Utti kertoo Pennerin (Penner 2002 & Penner yms. 1997) huomanneen, että ne vaikuttavat kuitenkin vain ihmisen päätökseen lähteä mukaan vapaaehtoistointaan, eivät niinkään pitempiaikaiseen sitoutumiseen (ks. Utti 2008: 13). Uskon myös itse, että aikaisempien kokemusten merkitys korostuu vapaaehtoistointaan ryhtyessä ja toiminnan alkumetreillä.

Elämän varrella sattuneet odottamattomat ja ikävät käännteet ovat heijastuneet joidenkin haastateltavien motivaatioon auttaa omaishoitoperheitä. Joillakin vapaaehtoisista on oma kohtainen kosketus omaishoitajuuteen. Osa heistä on toiminut itse omaishoitajana ja joku on havahtunut omaishoitajien raskaaseen arkeen tuttavansa kautta. Vaikuttaa siltä, että erilaiset elämänmuutokset kuten sairastumiset ja eläkkeelle tai työttömäksi jäämiset ovat saaneet jotkin vapaaehtoiset pohtimaan arvoja, auttamista sekä mielekkään ja hyödyllisen toiminnan merkitystä omassa elämässä ja se on luonut otollista maaperää vapaaehtoistyöhön hakeutumi-

selle. Lisäksi kokemukset työelämästä ovat vaikuttaneet toisten haastateltavien haluuun ryhtyä vapaaehtoiseksi. Eräs haastateltava on tehnyt pitkän työuran vanhustyössä ja vapaaehtoistyö tuntuu olevan eräänlainen jatkumo työelämälle. Muutamalle vapaaehtoistyö on taas hyvin erilaista kuin kokemukset työelämästä ja vapaaehtoistyön koetaan antavan vaihtelua ja vastapainoa elämään. Myös Nikulan (2008: 89) tutkimuksen perusteella omaishoitoperheitä auttavia vapaaehtoisten yhtenä motivaationa oli halu saada uutta elämänsisältöä ajanjaksolle, jolloin ei ole palkkatyötä.

Haastateltavien luonteenpiirteet ja heidän tapansa suhtautua apua tarvitseviin on osittain yhteydessä vapaaehtoistyöhön hakeutumiseen ja toiminnassa jatkamiseen. Monien haastateltavien kertomuksista ja olemuksesta välittyy sosiaalisuus, empaattisuus, huomaavaisuus ja vastuullisuus. Ominaisuudet sopivat mielestäni hyvin toimintaan joka edellyttää jonkinlaista sitoutumista. Saamani tulokset vastaavat myös melko hyvin avunsaajien toiveita vapaaehtoisista. Laamasen (2004) tutkimuksen mukaan kotihoidon asiakkaat edellyttävät vapaaehtoisilta eniten luotettavuutta, iloisuutta, seurallisuutta ja keskustelevuutta. Kotihoidon asiakkaat arvostivat myös vapaaehtoisten asiallisuutta mutta toisaalta kaivattiin huumoria. Puolet vastaajista kaipasi vapaaehtoiselta muun muassa ymmärtäväsyyttä, rehellisyyttä, rauhallisuutta. (Laamanen 2004.41.) Utti (2008: 18) kertoo Matsuban, Hartin ja Atkinsin (2007) korostavan persoonallisuuden merkitystä vapaaehtoisten sitoutumiseen. Siihen vaikuttavat heidän mielestään erityisesti myös vapaaehtoisten arvot ja ikä. (ks. Utti 2008: 18.) Omassa työssäni en kysynyt haastateltavien ikää. Monet vapaaehtoisilta ovat kuitenkin eläkkeellä ja kukaan heistä ei ole enää nuori aikuinen. Uskon vuosikymmenien elämäkokemuksen vaikuttavan monien motivaation ja sitoutumiseen.

Elias L. Khalilin mukaan altruismitutkimuksesta on erotettavissa kuusi erilaista auttamisen syitä selittäviä suuntausta. Egoistisen teorian mukaan ihmisten auttaminen on pohjimmiltaan seurausta oman edun tavoittelusta. (ks. Pessi & Saari 2008: 54.) Haastateltavien kertomuksissa itselle saatu hyöty ei korostu. Toiminta on tuottanut kuitenkin paljon mielihyvää vapaaehtoisille. Suurin osa siitä syntyy mahdollisuudesta olla avuksi ja positiivisesta palautteesta. Jotkin vapaaehtoiset mainitsevat myös toiminnan aktivoivan ja piristävän vaikutuksen. Uusien näkökulmien saaminen ja mahdollisuus saada liikuntaa vapaaehtoistyön lomassa kertovat kuitenkin siitä, että toiminta ei ole vain antamista vaan myös saamista. Khalin mukaan egosentrisen teorian painottavat sitä, että hyöty on molemminpuolista (Pessi & Saari 2008: 54). Muutama haastateltava puhuikin toiminnan vastavuoroisuudesta. Toiminta tuo iloa niin tuettaville kuin vapaaehtoisillekin. Joidenkin teorioiden valossa tärkein auttamista selittävä tekijä on kaipuu sosiaalisiin kontakteihin. Ihmiset tarvitsevat toisten ihmisten seuraa ja hyväksyntää. (Pessi & Saari 2008: 54.) Osa haastateltavista puhuikin siitä, että on mukava kuulua johonkin ja muutama tuo esille kuinka antoisaa tuettavan kanssa keskustelu on ollut. Toiset pitävät tärkeänä myös vapaaehtoisten keskinäisiä tapaamisia. Haastateltavien puheesta välittyy myös

erilaisia auttamiseen liittyviä arvoja. Etiikkaa korostavat selitysmallien mukaan kaikki juontuu ihmisten moraalista (Pessi & Saari 2008: 54). Tämä näkökulma esiintyy haastateltavien kommenteissa, joissa he puhuvat siitä, mikä on oikein ja mikä on vapaaehtoisten ja muun yhteiskunnan rooli heikompiensa auttamisessa. Monen mielestä yksityisten kansalaisilla olisi tärkeää antaa oma panoksensa syrjäytymisen ennaltaehkäisemiseksi. Pari vapaaehtoista tuo esille sen, kuinka lapsuudenkoti ja - ympäristö ovat vaikuttaneet auttamisen käsitykseen. Sosialisatioteoriat uskovatkin, että yhteiskunnassa vallitsevilla normeilla ja kasvatuksella on keskeinen merkitys auttamistapojen syntymisessä (Pessi & Saari 2008: 54).

Opinnäytetyöni antaa viitteitä siitä, että vapaaehtoisten motivaatioon vaikuttaa useita tekijöitä. Motivaation ja sitoutumisen tarkastelu vain yhden kapea-alaisen teorian pohjalta ei anna oikeutta niiden moninaisuudelle. Osa aihetta koskevista selitysmalleista kuvaa vapaaehtoisten motivaatiota ja sitoutumista kuitenkin laajemmin. Esimerkiksi Pennerin integroitu näkemys pitkäaikaisten vapaaehtoistyöntekijöiden motiiveista painottaa niin elämäkokemusta, ihmisten persoonallisuuden piirteitä, käyttäytymiseen liittyviä tekijöitä, maailmankuvaa, suhdetta muihin ihmisiin kuin myös toimintaa organisoivaan tahoon (ks. Utti 2008: 12-13). Kaikki edellä mainitut asiat näkyvät tutkimuksessani ainakin jossain määrin. Myös suomalaisten vapaaehtoisten motiiveja tutkinut Yeung on tarkastellut aihetta monipuolisesti. Yeung (1999: 26-78) on hahmotellut pelastusarmeijan vapaaehtoisten motiiveja ja luokitellut niistä neljä pääorientaatiota, jotka ovat tarve ja kaipaus tekemiseen, halu auttaa, halu kokeilla uusia asioita sekä tarve kuulua ryhmään. Haastattelemillani vapaaehtoisilla korostuu eniten halu auttaa. Monen vapaaehtoisen puheesta välittyikin halu toimia esimerkkinä ja pitää huolta heikompiensa puolesta. Voimakas auttamishalu näkyykin useissa suomalaisissa vapaaehtoisten tutkimuksissa (Yeung 2004: 94). Myös hyödyllisen ja mielekkään tekemisen tarve löytyy aineistostani. Nämä orientaatiot olivat yleisimpiä myös Yeungin tutkimuksessa (Yeung 1999: 31-44). Kokeilun halu ja ryhmänkaipuu eivät tulleet esille yhtä vahvasti omissa haastatteluissani. Kaipaus sosiaalisiin kontakteihin välittyi kuitenkin toisten vapaaehtoisen puheesta ja tulkiten heidän arvostavan yhteisöllisyyttä vahvistavaa toimintaa.

Haastateltavat ovat kokeneet kohtaamisen omaishoitoperheiden kanssa pääsääntöisesti antoisaksi ja monet kertovat vuorovaikutuksen sujuneen luontevasti tutustumisen jälkeen. Alarannan ja Matikaisen (2008: 55-56) mukaan yksi syy tällaisen kohtaamisessa olevan luottamuksen syntymiseen saattaa olla ikävertaisuus. Iäkkäiden omaishoitoperheiden ja eläkkeellä olevien vapaaehtoisten on helpompi löytää yhteistä keskusteltavaa, kun ikäero ei ole kovin suuri (Alaranta & Matikainen 2008: 55-56). Toisinaan asiat eivät kuitenkaan suju niin kuin toivoisi. Esimerkiksi Salomaan (2009: 71-73) tutkimuksen mukaan vapaaehtoistoiminnan yhdeksi haasteeksi on koettu vapaaehtoisten ja tuettavien kemioiden kohtaamattomuus. Haastattelemani vapaaehtoiset eivät kuitenkaan tuoneet tätä varsinaisesti esille. Vapaaehtoiset kertovat, että tapaamisissa on seurusteltu niin omaishoitajien kuin hoidettavienkin kanssa. Monet vapaaeh-

toiset painottivat jutustelu- ja tuokioiden antoisuutta. Ikäihmiset kaipaavat seurakunnalta usein eniten juuri keskusteluapua (Gothoni 2009: 21). Puhumisen lisäksi ulkoilu-, saatto- ja asiointiapu on koettu mielekkääksi tavaksi auttaa omaishoitoperheitä. Vapaaehtoiset ovat tyytyväisiä siihen, että ovat mahdollistaneet kotikäynnillään omaishoitajan vapaahetken. Haastattelut löytävät muutenkin paljon hyviä puolia tuurauksista. Osa heistä on kiinnittänyt huomiota omaishoitoperheiden positiiviseen elämänasenteeseen. Useat vapaaehtoiset ovat olleet iloisesti yllättyneitä omaishoitoperheeltä saadusta myönteisestä palautteesta. He kokevat tuurausten antaneen hyvää mieltä niin omaishoitoperheille kuin itsellekin. Vapaaehtoistyö ei ole ollut kuitenkaan vain ilon hetkiä ja hämmentäviltä yllätyksiltäkään ei ole kokonaan vältytty. Jotkin omaishoitajat ovat toivoneet vapaaehtoisilta sellaista apua, joka mielletään selvästi ammattilaisen tehtäväksi. Myös muissa tutkimuksissa (esim. Laamanen 2004: 23) kotihoidon asiakkaiden on huomattu pyytävän vapaaehtoisilta heille kuulumattomia tehtäviä. Kokeneet haastateltavat vaikuttavat osanneen kuitenkin tarpeen tullen vetää oman toimintansa rajat. Niiden asettaminen ei ole kuitenkaan yksiselitteistä. Joidenkin vapaaehtoisten kommentteista huomaa, että vapaaehtoiset joustavat ja neuvottelevat roolistaan tilannekohtaisesti.

On tärkeä muistaa, että vapaaehtoistyö on maallikkoauttamista eikä vapaaehtoisien tehtävä ole korvata palkallisia työntekijöitä. Jotkin vapaaehtoistehtävät ovat muuttuneet vaativammaksi, jolloin tarvittaisiin keskustelua siitä, missä menee työntekijän ja vapaaehtoisen raja. Vapaaehtoiset voivat joutua kohtuuttomien vaatimusten eteen tuettavien pyynnöstä mutta myös työntekijöiden suunnalta. Ystävälpalvelussa olevia ja kodeissa käyviä vapaaehtoisia on etsitty joissakin paikoissa esimerkiksi raskaaseen siivoukseen, jonka ei pitäisi kuulua vapaaehtoistentahtäviin. Vapaaehtoisten tukihenkilönä toimimista esimerkiksi mielenterveyskuntoutujien ja muistisairaiden kanssa täytyy myös pohtia tarkasti. Tämänkaltaisilla asiakasryhmillä on monesti erilaisia käytöshäiriöitä ja heidän kohtaamiseen tarvitaan ammattitaitoa. (Mykkänen-Hänninen 2007: 33-49.) Esimerkiksi Siivosen Pro gradun mukaan omaishoitajat arvostavat kotona käyvien tukijoiden ammattitaitoa ja pysyvyyttä. Etenkin muistisairaiden omaishoitajat pitävät niitä tärkeinä asioina, koska ne luovat luottamusta ja tuovat turvallisuuden tunteen. (Siivonen 2000.) Myös muissa vastaavissa tutkimuksissa (esim. Soininen 2008 ja Nikula 2008; Purhonen 1995: 16,29) on tuotu esille, että koulutetutkin vapaaehtoiset voivat vastata vain rajallisesti omaishoitajien tarpeeseen ja tukea kaivattaisiin enemmän myös ammattilaisilta. Olen samaa mieltä Soinisen kanssa siitä, että vaikeiden ongelmien selvittäminen kuuluu ammattilaisille. Vapaaehtoisten tuurausten ohella tarvitaan riittävästi esimerkiksi diakonien ja kotihoidonohjaajien kotikäyntejä ja muuta tukea.

Vapaaehtoisten antamasta tuesta iäkkäiden omaishoitajien hyvinvoinnin edistämiseksi on hyväkin kokemuksia. Esimerkiksi 2005-2008 toteutetussa Eläkeliiton Arjen Ankkurit - projektissa vapaaehtoisten tuki omaishoitoperheille nähtiin myös voimavarana. Projektissa koulutettiin vapaaehtoisia ikääntyvien omaishoitoperheiden tueksi. Omaishoitoperheiden haastattelujen

mukaan heidän luonaan käyvät vapaaehtoiset vastasivat osittain heidän tarpeisiinsa. Vapaaehtoisilta saatiin keskusteluapua ja omaishoitajat olivat iloisia levähdyshetkestä, jotka vapaaehtoisten tuuraukset olivat heille mahdollistaneet. (Nikula 2008: 68-69.) Projektissa mukana olevien vapaaehtoisten kokemukset ovat pitkälti yhteneviä omien tulosteni kanssa. Nikulan mukana vapaaehtoisille omaishoitoperheissä käyminen oli antanut uutta energiaa ja sisältöä elämään. Uusien ihmisiin tutustumista pidettiin tärkeänä. He kokivat itsensä tarpeelliseksi ja hyödylliseksi voidessaan toimia omaishoitoperheiden tukijoina. (Nikula 2008: 1, 87-93.) Olen samaa mieltä Nikulan kanssa myös siitä, että tämänkaltaisen vapaaehtoistoiminnan keskeinen anti on toiminnassa mukana olevien osapuolten sosiaalisen pääoman vahvistuminen. Myös Soinisen (2008) Anna ja Arvo - hankkeen puitteissa tekemän tutkimuksen mukaan vapaaehtoistyö toimii sosiaalisten suhteiden virittäjänä ja yhteisöllisyyden vahvistajana. Hänen mukaansa ikäihmiset toivoivat seurakunnan vapaaehtoisilta etupäässä juuri seurustelemista ja ulkoilutusta. Haastattelujen perusteella yhdessä oloa ja huomioimista arvostettiin ja molemmat osapuolet saivat mielihyvää kohtaamisesta. (Soininen 2008: 57-59, 62-67.) Soinisen haastattelujen vapaaehtoisten ja iäkkäiden odotuksissa ja kohtaamisissa on havaittavissa siis samoja elementtejä kuin omassa tutkimuksessani. Molemmista nousee esille etenkin vastavuoroisuus vapaaehtoistyön yhtenä voimavarana. Se näkyy myös monissa muissa vapaaehtoisuutta koskevissa tutkimuksissa (ks. Esim. Yeung 1999). Vapaaehtoistoiminnassa tapahtuvat kohtaamiset voivat edistää osapuolten hyvinvointia ja toimia merkittävänä ennaltaehkäisevänä tukena molemmille.

Omaishoitajien laajempia tuuraus- ja kotilomituskokeiluja on tehty jo pitkään ja usein myös vapaaehtoisia on otettu mukaan toimintaan. Esimerkiksi vuosina 1993-1995 toteutettiin vapaaehtoisten avulla kotimiesprojekti seitsemällä paikkakunnalla. Tuolloin huomattiin, että reilu kolmannes omaishoitajista toivoisi vapaaehtoista kotilomittajaa pariiksi tunniksi, jotta he voisivat hoitaa asioitaan. (Purhonen 1995: 4,8.) Ikääntyneissä omaishoitoperheissä toteutetut tuuraus- ja kotilomituskokeilut ja niihin liittyvät tutkimukset (esim. Nikula 2008; Niemelä, Paulig & Lyytinen 2007, Siivonen 2000; Salanko-Vuorela ym. 2006: 95-99) ovat nostaneet esiin kotilomituspalvelujen tarpeellisuutta ja mahdollisuuksia sen parantamiseksi on pohdittu hallitusohjelmassakin (Aaltonen 2008: 89). Niiden kehittämisestä on käyty useita keskusteluja myös ”Omaishoito kehitty” osaprojektin puitteissa. Omaishoitajien tuurauksien kokeilu on päätetty alkaa Vantaalla vapaaehtoisvoimin (Keskustelut pilottia organisoivien toimijoiden kanssa; Omaishoito kehitty. Kehittämiskohteet ja kokemukset - diaesitys: 2010 syyskuu). Pilottia organisoivilla toimijoilla on ajatuksena hyödyntää pilotista saatuja kokemuksia ja käynnistää vastaavanlaista toimintaa myös muualla Vantaalla. Vapaaehtoistoiminta voi toimia edelläkävijänä uusien tukimuotojen tuottamisessa silloin kun kunnallisten ja muiden virallisten palvelujen kehittäminen osoittautuu hitaaksi (Harju ym. 2001: 82). Iäkkäiden omaishoitoperheiden määrä kasvaa tulevaisuudessa ja mielestäni vapaaehtoisia voidaan harkitusti yrittää rekrytoida jatkossakin joidenkin iäkkäiden omaishoitoperheiden tukijoiksi. Gothoni (2009: 37)

uskookin vapaaehtoisten iäkkäiden luona tehtävän kotikäyntityön lisääntyvän jatkossa. Jos vapaaehtoisia hyödynnetään yhä enemmän tämänkaltaisessa auttamistyössä, on tärkeää selvittää avunsaajien mielipidettä siitä. Jatkossa olisi hyvä tutkia, mitä iäkkäät omaishoitoperheet ajattelevat pilotin kaltaisesta vapaaehtoisvoimin annetusta avusta ja miten vapaaehtoisten apua vastaanottaneet omaishoitoperheet ovat kokeneet kohtaamiset. Myös sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden hyödyntämistä kotimiehinä olisi hyvä jatkossa tutkia.

Vapaaehtoiset voi hyvin ottaa mukaan kehitystyöhön mutta kotona toteutettavan sijaishoidon toteuttaminen ei saisi jäädä liikaa vapaaehtoisten harteille. Mielestäni vapaaehtoiset voivat kuitenkin auttaa omaishoitoperheitä, kun heidän roolinsa on selkeä ja kaikilla osapuolilla on yhteneväinen käsitys siitä. Myös Soininen (2008) painottaa, että toimijoiden oikeudet ja velvollisuudet on hyvä tehdä selväksi. Vapaaehtoistoimintaa voidaan tehdä näkyväksi esimerkiksi toiminnan alussa tehtävällä lähimmäispalvelusopimuksella. Siihen voidaan merkitä avun sisältö, ajankohdat ja tilanteen arviointipäivä. Vapaaehtoinen voi kirjata ylös myös vapaaehtoisten ja tukijoiden tapaamisia vapaaehtois korttiin. Lähimmäispalvelusopimus ja vapaaehtois kortti on koettu hyväksi käytännöksi monessa paikassa. (Gothoni 2009:71; Lehtonen & Tommola 2008: 46-47.) On tärkeää, että toiminnassa mukana olevat ammattilaiset antavat riittävän panoksensa omaishoitajien sekä vapaaehtoisten tukemiseksi. Sujuvaan ja säännölliseen yhteistyöhön tarvitaan vastuunjako. Tapaustutkimukseni kaltainen kirkon ja kunnan yhteistyö on voimistunut viime aikoina (Nylund & Yeung 2005: 31). Kumppanuuksien lisääntyessä on tärkeää selvittää, mikä on kunnan ja seurakunnan rooli ja vastuu. Erilaisten selvitysten (ks. Alaranta ja Matikainen 2008: 15) mukaan diakoniatyö on toiminut viime vuosina usein kunnan toimintojen paikkaajana. On tärkeä pohtia, pitäisikö kuntien ottaa suurempi vastuu tai ainakin vahvistaa yhteistyötä kolmannen sektorin kanssa (Möttönen & Niemelä 2005: 55). Kunnan, seurakunnan vapaaehtoisten ja vanhusten välisestä tiiviistä yhteistyöstä on jo kokemusta erilaisten tapahtumien ja projektien puitteissa (ks. esim. Gothoni 2009: 4). Mielestäni olisi tärkeää levittää hyväksi havaittuja yhteistyökäytäntöjä ja soveltaa niitä mahdollisuuksien mukaan myös muualla. Hedelmällinen vapaaehtoistoiminta edellyttää tukirakenteita ja resursseja. Tarvitaan keskustelua siitä, miten ne tulevaisuudessa järjestetään. Uskon Soinisen tavoin, että toiminta on tukevammalla pohjalla, kun sovitaan pelisäännöistä. Niiden muotoutuminen vaatii tarpeeksi tiivistä yhteistyötä sekä avointa ja realistista keskustelua toimijoiden kesken (Soininen 2008). Yhdyn myös Nikulan näkemukseen siitä, että toiminnan myönteiset vaikutukset näkyvät kunnolla vasta silloin, kun vapaaehtoisten, omaishoitoperheiden ja niitä tukevien organisaatioiden välille on syntynyt luottamus, ja toiminta sujuu jouhevasti (Nikula 2008: 80-83, 93).

Haastateltavat kertovat olevansa tyytyväisiä pilottiin osallistuneiden työntekijöiden ja vapaaehtoisten tutustumis- ja perehdytystilaisuuteen. Toiset kokivat työntekijöiden osanneen suositella hyvin itselle sopivia tuettavia. Toisaalta joillekin oli tärkeää se, että tuettavan lopulli-

sen valinnan sai tehdä itse. Vapaaehtoiset saivat alussa toimintaa organisoivien työntekijöiden yhteystiedot, joita ei epäröidä käyttää. Useimpien kohtaamiset omaishoitoperheissä ovat vastanneet omia odotuksia ja työntekijöiltä saatua tietoa. Utti kertoo Snyderin ja Osmoton (1992) painottavan, että vapaaehtoisten odotusten, tarpeiden ja motiivien yhteensopivuus kokemusten kanssa vaikuttaa osaltaan toiminnassa jatkamiseen (ks. Utti 2008: 10-11). Yeung (1999: 78-79) taas korostaa, että sellaiset vapaaehtoiset, joiden odotukset eivät ole korkeita ja tarkoin määriteltyjä jatkavat muita luultavammin pitempäänkin vapaaehtoistoiminnassa. Omassa tutkimuksessani muutamat haastateltavat olivat saaneet työntekijöiltä joiltakin osin todellisuutta vastaamattoman käsityksen omaishoitoperheistä. Asiat ovat kuitenkin selvinneet ja yllätykset eivät ole estäneet tuurausten jatkamista. Ehkäpä joidenkin haastateltavienkin odotusten väljyys auttoi osaltaan tässä kuten Yeung ehdottaa. Vapaaehtoisten iltamat koetaan sopivaksi areenaksi vaihtaa kuulumisia ja ajatuksia. Myös aikaisemmissa vastaavissa projekteissa kokemusten vaihto on koettu keskeiseksi (ks. esim. Purhonen 1995: 19). Haastateltavat pitivät hyvänä ensimmäisissä tapaamisissa muun muassa työntekijöiden läsnäoloa, osallistujien erilaisia vapaaehtoistyön kokemusta ja ryhmän kokoa. Toisten mielestä toimijoiden vastaavia kokoontumisia olisi hyvä pitää muutaman kerran vuodessa, mutta osa ei kokenut siihen erityistä tarvetta. On kuitenkin hyvä huomioida, että jotkut vapaaehtoiset kaipaavat tapaamisia useammin. Esimerkiksi ”Anna ja Arvo” -hankkeessa monet kotikäyntityötä säännöllisesti tekevät vapaaehtoiset ovat halunneet tavata diakonin ja toisensa kuukausittain (Gothoni 2009: 37).

Monet haastateltavat tuovat esille, että varsinkin uudet vapaaehtoiset tarvitsevat ohjausta ja kokeneiden vapaaehtoisten kokemusten sekä käytännön vinkkien kuuleminen koetaan hyödylliseksi. Esimerkiksi konkreettinen opastus pyörätuolien käytön ja kuljettamisen suhteen tulisi joillekin tarpeeseen. Toiset pitävät myös omaishoitajien ja työntekijöiden osuutta opastamisessa tärkeänä. Haastateltavat ovat mieltäneet hyväksi käytännöksi sen, että työntekijä on tarjoutunut ensimmäiselle omaishoitajan kotikäynnille, vaikka he eivät itse kyseistä tukea olisi kaivannutkaan. Usealla vapaaehtoisella on entuudestaan kokemusta vapaaehtoisten koulutuksista ja he suhtautuvat melko positiivisesti niihin. Esimerkiksi kohtaamiseen, huomioimiseen ja hyvinvointiin liittyvä teemoja pidetään tärkeänä, mutta monet kokevat että maalaisjärki ja elämäkokemus ovat kurssituksia olennaisempia. Osa vapaaehtoisista voisi lukea myös aiheeseen liittyvää kirjallista materiaalia, mutta informaation toivotaan olevan ytimekästä. Virallisia koulutuksia tärkeämpänä moni pitää muiden toiminnassa mukana olevien tapaamista. Mukavaksi vapaaehtoistyön virkistystoiminnaksi mainitaan muun muassa askartelu, retkeily, ulkoilu ja teatterissa käyminen. Myös erilaisista vapaaehtoistyöhön liittyvistä juhlista on ollut hyviä kokemuksia. Osa ei kuitenkaan koe tarvitsevansa erityisiä virkistystapahtumia vaan heille riittää toisinaan tapahtuva ajatusten vaihtaminen vapaaehtoisten kesken. Työntekijöiltä saatu myönteinen palaute lämmittää mieltä mutta sitäkin tärkeämmäksi koetaan omaishoitoperheiltä saatu kiitos.



Jotkut vapaaehtoiset eivät tuoneet esille erityistä tarvetta toimintansa tukemiseen. Uskon, että tämä johtui osittain siitä, että omaishoitoperheiden tukemiseen liittyvä pilotti oli vasta aluillaan. Varmasti myös haastateltavien moninainen elämäkokemus antaa eväitä kohdata paremmin erilaisia vapaaehtoistoimintaan liittyviä tilanteita, jolloin tukea ei tarvita samalla tavalla. Lisäksi kaikkien ei ole ehkä helppoa ilmaista omia tuen tarpeita. Pidän vapaaehtoisten huomioimista kuitenkin yhtenä oleellisena elementtinä toiminnan jatkuvuuden edistämiseksi. Tarpeen mukaisen koulutuksen, opastuksen, ohjauksen, vertaistuen ja virkistysjärjestöjen tarjoaminen edistää monien vapaaehtoisten jaksamista ja motivoi osaltaan jatkamaan toimintaa.

Vapaaehtoisten vaihtelevat tuentarpeet sekä vapaaehtoistoiminnan merkitys taustaorganisaatioissa ja siihen määrättyt resurssit vaikuttavat paljon syntyneisiin tukimuotoihin. Vuoden 2010 alussa toteutettiin laaja tutkimus vapaaehtoistoiminnasta, jossa tiedusteltiin muun muassa sosiaali- ja terveysjärjestöjen vapaaehtoisille tarjoamia tukimuotoja. Useiden satojen järjestöjen vastauksien mukaan eniten vapaaehtoisille tarjottiin perehdytystä, jatkokoulutusta ja virkistystilaisuuksia. Kutakin tarjosi vapaaehtoisille kuitenkin vain noin joka toinen järjestö. Vajaa 30 % järjestöistä järjesti myös työhönsä ja palkitsi todistuksilla vapaaehtoisia. Joissakin vastauksissa mainittiin myös henkilökohtaiset keskustelut sekä toisaalta mahdollisuus vertaisuuteen ja yhteisöllisyyteen. Myös vakuutuksen järjestäminen nousi esille yhtenä tärkeänä tuen elementtinä. Vapaaehtoistoimijoiden jatkuvuutta ja sitoutumista pyrittiin vahvistamaan säännöllisen tiedotuksen/yhteydenpidon avulla, huomionosoituksin ja myönteisen palautteen avulla. Monet järjestöt pyrkivät auttamaan vapaaehtoisia kaikin tavoin mutta pienissä yhdistyksissä ja esimerkiksi eläkeläisyhdistyksissä tuen tarjoaminen on kuitenkin melko vähäistä. (Pessi & Oravasaari 2010: 16,106-108; Peltosalmi ym. 2008: 113-114.) Suurissa järjestöissä kuten Suomen mielenterveysseurassa on kuitenkin tehty paljon töitä vapaaehtoistoiminnan kantavien tukirakenteiden kokoamiseksi. Mielenterveysseurassa on kehitetty muun muassa vapaaehtoistoiminnan riskien arviointia. Siihen kuuluu vapaaehtoisten työskentelyolosuhteiden, työn organisoimisen ja toimintatapojen riskien nimeäminen. Lisäksi se sisältää henkisen kuormittumisen kartoittamisen kuten vastuukysymykset, yksintyöskentelyn ja ihmishuonokorjauksen. Tärkeää on myös seuranta ja toimenpiteet niiden minimoimiseksi. Riskien arviointia kannattaa käsitellä jo vapaaehtoisten opastus- ja koulutusvaiheessa. Se on yksi tärkeä väline vapaaehtoisten turvallisuuden, jaksamisen ja sitoutumisen edistämiseksi. (Porkka & Myllymaa 2007: 10,29,41-42, 62-65.)

Monissa järjestöissä, projekteissa ja tutkimuksissa (ks. esim. Salomaa 2009:99-100; Gothoni 2009:4; Purhonen 1995:14) on todettu vapaaehtoisten tukemisen merkitys. Esimerkiksi vuonna 2005-2008 toteutetussa ”Vapaaehtoistyö ja verkostot vanhusten ja omaishoitajien tukena” -projektissa on saatu hyviä kokemuksia vapaaehtoisten järjestelmällisestä koulutus- seminaa-

ri ja virkistystilaisuuksien järjestämisestä. Kyseisen projektin kokemusten tavoin uskon myös tiedonvälitykseen ja toimivien verkostosuhteiden luomiseen ja ylläpitämiseen panostamisen tärkeäksi. (Marjakangas 2008.) Myös Eläkeliiton vuosina 2005-2008 koordinoimassa ”Arjen Ankkurit”- projektissa on saatu hyvää palautetta omaishoitajia auttavien ikääntyvien vapaaehtoisten järjestelmällisestä tukemisesta lukuisten koulutusten, työnohjausten ja muiden tilaisuuksien avulla (Alaranta & Matikainen 2008: 24-31). Tämän ohella esimerkiksi Suomen Punainen Risti (SPR) on kouluttanut ja opastanut vapaaehtoisia iäkkäiden omaishoitajien tueksi ja lokakuussa 2010 siihen liittyvää toimintaa oli jo 26 paikkakunnalla (Aalto 2010). Pääkaupunkiseudun ystävätoiminnassa oleville SPR on laatinut ohjeet, joissa korostetaan vapaaehtoistyöhön valmiuksia antavia kursseja sekä säännöllisen yhteydenpidon merkitystä (Salomaa 2009: 71-73). Toimintaan mukaan lähtemistä helpottaa etenkin asianmukainen perehdytys sekä vapaaehtoisten ajatusten kuuleminen ja kartoittaminen. Siihen voi kuulua esimerkiksi pelisäännöistä sopiminen, perehdytysoppaan jakaminen ja vapaaehtoisten haastattelu. Toiminnot ja tuki kannattaa räätälöidä tilannekohtaisesti vapaaehtoistoimintaan osallistuvien tarpeiden ja kykyjen mukaisesti. (Pasma 2006: 73). Mielestäni nämä asiat ovat toteutuneet hyvin tutkimani pilotin alkuvaiheessa, koska vapaaehtoisia on kuultu ja tuettu tarpeiden mukaan.

Vapaaehtoistyön organisoiminen ja vapaaehtoisten tukeminen vaatii yhtä aikaa suunnitelmallisuutta ja joustavuutta. Ympäristöön luoduilla puitteilla voidaan kannatella ja vahvistaa vapaaehtoistoimintaa. Liian yksityiskohtaisesti suunnitellut raamit kuitenkin tukahduttavat toimintaa ja sen kehittämistä jolloin vapaaehtoisten ääni ei pääse oikeuksiinsa. Lisäksi liian raskaat vapaaehtoistyön rakenteet siirtävät katsetta helposti pois asian ytimestä eli ihmisten välisestä solidaarisuudesta ja välittämisestä, joka luo hyvinvointia arkeen. Tarpeeksi väljät toimintatavat sallivat myös eteen tulevia muutoksia ja yllätyksiä, joita pidemmässä juoksussa tulee väistämättä. (Hakkarainen 2003: 31; Myllymaa & Porkka 2009: 16.) Onkin tärkeä pohtia, miten toiminnan joustavuus säilytetään vapaaehtoistoiminnan kasvaessa suuremmaksi. Vapaaehtoistoiminnan kasvaminen edellyttää myös lisää resursseja toimintaa organisoiville taivoille. Liian usein toiminnan kehittäminen on hidastunut tai loppunut liian vähäisten resurssien takia (esim. Purhonen 1995: 18).

Monilla haastateltavilla on erilaisia velvollisuuksia, menoja ja harrastuksia. Osa tekee samaan aikaan myös muuta vapaaehtoistyötä. Innokkaimpia vanhusten vapaaehtoisia auttajia ovatkin usein paljon harrastavat ja aktiiviset eläkeläiset (ks. Makkonen 2008: 43). Haastateltavat eivät ole kuitenkaan ainakaan toistaiseksi kokeneet omaishoitajien tukemiseen liittyvää vapaaehtoistyötä kuormittavaksi. Joidenkin tutkimusten (ks. esim. Salomaa 2009) mukaan vapaaehtoiset kokevat vapaaehtoistoiminnan liian sitovaksi. Haastattelemani vapaaehtoiset eivät tuo kuitenkaan tätä esille. Omaishoitoperheissä käymiset on koettu pääsääntöisesti mielekkääksi ja tapaamisia pyritään toteuttamaan pitkälti oman jaksamisen mukaan. Jotkut kertovat pitä-

vänsä tarvittaessa myös taukoa vapaaehtoistoiminnasta. Toisinaan muutama vapaaehtoinen myöntää potevansa huonoa omatuntoa, jos tuettavaa ei ole tavannut vähään aikaan. Moni vapaaehtoinen kuitenkin kokee voivansa auttaa omaishoitoperheitä myös jatkossa, jos elämäntilanne sen vain sallii. Uskon Porkan ja Myllymaan (2009:132) tavoin siihen, että toiminnassa on mielekkäämpi jatkaa, kun toimintaa ei koeta liian etäiseksi eikä sen koeta sitovan liikaa. Koskiahon (2001: 37) mukaan juuri sitoutumiseen liittyvät kysymykset ovat avainasemassa hoivaan ja huolenpitoon liittyvässä vapaaehtoistyössä. Esimerkiksi sairaiden ja iäkkäiden huolenpitoon liittyvät hedelmällinen vapaaehtoistoiminnan kehittäminen vaatii pitkäkestoisempaa sitoutumista siihen osallistuvilta tuen antajilta eli ammattilaisilta sekä vapaaehtoisilta (2001: 37). Olisikin mielenkiintoista tutkia, millaisia sitoutumiseen liittyviä kysymyksiä toiminnassa pidempään jatkaneilla vapaaehtoisilla herää. Vapaaehtoistoimijoiden sitoutumista ja sitouttamista koskevaa tutkimustietoa on Pessin ja Oravasaaren (2010: 179) mukaan varsin vähän.

Yksi harvoista suomalaisista vapaaehtoisten sitoutumiseen liittyvistä tutkimuksista on Utin (2008:1) tekemä selvitys lastensuojelun tukihenkilötoimintaan osallistuvien vapaaehtoisten kokemuksia sitoutumisesta ajallisena prosessina. Utin tutkimuksesta löytyy paljon omaa tutkimustani tukevia havaintoja. Hänen mukaansa motiivit painottuivat alussa altruistiseen haluun auttaa. Tämä näkyy vahvasti myös omassa tutkimuksessani. Halu olla avuksi ja hyödyksi välittyy kaikkien haastateltavieni puheista. Utin haastateltavien vapaaehtoisten näkemykset toimintaan osallistumisen motiiveista ovat myös muutoin monin paikoin yhteneväisiä haastateltavieni vapaaehtoisten kanssa. Molempien tutkimusten perusteella motiiveihin vaikuttaa etenkin elämäntilanne, elämäntilanne, aiemmat vapaaehtoistyön kokemukset ja luonteen piirteet. Utin tutkittavien motivaatioon vaikuttavat työ sekä sosiaaliset suhteet näkyvät myös jossain määrin omassa tutkimuksessani. Molempien tutkimusten mukaan vapaaehtoistoiminnan jatkamiseen vaikutti vahvasti puolestaan oma elämäntilanne. Utin mukaan pidempiaikaisista sitoutumista edesauttavat etenkin positiiviset tuntemukset omasta roolista vapaaehtoisena, tuettavien kohtaamisesta saatu mielihyvä ja merkityksellisyys, luottamuksen syntyminen osapuolten välille sekä kokemus sitä, että tuettava oli saanut tarvitsemaansa apua. (Utti 2008:1, 84-95.) Ketun (2009:91) tutkimuksen mukaan vapaaehtoisten sitoutumiseen vaikuttaa olennaisesti myös vapaaehtoisten saama tuki ja arvostus.

Omasta tutkimuksestani löytyy paljon Utin (2008) ja Ketun (2009) mainitsemista vapaaehtoistyötä kannattelevista elementeistä joten uskon, että Vantaalla toteutetun pilottitoiminnan jatkamiselle on olemassa hyvät lähtökohdat. Haastateltavien kokemus vapaaehtoistyön auttamisen tärkeydestä ja mahdollisuus käyttää mielekkäästi vapaa-aikaansa vahvistaa heidän halunsa jatkaa toimintaa pitempäänkin. Toiset ovat valmiita sitoutumaan toimintaan pitemmäksikin ajaksi, jos elämäntilanne sen vain sallii. Yhdyn Utin (2008) näkemykseen siitä, että keskeistä jatkamisen kannalta on juuri vapaaehtoisten odotusten ja tarpeiden täyttyminen.

Olen pyrkinytkin tekemään näkyväksi näitä asioita vapaaehtoisten motivaation, kokemusten ja tuentarpeiden kautta ja uskon Yeungin (2005: 122) tavoin, että niitä voidaan käyttää apuna esimerkiksi muutostilanteissa ja palautteen antamisessa.

## 10.2 Luotettavuus ja eettisyys

Tutkimuksen tekoon liittyy monia erilaisia eettisiä kysymyksiä. Hyvän tutkimuksen tekoon kuuluu muun muassa harkittu tutkittavien informointi sekä aineiston hankinta, käsittely, käyttö ja julkaiseminen. (Eskola & Suoranta 2005: 52.) Huolellinen suunnittelu ja toteutus ovat osa laadukasta tieteellistä käytäntöä. Aloitin tutkimukseni tekemällä tarkan tutkimussuunnitelman. Esitin sen yhteistyökumppaneille ja sain hyväksynnän ohjaavalta opettajaltani, jonka jälkeen hoidin tarvittavat luvat. Tein opinnäytetyösopimuksen pilottiin osallistuneiden työntekijöiden kanssa. Sen tarkoituksena oli tehdä näkyväksi työni tarkoitus, tavoitteet, toteutustapa, aikataulu, rooli, vastuut ja opinnäytetyön hyödyntäminen. Tapaustutkimustani raamittaa pilotti, jossa Vantaan kaupunki on keskeisenä toimijana mukana kehittämässä omaishoitajien tukimuotoja. Näin ollen lähetin selvityksen tutkimuksestani Vantaan kaupungille ja sain kirjallisen tutkimusluvan siltäkin taholta. Lisäksi pyysin tutkittavilta allekirjoitusta haastatteluun suostumisesta. Monesti suullinenkin lupaus riittää, mutta kirjallinen suostumus on laadittava, jos haastatteluaineistoa aikoo yhdistää viranomaisilta saatuihin tietoihin. Asiasta tulee ilmoittaa kirjallisesti ja tutkittavilta tarvitaan myös vapaaehtoinen suostumus, kun tiedot saadaan suoraan tutkittavilta ja kun ne tallennetaan sellaisenaan. (Kuula 2006: 117,119.) Kysyin tutkittavilta lupaa nauhoittaa keskustelu. Tämä sopi kaikille. Hirsijärveen ja Hurmeen (2008: 92) mukaan tallentaminen käyttö mahdollistaa luontevamman haastattelun ilman jatkuvaan kirjoittamista (Hirsijärvi & Hurme 2008: 92). Olen myös luvannut, että kukaan muu ei kuule tallennettuja äänitiedostoja ja että ne tuhoetaan tutkimuksen päätyttyä. Henkilötietolain mukaan tutkittaville pitää kertoa tutkimusaineiston käsittelystä (Kuula 2006: 99).

Tutkittavia voi yrittää hienovaraisesti suostutella tutkimukseen ja motivoida siihen, mutta tutkimuksen on perustuttava vapaaehtoisuuteen. Muistutin haastateltavia haastatteluun osallistumisen vapaaehtoisuudesta. Mainitsin siitä haastattelupyyntökirjeessä sekä ennen haastattelun aloittamista tavatessani vapaaehtoiset. Kuulan (2006: 108) mukaan vapaaehtoisuuden merkitys korostuu, kun tietoa kerätään viranomaisten toiminnan yhteydessä. Haastateltavalle ei saa tulla tunne, että tutkimusaiheeseen liittyvä toimintaympäristö tai siihen liittyvät työntekijät olisivat painostaneet häntä haastatteluun. Pohdin kuitenkin, että vaikka haastateltavat eivät kokisi haastatteluun osallistumisen pakkoa, saattavat jotkut tutkittavat muokata sanomisiaan työntekijöille mieleisempään muotoon. Joillakin haastateltavilla on tapana antaa sellaisia vastauksia, joita he ajattelevat olevan hyväksyttäviä ja haastateltavalle mieluisia. Haastateltavat saattavat korostaa liiallisesti esimerkiksi hyvään kansalaiseen liitettyjä piirtei-

tä. Ulospäin halutaan antaa kuva itsestä moraalisesti velvollisuudet täyttävänä ihmisenä. Sitä vastoin esimerkiksi sairaudet ja vajaavaisuudet pidetään mielellään omana tietona. Tämä saattaa vääristää haastateltavien todellisia näkemyksiä. (Hirsijärvi, Remes & Sajavaara 2009: 206-207.) Myös vähäinen kokemukseni haastatteluista ja omat ennakko-oletukseni vapaaehtoistyöstä saattoivat vaikuttaa tapaan haastatella vapaaehtoisia. Kysymyksissäni oli aluksi ehkä osittain johdatteleva sävy, joka heijastui haastateltavien vastauksiin.

Haastattelutilanteessa otin puheeksi tietojen luottamuksellisuuden ja vaitiolovelvollisuuden. Tutkittavilta suoraan hankittuja tietoja kuten haastattelutietoja ei saa välittää kirjallisesti tai suullisesti ulkopuolisille tutkimuksen aikana eikä sen jälkeen. Aineistoon liittyviä keskusteluja voi kuitenkin käydä tutkimukseen liittyvien osapuolten kanssa. (Kuula 2006: 92.) Tutkittavien yksityisyys ja tietojen luottamuksellisuus voidaan taata tietojen huolellisella säilytyksellä, tunnistetietojen oikeaoppisella käytöllä ja tietojen asianmukaisella hävittämisellä tutkimuksen päätyttyä. Olen säilyttänyt tietoja niin, että ne eivät pääse ulkopuolisten käsiin. Anonymiteetti eli nimettömyys voidaan saavuttaa poistamalla, muuttamalla ja luokittelemalla tutkittavien tietoja. Lähtökohta on se, että henkilöllisyyden selvittäminen tehdään mahdollisimman vaikeaksi. Tärkeää on kiinnittää huomiota etenkin henkilöiden nimien, asuinalueiden ja arkaluontoisten asioiden kuten sairauksien poistamiseen tai muuttamiseen niin, että tutkimusjulkaisusta ei voida tunnistaa kyseistä henkilöä. (Eskola & Suoranta 2005: 56-57; Kuula 2006: 214.) Olen muokannut tunnistukseen vaikuttavia kohtia haastatteluista poimimistani sitaateista. Erisnimet on poistettu tai muutettu yleisnimiksi. Eskola ja Suoranta (2005: 216) eivät suosittele peitenimien käyttöä, koska keksitty nimi voisi olla jonkun muun tutkimuskohteen oikea nimi. Aluksi ajattelin kysyä vapaaehtoisten ikää. Ajattelin sen antavan tietoa sitoutumisesta. Ihmiset eivät kuitenkaan aina kerro mielellään ikäänsä ja syntymävuosien käyttö olisi tehnyt tutkittavista helpommin tunnistettavia. Pohdin iän kysymistä 5-10 ikähaarukan avulla. Se ei kuitenkaan tuntunut sopivan yhtä luontevasti teemahaastatteluun kuin kirjalliseen lomakekyselyyn. Lopulta päätin tyytyä vain tietoon, onko haastateltava eläkkeellä vai työelämässä. Jotkut tutkimukset ovat tarkastelleet myös koulutusasteen ja tulojen vaikutusta vapaaehtoistyöhön osallistumiseen (ks. Utti 2008: 16). Vaikka tulokset ovat osoittaneet kyseisten tekijöiden vaikuttavan jossain määrin motivaation, en kokenut eettisesti kestäväksi kysyä niitä haastateltavilta. Motivaatiosta ja sitoutumisesta saa mainiosti hyvän kokonaiskuvan ilman kyseisten arkaluontoisenakin pidettyjen seikkojen utelemista.

Havainnointi täydentää muilla menetelmillä saatuja aineistoja ja sitoo tutkimuksen kohteen paremmin sen toimintaympäristöön. Se auttaa myös saamaan tuntumaa tutkittaviin. (Grönfors 2010:157) Itselläkin oli hiukan helpompi toteuttaa niitä haastatteluja, joiden haastateltavat olin jo nähnyt vapaaehtoisten iltamissa. Tein muistiinpanoja näissä kokoontumisissa. Toinen pilottia järjestäneistä työntekijöistä pyysi minua kirjuriksi yhteisiin tapaamisiin ja olen tehnyt neljästä ensimmäisestä tilaisuudesta muistiot. Useampi havaintokerta lisää tulosten tarkkuut-

ta (Eskola & Suoranta 2005: 213). Ensimmäisen tapaamisten alussa kerroin vapaaehtoisille toimivani kirjurina. Hyvän tutkimustavanmukaisesti havainnointia ei saisi tehdä ilman havainnoitavien suostumusta. Olin paikalla enimmäkseen sivustakatsoja ja kirjurina Tein havainnointia ilman varsinaista osallistumista. Mielestäni tällainen hienovarainen osallisuus antoi muille paremmat mahdollisuudet luonnolliseen osallistumiseen. Ajattelin, että olisi parempi olla tuomatta omia ajatuksiani esille - ainakaan ensimmäisissä tapaamisissa ennen haastattelujen toteuttamista, jotta en vaikuttaisi liiaksi haastateltavien tuleviin vastauksiin. Vaikka en osallistunutkaan aktiivisesti, saattoi läsnäoloni vaikuttaa joidenkin vapaaehtoisten sanomisiin. Eskola & Suoranta (2005: 101-102) uskovat, että havainnoitsija vaikuttaa aina jollakin tasolla havainnoitavaan asiaan. Esimerkiksi muistiinpanojen tekeminen voi häiritä tutkittavan yhteisön toimintaa. Mietin olisiko minun pitänyt sanoa tapahtumien alussa vielä selkeämmin, että tarkoitukseni on pääasiallisesti havainnoida pääpiirteissään tapahtumien käsiteltävät asiat eikä esimerkiksi vapaaehtoisten käyttäytymistä sinänsä. En kokenut järkeväksi kirjata henkilöiden tarkkoja reaktioita, koska aineistonkeruuni keskittyy pääasiassa teemahaastatteluista saatuihin tietoihin.

Alun perin en nähnyt tarpeelliseksi korostaa havaitsijan rooliani. Ajattelin sen vievän liikaa huomiota itse tapahtumalta. Ensimmäisessä tapaamisessa mainitsin kylläkin vapaaehtoisten anonyymiyden. Kirjoittaisin muistioihin vain osallisten lukumäärän ja sukupuolen, en nimiä. Toisella tapaamiskerralla unohdin kuitenkin mainita asiasta, vaikka paikalla oli myös yksi ensimmäistä kertaa paikalle tullut vapaaehtoinen. Kolmannella tapaamiskerralla mukana oli jälleen pari uutta tulokasta. Uuden vapaaehtoisen ottaessa puheeksi luottamuksellisuuden, sanoin että myös minua opiskelijana koskee luottamuksellisuus. Iltamissa puhutuista arkaluontoisista asioista puhuttaisi eikä paikallaolijoiden henkilöllisyyttä kerrottaisi ulkopuolisille. Lähetin tekemäni muistiot sovitusti pilottia järjestäneille työntekijöille. He voivat käyttää niitä tukenaan raportoidessaan pilotin kulun pääpiirteitä siitä kiinnostuneille yhteistyötahoille. Havahduin vasta myöhemmin pohtimaan, että muistion olisi voinut lähettää myös vapaaehtoisille. Ainakin sitä olisi ollut syytä kysyä heiltä. Vapaaehtoisilla olisi ollut näin myös mahdollisuus antaa palautetta, siitä miten muistioita olisi voinut vielä muokata. Muistiot perustuvat nyt vain omaan tulkintaani vapaaehtoisten iltamien kulusta. Vapaaehtoiset olisivat kiinnittäneet muistiossa huomioita varmasti hieman eri asioihin.

Tärkeä eettinen kysymys on, mitä hyötyä tai haittaa tutkimuksesta tutkittaville on (Eskola & Suoranta 2005: 56). Yksi tutkimukseni keskeisiä tavoitteista oli selvittää vapaaehtoisten tuen tarpeita. Analysoituani tulokset esittelin niitä marraskuussa 2010 Vantaan kaupungin omaishoidon parissa työskenteleville toimijoille ”Omaishoito kehitty” -pajassa sekä vapaaehtoisten iltamassa, jossa oli pilotissa mukana olleita ihmisiä. Olen kertonut julkaisevani työni heti vuoden 2011 alussa ja se on luettavissa myös netistä. Vapaaehtoisille on kerrottu, että myös seurakunnalta on myöhemmin mahdollisuus lainata opinnäytetyöni kirjallinen versio. Toiveenani

on, että tulosten näkyväksi tekeminen mahdollistaa vapaaehtoisten oikeanlaisen huomioimisen. Yleisemmin tarkoituksenani on selvittää vapaaehtoisten sitoutumista. Motiivien ja vapaaehtoistyöhön liittyvien ajatusten tarkasteleminen voi auttaa vapaaehtoisten kanssa työskenteleviä ammattilaisia ymmärtämään paremmin vapaaehtoisten lähtökohtia. Olen selvittänyt lyhyesti haastateltaville, että tutkimusta voidaan hyödyntää muun muassa seurakunnan vapaaehtoistyön kehittämisessä sekä ”Omaishoito kehittyi”- osaprojektin arvioinnissa sekä kaupungin muilla alueilla, jossa pilotin kaltaista toimintaa olisi tarkoitus lähitulevaisuudessa käynnistää. Kuula (2006: 94) painottaakin, että on tärkeää kertoa jo tutkimuksen alkumetreillä mihin tietoja voidaan soveltaa. Möttösen ja Niemen (2005) mukaan terveyden- ja sosiaalialan kehittämisprojektit yritetään usein nykyään viedä läpi paikallisella tasolla pienin voimavaroin. Vaikka kehittämistoiminnan kokeilu toteutuu pienellä alueella, on hyviä kokemuksia ja käytäntöjä yritetty siirtää muuallekin. (Möttönen & Nieminen 2005:48.) Etnografisen tapaustutkimukseni tuloksien siirtäminen sellaisenaan toiseen vastaavaan tilanteeseen on kuitenkin ongelmallista. Tutkimustulokset herättävät toivon mukaan kuitenkin tärkeää keskustelua ja toimintatapoja voidaan hyödyntää soveltamalla niitä toimintaympäristön reunaehdot huomioiden. (Vuorinen 2005: 70).

### 10.3 Oma oppimisprosessi

Peltolan (2007: 128) mukaan tapaustutkimuksesta nousevat oppimiskokemukset liittyvät tutkijan ja tutkimuksen suhteeseen, tiedon luonteeseen, tieteelliseen tutkimusentekoon ja tutkijan taitoihin. Myös tutkijan omat kokemukset, ennako- asenteet ja näkemykset vaikuttavat oppimisprosessiin. Jo tutkimusasetelma ja sitä kautta koko tulevaan prosessi muokkautuu sen perusteella, kenen kantilta asiaa katsoo ja kuinka kriittisesti asiaa tarkastelee. Tuloksiin vaikuttaa myös se, minkälaista ja kuinka luotettava pohjatietoa asiasta on entuudestaan sekä mitä tutkimuksella haluaa saada aikaan. (Häikiö & Niemenmaa 2007: 54.)

Oma oppimisprosessi käynnistyi jo paljon ennen varsinaista opinnäytetyön aineiston keruuta. Olen ollut vuoden 2009 alusta lähtien mukana ”Omaishoito kehittyi”- osaprojektissa opintojeni osalta. Tätä kautta minulle syntyi ajatus opinnäytetyöstä, joka liittyisi omaishoitajien hyvinvoinnin vahvistamiseen. Ensimmäisen työharjoittelun ja projektitehtävien kautta olen tutustunut puolestaan vapaaehtoistyöhön. Näin mielessäni hautui ajatus tehdä opinnäytetyö myös vapaaehtoistoimintaa koskien. Kun minulle syksystä 2009 välätettiin mahdollisuutta tehdä opinnäytetyö pilottiin liittyen, jossa nämä aihealueet yhdistyisivät, kiinnostuin heti. Pilotti oli silloin kuitenkin vasta suunnitteluvaiheessa. Koska opinnäytetyöprosessini oli tarkoitus käynnistää jo tuolloin, pohdin pitkään olisiko pilotista hedelmällistä tehdä tutkimusta niin varhaisessa vaiheessa. Mielenkiinto aihealueeseen sai minut kuitenkin tutustumaan tarkemmin vapaaehtoistyöhön. Jututin marraskuussa senioriosaajiksi kutsuttuja vapaaehtoisia koulutta-

neita lehtoria ja kävin Vantaan vapaaehtoistoiminnan tukiyksikössä haastattelemassa paikan pitkäaikaista työntekijää. Näiden tapaamisten perusteella minulle voimistui mielikuva, että opinnäytetyö olisi hyvä tehdä kartoittamalla vapaaehtoisten tuentarpeita. Löytämässäni kirjallisuudessa painotettiin vapaaehtoisten huomioimista ja sopivien puitteiden luomista. Ajattelin, että olisi mielenkiintoista tutkia pilottia tästä näkökulmasta. Koska pilotti oli tuolloin aivan alkumetreillä, hylkäsin kyseisen näkökulman. Päätin laajentaa näkökulmaani niin, että vapaaehtoisten tukemisesta muodostui vain yksi osa-alue sitoutumisen käsitteen alle. Olisin voinut rajata työni pelkästään vapaaehtoisten saamaan ja toivomaan sosiaaliseen tukeen, jos he kaikki olisivat olleet mukana pitempään omaishoitajien tukena vapaaehtoisena. Omassa tapauksessani vapaaehtoisten sitoutuminen tuntui tärkeältä tutkimuskohteelta, koska se yksi keskeinen pilottia eteenpäin vievä voima.

”Omaishoito kehitty”- pajoissa nostettiin esille tarve dokumentoida pilotin vaiheita ja tuloksia. Oma opinnäytetyö tekee näkyväksi osaltaan pilotin alkuvaihetta etenkin vapaaehtoisten näkemysten kautta. Pohdin suunnitteluvaiheessa myös työntekijöiden tai omaishoitajien näkökulman painottamista. Harkitsin pitkään kohdistaa katseeni myös siihen, mitä niin vapaaehtoiset kuin omaishoitoperheet saavat itselleen pilotista. Tuuli Nikulan 2008 julkaisema Pro Gradu ”Ankkurina arjessa - Tutkielma ikääntyvien vapaaehtoisten ja omaishoitoperheiden kokemuksista” korostaa työssään juuri näiden ryhmien sosiaalisen tuen kokemuksia. Omat resurssit eivät olisi kuitenkaan riittäneet sekä vapaaehtoisten että omaishoitoperheiden näkökulman syvälliseen tutkimiseen. Keskusteltuani pilottia järjestäneiden työntekijöiden kanssa ja tavatessani vapaaehtoiset mielessäni vahvistui tunne vapaaehtoisten näkemysten ensisijaisuudesta. Päätökseeni vaikutti myös aiheesta tehtyihin tutkimuksiin tutustuminen. Usein vapaaehtoistoimintaa on tarkasteltu työntekijöiden näkökulmasta (esim. Salomaa 2009; Hyvärinen & Lähde 2009). Vapaaehtoisten ajatuksia on selvitetty tutkimuksessa paljon pelkästään motivaation osalta. Tutkimusta on jonkin verran myös vapaaehtoisten kohtaamisista ja tuen tarpeesta. Vain harva tutkimus (esim. Utti 2008; Kettu 2009) kartoittaa kokonaisvaltaisesti edellä mainittujen tekijöiden vaikutusta sitoutumiseen.

Olen peilannut sitoutumisen, motivaation ja tuen merkitysten käsityksiä myös omaan elämään, opintoihin ja opinnäytetyön prosessiin. Vaikka minulla on ollut alussa vahva sisäinen motivaatio ja kiinnostus tehdä opinnäytetyö juuri tästä aihealueesta, on matkan varrella tullut hidasteita, jotka ovat syöneet motivaatitani. Muutamaan otteeseen eteneminen on tuntunut varsin hankalalta. Etenkin litterointi ja koodaus eli auki kirjoitetun aineiston läpikäyminen ja jäsentely ovat vaatineet hyvin paljon aikaa ja pitkäjänteisyyttä. Myös aineiston luokittelu ja tiivistäminen on tuntunut haasteelliselta. Suuren aineistomassa hallinta vaatii kärsivällisyyttä sillä kuten Saaranen-Kauppinen & Puusniekka (2009:93) sanovat, että analysointi vaatii paljon pilkkomista, purkamista, kokoamista ja täydentämistä. Täytyy osata hajottaa ja hallita. Toisissa haastatteluissa kerrottiin paljon asioita, jotka eivät varsinaisesti kuulu tutkimus-



kysymysteni piiriin ja asioita on esitetty hyvin monella tavoin. Joissakin kohtaa olen puolestaan joutunut punnitsemaan tarkkaan, miten vapaaehtoisten tärkeitä näkökulmia esitän, jotta en vahingossa vääristelisi heidän sanomaansa tulkinassani. Avoimuuden takia olen sisällyttänyt työhöni varsin paljon sitaatteja. Näin lukijat voivat arvioida tulkintojeni oikeellisuutta. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009: 82-83,90-91.)

Vaikeimpina aikoina olen huomannut itse tukemisen merkityksen. Innostaminen, kannustaminen ja usko kykyihini ovat antaneet voimaa. Opinnäytetyöprosessiin asteittainen eteneminen on tuntunut vahvistaneen hieman pitkäjänteisyyttäni ja stressinsietokykyä. Olen sisäistänyt uudella tavalla myös itsenäisten valintojen merkityksen. Olen tehnyt kulloisetkin opinnäytetyöhön liittyvät päätökseni varsin itsenäisesti huomioiden kuitenkin asiaan koskevien ihmisten näkemykset parhaan kykyni mukaan. Lukuisen opinnäytetyöhön tarvittavien lähteiden läpikäyminen on saanut minut pohtimaan tarkemmin lähteiden luotettavuutta. Olen pyrkinyt pohtimaan laajemminkin aihealueeseen liittyviä asioita myös kriittisesti eri tahojen näkökulmasta. Mikään asia ei ole mustavalkoinen. Oma tutkimukseni on vain yhdenlainen näkemys vapaaehtoisten sitoutumisesta. Toisella tavoin, toisessa ympäristössä, ajassa ja paikassa toteutettu tutkimus loisi aiheesta omanlaisensa kuvan. Toivon, että pohdintojeni ja oppimisprosessini auki purkaminen tekee ymmärrettäväksi opinnäytetyöhön liittyviä ratkaisuja. Malmsten (2007: 68) mukaan hyvässä tutkimuksessa perustellaan tutkimuksen rajaamiseen ja kohdejoukkoon liittyviä valintoja ja pohditaan niiden mahdollisia vaikutuksia.

**”Paremmän ja turvallisemman elämän saavuttamiseen on tehtävä töitä ja sitouduttava yhä tiukemmin. Toivon mukaan tulevaisuudessakin mahdollisimman moni tulee mukaan maailmanlaajuiseen vapaaehtoistoiminnan liikkeeseen. Jokaisella meillä on jotain jaettavaa.” (Pessi & Oravasaari 2010: 7-8.)**

- **Kofi Annanin vapaaehtoistyön kansainvälisen teemavuoden 2001 juhlapuheesta**

## 11 LÄHTEET

- Aalto, S. 2010. Suomen Punainen Risti. Omaishoitajan rinnalla - vapaaehtoistoimintaa ja koulutusta. Vapaaehtoisten tukea ja toimintaa. [WWW-dokumentti]. <[http://www.redcross.fi/apuajatukea/omaishoitajalomitus/vapaaehtoisetpalvelut/fi\\_FI/vapaaehtoisetpalvelut/](http://www.redcross.fi/apuajatukea/omaishoitajalomitus/vapaaehtoisetpalvelut/fi_FI/vapaaehtoisetpalvelut/)>. (Viitattu 31.10.2010).
- Aaltonen, E. 2008. Etuuksien ja palvelujen suhde omaishoidossa. Teoksessa Arajärvi, P & Särkelä, R. (toim.) Leipää ja lämpöä. Näkökulmia sosiaaliturvan uudistamiseksi. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry.
- Alaranta, M. & Matikainen, A. 2008. Arjen ankkurit. Vapaaehtoinen omaishoitajan ja hoidettavan tukena. Helsinki: Eläkeliitto ry.
- Arjen ankkurina - vapaaehtoinen omaishoitajan ja hoidettavan läheisauttajana -hanke. Pro gradu -työ: Jyväskylän yliopisto, yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos.
- Auttamisen iloa. Palvelevan vapaaehtoistoiminnan opas. 2008. Eläkeliitto ry. Helsinki: Multi-print.
- Engeström, Y. 2009. Lupaava kotihoito. Juva: PS-kustannus.
- Eskola, J. 2010. Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat. Laadullisen tutkimuksen aineiston analyysi vaihe vaiheelta. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.). Ikkunoita tutkimusmetodeihin. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2005. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus.
- Eskola, J. & Vastamäki, J. 2010. Teemahaastattelu: Opit ja opetukset. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.). Ikkunoita tutkimusmetodeihin. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Eurooppalainen vapaaehtoistyön teemavuosi 2011. Kansalais Areena Ry. [WWW-dokumentti]. <[www.kansalaisareena.fi/index.php?sivu=EUvapaaehtoisvuosi2011](http://www.kansalaisareena.fi/index.php?sivu=EUvapaaehtoisvuosi2011)>. (Viitattu 28.11.2010).
- Gothoni, R. 2009. Anna ja Arvo. Tutkimus yhteisvastuuhankkeen toteutumisesta. Helsinki: Erveko painotuote Oy.
- Grönfors, M. 2010. Havaintojen teko aineistonkeräyksen menetelmänä. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.). Ikkunoita tutkimusmetodeihin. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hakkarainen, K. 2003. Vapaaehtoisten tukeminen ja ohjaus. Vapaaehtoisten virkistys ja paljautseminen. Teoksessa Hakkarainen, P. (toim.) 2003. Tukea ja mahdollisuuksia vapaaehtoistoiminnalle. Kansalaisareena ry. Helsinki: Riihimäen kirjapaino Oy.
- Hakkarainen, P. & Syrjänen, K. 2003. Vapaaehtoistoiminta. Vapaaehtoistoiminnan merkitys vapaaehtoiselle. Teoksessa Hakkarainen, P. (toim.) 2003. Tukea ja mahdollisuuksia vapaaehtoistoiminnalle. Kansalaisareena ry. Helsinki: Riihimäen kirjapaino Oy.
- Harju, A. 2005. Kansalaisyhteiskunta vapaaehtoistoiminnan innoittajana. Teoksessa Nylund, M. & Yeung, A. 2005. Vapaaehtoistoiminta, anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Gummerus kirjapaino Oy.
- Harju, U-M., Niemelä, P., Ripatti, J., Siivonen, T. & Särkelä, R. 2001. Vapaaehtoistoiminta seurakunnassa ja järjestöissä. Helsinki: Edita.

- Heinonen, T. 10.11.2008. Muutosvoimaa vanhustyön osaamiseen - projektiesite.
- Hirsijärvi, S. & Hurme, H. 2008. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Hirsijärvi, S. Remes, P & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Hyvärinen, P. & Mervi, L. 2009. Vanhusten hyvinvoinnin edistäminen vapaaehtoistoiminnan ja kotihoidon yhteistyönä. Vantaa: Laurea
- Häikiö, L. & Niemenmaa, V. 2007. Valinnan paikat. Teoksessa Laine, M. (toim.) & Bamberg, J. (toim.) & Jokinen, P. (toim.). Tapaustutkimuksen taito.
- Ikäihmisten palvelujen laatusuositus. 2008. Sosiaali- ja terveysministeriö. Kuntaliitto. Helsinki: Yliopistopaino.
- Ikäinstituutin www-sivut. Vapaaehtoiseksi seniorina tietopankki [WWW-dokumentti]. <<http://www.vapaaehtoiseksiseniorina.fi/jarjestoille/vakuutukset+ja+kustannukset/>>. (Viitattu 21.9.2010).
- Joensuu, A. Jokinen, A. & Mäkelä, N. 2009. Espoon vapaaehtoisverkoston alkuvaiheen verkostoituminen. Opinnäytetyö. Otaniemi: Laurea. [PDF-dokumentti]. >[https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/6965/Joensuu\\_Anna.pdf?sequence=1](https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/6965/Joensuu_Anna.pdf?sequence=1)<. (Viitattu 3.10.2010).
- Julkunen, R. 2008. Kaikista huolta. teoksessa. Arajärvi, P & Särkelä, R. Leipää ja lämpöä. Näkökulmia sosiaaliturvan uudistamiseksi. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry.
- Jyväkorpi, P. & Pöllänen, M. 2000. Yksi hyvä. Tienviittoja vanhustyön käytäntöihin. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Karimäki, J., Kumpula-Natri, M., Kuusisto, M., Lauslahti, S., Mieto, J., Nylander, M., Saari-  
nen, M., Taimela, K., Taiveaho, S., Tallqvist, T. & Uotola, K. 2010. Eduskunnan vapaaehtois-  
toiminnan tukiryhmä. Vapaaehtoistoiminta ja järjestöjen toimintaedellytykset turvattava  
hallitusohjelmassa. Suomen nuorisoyhteistyö. Alianssi. [WWW-dokumentti].  
>[www.alli.fi/sivu.php?artikkeli\\_id=5476](http://www.alli.fi/sivu.php?artikkeli_id=5476)<. (Viitattu 17.10.2010).
- Kettu, P. 2009. Parisuhdetyössä toimivien vapaaehtoisten motivaatio ja sitoutuminen. Tutki-  
mus HNMKY:n parisuhderyhmien ryhmänjohtajista. Teologinen tiedekunta. Pro Gradu.
- Kinnunen, E. 27.5.2009. Omaishoidontuki. [WWW-dokumentti].  
< [http://www.vantaa.fi/i\\_listasivu.asp?path=1;220;4721;8842](http://www.vantaa.fi/i_listasivu.asp?path=1;220;4721;8842)>. (Viitattu 2.10.2010).
- Kirkon diakonia ja yhteiskuntatyö. Diakonia Suomessa. Kirkon keskushallinto. [WWW-  
dokumentti]. >[http://www.evl.fi/kkh/to/kdy/diakonia\\_suomessa.html](http://www.evl.fi/kkh/to/kdy/diakonia_suomessa.html)>. (Viitattu 12.7.2010).
- Kirkon vanhustyön strategia 2015. 2005. [PDF-dokumentti]. >[http://www.anna-  
arvo.fi/liitteet/annaarvo-koulutus-1.pdf](http://www.anna-arvo.fi/liitteet/annaarvo-koulutus-1.pdf)<. (Viitattu 29.6.2010).
- Koskiaho, B. 2001. Sosiaalipolitiikka ja vapaaehtoistyö. Teoksessa Eskola, A. & Kurki, L. 2001. Vapaaehtoistyö auttamisena ja oppimisena. Tampere: Vastapaino.
- Kurki, L. 2001. Kasvaminen palvelutehtävään - sosiaalipedagoginen katse vapaaehtoistyöhön. Teoksessa. Eskola, A. & Kurki, L. 2001. Vapaaehtoistyö auttamisena ja oppimisena. Tampere: Vastapaino.
- Kutsukirje vapaaehtoisille.2009. ”Etsimme omaishoitajille tuuraaajia!” - kutsukirje 17.11.2009. pidettävään vapaaehtoisten iltamaan ja vapaaehtoistehtävään. Vantaa. Julkaisematon.

- Kuula, A. 2006: Tutkimusetiikka - aineiston hankinta, käyttö ja säilytys. Jyväskylä: Vastapaino.
- Laamanen, M. 2004. Vapaaehtoistoiminnan kehittämisedellytysten kartoitus Kirkkonummen kotihoidossa. Diakoninen sosiaali- terveys- ja kasvatustieteiden koulutusohjelma. Sosionomi. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Lahtinen, P. 2003. Ihminen on tärkein instrumentti. Työnohjaus vapaaehtoisessa tukihenkilötyössä. Suomen mielenterveysseura. Vantaa: SMS-Tuotanto Oy.
- Lahtinen, P. 2009. Ikääntyvät ihmiset ja vapaaehtoistyö. Teoksessa Myllymaa, T. & Porkka, S-T. (toim.). 2009. Muutos ja pysyvyys vapaaehtoistyössä. Laadukasta kulttuuria vapaaehtoistyöhön - hanke. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura.
- Lahtinen, P. 2008. Omainen auttajana. Omaishoitajan kasvu. Suomen Mielenterveysseura. Helsinki: Libris Oy.
- Laine, S. 2009. Mentorointi vapaaehtoistyössä. Teoksessa Myllymaa, T. & Porkka, S-T. (toim.). 2009. Muutos ja pysyvyys vapaaehtoistyössä. Laadukasta kulttuuria vapaaehtoistyöhön - hanke. Suomen Mielenterveysseura. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura.
- Laine, M. (toim.) & Bamberg, J. (toim.) & Jokinen, P. (toim.) 2007. Tapaustutkimuksen käytäntö ja teoria. Teoksessa Tapaustutkimuksen taito. Helsinki: Gaudeamus.
- Lappalainen, S. 2007. Johdanto. Mikä ihmeen etnografia? Teoksessa. Hynninen, P., Kankkunen, T., Lahelma, E. & Tolonen, T. (toim.). Etnografia metodologiana. Lähtökohtana koulutuksen tutkimus. Tampere: Vastapaino.
- Lemberg, R. Seurakuntalaisten kirkko. Teoksessa Enemmän kuin työmuoto. Vapaaehtoistoiminta kirkossa. Kirkkohallitus. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Lehtinen, T. 2010. Vapaaehtoistoiminta. [WWW-dokumentti]  
<[http://www.vantaa.fi/i\\_perusdokumentti.asp?path=1;220;4720;4730](http://www.vantaa.fi/i_perusdokumentti.asp?path=1;220;4720;4730)<  
<[http://www.vantaa.fi/i\\_perusdokumentti.asp?path=1;135;137;220;4720;4730;4946](http://www.vantaa.fi/i_perusdokumentti.asp?path=1;135;137;220;4720;4730;4946)<. (Viitattu 30.11.2010).
- Lehtonen, E. & Tommola, S. 2008. Arjen ankkurina. Opas iäkkäässä omaishoitoperheessä toimivalle vapaaehtoiselle. Helsinki: Eläkeliitto ry.
- Lindqvist, M. 2002. Vanheneminen, etiikka ja elämänarvot. Teoksessa. Heikkinen, E & Marin, M. Vanhuuden voimavarat. Helsinki: Tammi.
- Lötjönen, U. & Kivimäki, I. 2009. Kirkko tänään. Suomen evankelisluterilainen kirkko. Uusimaa: Kirkon tiedotuskeskus. [PDF-dokumentti].  
>[http://evl.fi/EVLfi.nsf/Documents/1EAA24B3116B7B78C22575AF003B59FA/\\$file/KirkkoTanaa n2009.pdf](http://evl.fi/EVLfi.nsf/Documents/1EAA24B3116B7B78C22575AF003B59FA/$file/KirkkoTanaa%202009.pdf)< (Viitattu 3.9.2010).
- Makkonen, M. 2008. Osallistumisen iloa ja omia rajoja. Eläkeläiset vapaaehtoistoiminnassa. Sosiologian Pro gradu. Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos. Helsinki: Eläkeliitto Ry.
- Malinen, H. & Tulikallio, T. 2010. Vapaaehtoistoiminta, hyvin organisoituna valtava voimavara. Esimerkkejä vapaaehtoistoiminnasta Helsingin kaupungin palvelukeskuksissa. [PDF-dokumentti].  
>[http://www.kansalaisareena.fi/Vapaaehtoistoiminta\\_aukeamittain121009.pdf](http://www.kansalaisareena.fi/Vapaaehtoistoiminta_aukeamittain121009.pdf)>. (Viitattu 16.6.2010).

Malmsten, A. 2007. Rajaaminen. Teoksessa Laine, M. (toim.) & Bamberg, J. (toim.) & Jokinen, P. (toim.). Tapaustutkimuksen käytäntö ja teoria. Helsinki: Gaudeamus.

Marjakangas, S. 2008. Vapaaehtoistyö ja verkostot vanhusten ja omaishoitajien tukena ”Se on niin kuin avun laittamista pankkiin”. Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto ry. [WWW-dokumentti]. <[http://valli.webfellows.fi/projektit/ydin/projektikohteet\\_mantykoti.html](http://valli.webfellows.fi/projektit/ydin/projektikohteet_mantykoti.html)>. (Viitattu 4.6.2010). [PDF-dokumentti]. ><http://www.mantykoti.fi/media/Esitteet%20ja%20lehtiartikkelit/Ytimen%20arvointiraportti.pdf><. (Viitattu 4.6.2010).

Miikkulainen, P., Ruuskanen, P. & Palviainen, M. 2001. Tukea vapaaehtoiselle toiminnalle. Projektin loppuraportti. Selvitys maallikkoasiamiestoiminnan, vapaaehtoistoiminnan ja oma-aputoiminnan tarvitsemasta tuesta ja paikallisten vapaaehtoiskeskusten kehittämistarpeesta Pohjois-Savon kunnissa Kansalaisareena ry. Kuopio: Multiprint.

Monikasvoinen kirkko. Suomen evankelis-luterilainen kirkko vuosina 2004-2007. 2008. Kirkon tutkimuskeskuksen julkaisuja 103. Tampere: Kirkon tutkimuskeskus. [PDF-dokumentti]. <[http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/4D9073DDB9C38745C22576F20030A70E/\\$FILE/Monikasvoinen%20kirkko.pdf](http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/4D9073DDB9C38745C22576F20030A70E/$FILE/Monikasvoinen%20kirkko.pdf)>. (Viitattu 6.7.2010).

Mykkänen-Hänninen, R. 2007. Vapaaehtoistyön rajapinnoilla. Helsinki: Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia.

Möttönen, S. & Niemelä, J. 2005. Kunta ja kolmas sektori. Yhteistyön uudet muodot. Keuruu: PS-kustannus.

Niemelä, A-L., Paulig, O. & Lyytinen, A-L. 2007. Omaishoidon tuuraukokeilu Helsingissä. Helsinki: Helsingin kaupungin terveyskeskus.

Nikula, T. 2008. Ankkurina arjessa. Tutkielma ikääntyvien vapaaehtoisten ja omaishoitoperheiden kokemuksista. Pro Gradu. Turun yliopisto. Sosiologia. Helsinki: Eläkeliitto ry.

Nylund, M & Yeung, A. 2005. Vapaaehtoistoiminnan anti, arvot ja osallisuus murroksessa. Teoksessa Nylund, M. & Yeung, A. Vapaaehtoistoiminta, anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Gummerus kirjapaino Oy.

Omaishoito kehittyi. ”Kehittämiskohteet ja kokemukset” - diaesitys syyskuu 2010. Vantaa. Julkaisematon.

Omaishoito kehittyi. Osaprojektin projektisuunnitelma. 3.12.2008. Muutosvoimaa vanhustyön osaamiseen. Vantaa.

Palvelurakenteen kehittämisohjelma. Vanhusten sosiaali- ja terveystalvelujen kehittämisohjelma. 2010. Vantaa.

Pasma, M. 2006. Diakonian ja lähetyksen vapaaehtoistyö. Teoksessa Enemmän kuin työmuoto. Vapaaehtoistoiminta kirkossa. Kirkkohallitus. Helsinki: Edita Prima Oy.

Peltosalmi, J., Vuorinen, M. & Särkelä, R. &. 2008. Järjestöbarometri 2008. Ajankohtaiskuva sosiaali- ja terveysjärjestöistä. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry. Helsinki: Gummerus kirjapaino Oy.

Pessi, A. 2008. Suomalaiset auttajina ja luottamus avun lähteisiin. RAY:n juhluvuoden kansalaiskyselyjen tulokset. Helsinki: Yliopistopaino.

Pessi, A. & Oravasaari, T. 2010. Kansalaisjärjestötoiminnan ytimessä. Tutkimus RAY:n avustamien sosiaali- ja terveysjärjestöjen vapaaehtoistoiminnasta. Avustustoiminnan raportteja 23. Helsinki: Yliopistopaino.

- Pessi, A. & Saari, J. 2008. Hyvä tahto: auttamisen asenteet ja rakenteet Suomessa. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto.
- Porkka, S-T. 2009. Vapaaehtoistyön työnohjaus. Teoksessa Myllymaa, T. & Porkka, S-T. (toim.) 2009. Muutos ja pysyvyys vapaaehtoistyössä. Laadukasta kulttuuria vapaaehtoistyöhön - hanke. Suomen Mielenterveysseura. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura.
- Porkka, S-T. & Myllymaa, T. 2007. Riskien arviointi vapaaehtoistyössä. Opas yhdistyksille. Laadukasta kulttuuria vapaaehtoistyöhön hanke. Suomen Mielenterveysseura. Helsinki: SMS-Tuotanto
- Porkka, S-T. & Salmenjaakko, J. 2005. Vapaaehtoistyön työnohjauksen järjestäminen. Opas yhdistyksille. Suomen mielenterveysseura. Laadukasta kulttuuria vapaaehtoistyöhön - hanke. Vantaa: Dark Oy.
- Purhonen, M. 1995. Omaishoitajien tukemisen haasteet. Raportti kotimiestoimintaprojektista. Omaishoitajat ja Läheiset ry.
- Rajaniemi, J. 2009. Kysely järjestöjen ikääntyneiden vapaaehtoistoimintaan osallistumisesta. Ikäinstituutti. [WWW-dokumentti]. >[http://www.ikainst.fi/sivu.php?artikkeli\\_id=443](http://www.ikainst.fi/sivu.php?artikkeli_id=443)>. (Viitattu 16.12.2010).
- Rajaniemi, J. Vapaaehtoistoiminnan paikka. Pohdintoja järjestö- ja vapaaehtoistoiminnan käsitteistä. Vavero-hanke 2007-2010. Ikäinstituutti. [WWW-dokumentti]. < <http://www.vapaaehtoiseksiseniorina.fi/tutkimusta/kasitteet/>>. (Viitattu 22.9.2010).
- Raninen, A., Raninen, T., Toni, I. & Tornaesus, G. 2008. Mathildan muodonmuutos. Kansalais- ja vapaaehtoistoiminnan uudet kasvot. Sosiaali- ja terveysjärjestöjen yhteistyöyhdistys YTY. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.
- Ruohonen, M. 2003. Järjestöt vapaaehtoistoiminnan areenoina ja mahdollistajina. Teoksessa Niemelä, J. & Dufva, V. Hyvinvoinnin arjen asiantuntijat. Sosiaali- ja terveysjärjestöt uudella vuosituhanalla. Juva: WS Bookwell Oy, PS-kustannus.
- Salmi, L. 29.5.2007 Ammatillisesti ohjattu vapaaehtoistyö. Teoksessa Vapaaehtoistoiminta kotoutumisen tukena. Suomen Punainen Risto. [PDF-dokumentti]. <<https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/4884/Oppari%20vikaversio.pdf?sequence=1>>. (Viitattu 25.8.2010).
- Samulin, H. 2006. Vapaaehtoisten koulutus ja ohjaus. Teoksessa Enemmän kuin työmuoto. Vapaaehtoistoiminta kirkossa. Kirkkohallitus. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Rintala, A. Omaishoito Vantaalla - diaesitys: 21.9.2010. Tikkurilan Laurea. Vantaa. Julkaisu-maton.
- Saaranen- Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2009. Menetelmäopetuksen tietovaranto. Kvalitatiivisten menetelmien verkko- oppikirja. Tampere. Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Tampereen Yliopisto. [PDF-dokumentti]. <[http://www.fsd.uta.fi/julkaisut/motv\\_pdf/KvaliMOTV.pdf](http://www.fsd.uta.fi/julkaisut/motv_pdf/KvaliMOTV.pdf)>. (Viitattu 3.6.2010).
- Salanko-Vuorela, M., Purhonen, M., Järnstedt, P. & Korhonen, A. 2006. Selvitys omaishoidon tilanteesta 2006: " Hoitaahan ne joka tapauksessa". Omaishoitajat ja Läheiset - Liitto ry. Helsinki: Kehitys Oy.
- Salomaa, S. 2009. Vapaaehtoistyön kehittämishanke. Vapaaehtoistoiminta sosiaaliviraston palveluiden tukena Länsi-Helsingissä? Opinnäytetyö. Sosionomi ylempi AMK. Järvenpää: Diakonia ammattikorkeakoulu.
- Sariola, Y. 2008. Lupa Vanheta. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Savolainen, H. 2006. Hyvinvoivat vapaaehtoiset. Teoksessa Enemmän kuin työmuoto. Vapaaehtoistoiminta kirkossa. Kirkkohallitus. Helsinki: Edita Prima Oy.

Siivonen, S. 2000. Kotilomituspalvelu omaishoitajan ja dementoituneen läheisen kotihoidon tukena. Omaishoitajien kokemuksia kotilomituspalvelusta dementoituneen läheisen kotona hoitamisen arjessa. Pro Gradu. Jyväskylä.

Soininen, P. 2008. Lähimmäisyys vanhuksen ja vapaaehtoisen kohtaamisessa. Pro gradu. Teologinen tiedekunta. Teologinen etiikka ja sosiaali etiikka. Helsinki: Helsingin yliopisto.

Sorri, H. 2005. Elämän käänneet. Arvojen ja identiteettien muutokset. Teoksessa Nylund, M. & Yeung, A. 2005. Vapaaehtoistoiminta, anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Gummerus kirjapaino Oy.

Strategiaopas seurakunnille. ev.lut. kirkon kirkkohallituksen julkaisuja 2009

Syrjänen, K. Vapaaehtoisten tukeminen ja ohjaus. Vapaaehtoisten jaksaminen. Teoksessa Hakkarainen, P. (toim.) 2003. Tukea ja mahdollisuuksia vapaaehtoistoiminnalle. Kansalaisareena ry. Helsinki: Riihimäen kirjapaino Oy.

Syrjänen, K. Vapaaehtoisten tukeminen ja ohjaus. Vapaaehtoisten työnohjaus. Teoksessa Hakkarainen, P. (toim.) 2003. Tukea ja mahdollisuuksia vapaaehtoistoiminnalle. Kansalaisareena ry. Helsinki: Riihimäen kirjapaino Oy.

Tepponen, P. 2003. Yli 75- vuotiaiden kotihoidon asiakkaiden palvelujen toteutuminen pääkaupunkiseudulla. Tutkimus Espoon, Helsingin ja Vantaan kaupungeissa. Väitöskirja. Lääketieteellinen tiedekunta. Yleislääketieteen ja perusterveydenhuollon osasto. Helsingin yliopisto

Terveiden edistämisen laatusuositus. 2006. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki: Yliopistopaino.

Utti, E-J. 2008. Vapaaehtoistyöntekijän sitoutuminen lastensuojelun tukihenkilötoiminnassa. Pro Gradu tutkielma. Sosiaalipsykologia. Valtiotieteellinen tiedekunta. Helsingin yliopisto.

Vanhustyö - Haaste seurakunnalle. Selvitys vanhustyön strategianjalkautumisesta. 2009. Kirkkohallitus. [PDF-dokumentti]. > <http://www.ev.fi/kkh/to/kdy/vanhustyonselvitys.pdf><. (Viitattu 3.7.2010).

Vantaan ev.lut. seurakunnat.-” Suurella sydämellä ” - www-sivut. 2010. [WWW-dokumentti]. <[www.vantaa.suurellasydämellä.fi](http://www.vantaa.suurellasydämellä.fi)> (Viitattu 3.6.2010).

Vantaan ikääntymispoliittinen ohjelma 2010 - 2015. 2010. Vantaa vanhenee viisaasti. Viksu - Ikääntymispoliittinen ohjelma - ja toimeenpanosuunnitelma. Vantaa.

Vantaan vanhustenhuollon nykytila ja kehittämissuunnitelma 1999-2010. 1999. Strategiset päämäärät. Vantaa: Sosiaali- ja terveydenhuollon toimiala.

Vuorinen, K. 2005. Etnografia. Teoksessa Ovaska, S., Aula, A. & Majaranta, P. (toim.) Käytettytutkimuksen menetelmät. Tampere: Tampereen yliopisto.

Vuorinen, M., Särkelä, R., Peltosalmi, J. & Eronen, A. 2007. Järjestöbarometri 2007. Ajankohtaiskuva sosiaali- ja terveysjärjestöistä. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry. Helsinki: Hakapaino Oy.

Vuorinen, M., Särkelä, R. & Peltosalmi, J. 2009. Järjestöbarometri 2009. Ajankohtaiskuva sosiaali- ja terveysjärjestöistä. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry. Helsinki: Fram.

Yeung, A. 1999. Valmius vapaaehtoistyöhön. Tutkielma Pelastusarmeijan mainoskampanjan innoittamista vapaaehtoistyöntekijöistä. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto. Helsinki: Paino Hakapaino.

Yeung, A. 2002. Vapaaehtoistoiminta osana kansalaisyhteiskuntaa - Ihanteita vai todellisuutta? Tutkimus suomalaisten asennoitumisesta ja osallistumisesta vapaaehtoistoimintaan. Sosiaali- ja terveystyöyhdistys YTY ry. Helsinki: Hakapaino.

Yeung, A. 2004. Individually Together. Volunteering in Late Modernity: Social work in the Finnish Church. The Finnish Federation for Social Welfare and Health. Helsinki: Gummerus.

Yeung, A. 2005. Tutkimustyökaluja vapaaehtoisuuden mysteeriiin. Vapaaehtoistoiminnan timantti. Miten mallintaa motivaatiota? Teoksessa Nylund, M. & Yeung, A. 2005. Vapaaehtoistoiminta, anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Gummerus kirjapaino Oy.



## 12 LIITTEET

Liite 1. Tutkimuslupa.....	105
Liite 2. Sopimus opinnäytetyöstä .....	107
Liite 3. Haastattelupyyntökirje vapaaehtoisille .....	109
Liite 4. Suostumus opinnäytetyön haastatteluun osallistumisesta .....	110
Liite 5. Teemahaastattelurunko vapaaehtoisille .....	111
Liite 6. Opinnäytetyöprosessin kulku.....	113

## Tutkimuslupa



VANTAAN KAUPUNKI  
VANDA STAD

VIRANHALTIJAN PÄÄTÖS 31 /2010 1 (2)

Dno SOSTER 1757/2010/092

9.4.2010

Sosiaali- ja terveystoimi/Vanhus- ja vammaispalvelut  
Vanhus- ja vammaispalvelujen johtaja Matti Lyytikäinen

**Tutkimuslupa/Vapaaehtoisten motivaatio, osallisuus ja tukeminen - Tapaustutkimus iäkkäitä omaishoitoperheitä auttavista seurakunnan vapaaehtoisista/Sini Hedman**

Tutkimuksen tavoitteena on kartoittaa kotilomituspilottiin osallistuneiden seurakunnan vapaaehtoisten kokemuksia toiminnan mielekkyydestä. Tutkimuksessa pyritään selvittämään sitoutumiseen ja motivaatioon vaikuttavia seikkoja. Pohditaan vapaaehtoisten tukemisen merkitystä. Tavoitteena on hahmottaa minikälaista huomioita ja tukimuotoja erilaiset kotilomituksia iäkkäisiin kotilomitusperheisiin tekevät vapaaehtoiset ovat saaneet ja voisiko niitä jotenkin kehittää.


**Päätös**

Myönnän Sini Hedmanille luvan tutkimuksen suorittamiseen liitteenä olevan lomakkeen mukaisin tiedoin.

Tutkimustyön valmistuttua siitä toimitetaan 1 kpl vanhus- ja vammaispalvelujen tulosalueelle.

**Täytäntöönpano:**

Sini Hedman  
Marja Ruotsalainen  
Pia Sallinen  
Anna-Liisa Korhonen  
sosiaali- ja terveyslautakunta

Päiväys Vantaa 9.4.2010  
Allekirjoitus   
Nimen selvennys Matti Lyytikäinen  
Virka-asema Vanhus- ja vammaispalvelujen johtaja

**Oikaisuvaatimusosoitus**

Päätökseen tyytymätön, jonka oikeutta, etua tai velvollisuutta (asianosainen) asia koskee, saa hakea siihen muutosta oikaisuvaatimuksin. Myös kunnan jäsen voi tehdä oikaisuvaatimuksen. Oikaisuvaatimuksessa on mainittava vaatimus ja perustelut ja siihen on liitettävä muutoksenhakijan tarpeelliseksi katsomat asiakirjat.

Oikaisuvaatimus on tehtävä 14 päivässä sosiaali- ja terveyslautakunnalle. Määräaika alkaa asianosaiselle siitä, kun hän on saanut päätöksen tiedoksi, ja kunnan jäsenelle siitä, kun päätös on asetettu yleisesti nähtäville. Jollei asianosainen tai viranomainen muuta näytä, viranhaltijan päätöksen katsotaan saapuneen asianosaisen tiedoksi seitsemäntenä päivänä siitä, kun päätös on annettu postilaitoksen kuljetettavaksi. Tiedoksisaantipäivää ei lueta määräaikaan.



VANTAA KAUPUNKI  
VANDA STAD

VIRANHALTIJAN PÄÄTÖS 31 /2010 2 (2)

Dno SOSTER 1757/2010/092

9.4.2010

Sosiaali- ja terveystoimi/Vanhus- ja vammaispalvelut  
Vanhus- ja vammaispalvelujen johtaja Matti Lyytikäinen

Oikaisuvaatimus on muutoksenhakijan vastuulla toimitettava sosiaali- ja terveyslautakunnan kirjaamoon osoitteeseen Peltolantie 2 D, 01300 Vantaa tai sähköpostitse osoitteella: kirjaamo.sosiaali-terveystoimi@vantaa.fi, viimeistään määräajan viimeisenä päivänä ennen viraston aukioloajan päättymistä. Oikaisuvaatimukseen on liitettävä päätös sekä myös selvitys tiedoksisaantipäivästä, jos muutoksenhakija katsoo tämän tarpeelliseksi. Oikaisuvaatimus on allekirjoitettava ja siinä on ilmoitettava osoite, minne oikaisuvaatimuksen johdosta annettava päätös lähetetään.

Sähköistä asiakirjaa ei tarvitse täydentää allekirjoituksella, jos asiakirjassa on tiedot lähettäjältä eikä asiakirjan alkuperäisyyttä tai eheyttä ole syytä epäillä.

Asianosainen saa esittää päätöksen tehneelle/esitellelle viranhaltijalle päätöksen muuttamista, jos hän katsoo, että päätöksessä on asia- tai kirjoitusvirhe - hallintolaki, 50 § ja 51 § (434/2003). Vain valmistelua, täytäntöönpanoa, virkaehtosopimuslain tai virkaehtosopimuksen soveltamista tai muuta erikseen laissa määriteltyä vastaavaa asiaa koskevin osin päätökseen ei saa tehdä oikaisuvaatimusta tai valitusta - kuntalaki 91 § (365/1995), kunnallinen virkaehtosopimuslaki, 26 § (691/1970). Päätöksen tehnyt/esitelty viranhaltija antaa lisätietoja asiasta - hallintolaki, 44 § (434/2003).

#### Päätöspöytäkirja yleisesti nähtävänä

Aika ja paikka 20.4.2010 klo 12-14, Sosiaali- ja terveystoimi, Peltolantie 2 D, 01300 Vantaa  
Todistaja Tiina Töyrylä

#### Päätöspöytäkirjan oikeaksi todistaminen

Allekirjoitetun ja edeltäkäs in ilmoitettuna aikana nähtävänä olleen päätöspöytäkirjan oikeaksi todistaa:

Päiväys Vantaa 9.4.2010  
Allekirjoitus *Tiina Töyrylä*  
Nimen selvennys Tiina Töyrylä  
Virka-asema *sihteeri*

#### Tiedoksianto asianosaiselle:

Lähetetty tiedoksi kirjeellä (kuntalaki 95 §)

Asianosainen: *Lini Hedman*

Annettu postin kuljetettavaksi Vantaa 13.4.2010

Tiedoksiantaja: *S. Tuomonen*



## Sopimus opinnäytetyöstä

Opinnäytetyön aihe ja tarkoitus ja jos on osa laajempaa hanketta, yhteys sen tavoitteisiin.

Opinnäytetyön tarkoitus on kartoittaa tuurauspilottiin osallistuneiden seurakunnan vapaaehtoisten sitoutumiseen vaikuttavia tekijöitä. Pyrin selvittämään vapaaehtoisten motivaatiota mutta paneudun tutkimuksessani etenkin vapaaehtoisten tukemisen merkityksiin. Aion selvittää vapaaehtoisilta kokemuksia pilotin puitteissa saadusta tuesta. Kysyn heiltä myös toiveita ja kehitysideoita siitä, kuinka tukimuotoja voitaisiin jatkossa kehittää vapaaehtoisille, jotka tekevät tuurauksia iäkkäisiin omaishoitoperheisiin.

Pilotti on käynnistetty syyslukukaudella 2009 kotihoidon ja seurakunnan yhteistyönä. Omaishoitajien tuurauksiin ilmoittautui 13 vapaaehtoista. Heille on järjestetty kaksi yhteistä tapaamista marraskuussa ja tammikuussa. Ensimmäisellä kerralla paikalla oli yhdeksän vapaaehtoista ja toisella kerralla seitsemän vapaaehtoista. Noin kahdeksan vapaaehtoista on toiminut omaishoitoperheiden tukena maaliskuuhun mennessä.

Vapaaehtoisten tarkoituksena on tuurata omaishoitajia 1-4 tunnin ajan, niin että omaishoitajilla olisi mahdollisuus päästä halutessaan esimerkiksi asioille. He voivat halutessaan myös tarjota ulkoiluapua tai tarvittaessa auttaa pienissä arkiaskareissa. Vapaaehtoisten tuuraajien toimenkuvaan eivät kuulu hoitotoimenpiteet tai kodinhoidolliset tehtävät kuten siivous.

Vapaaehtoisten tuuraukset kuuluvat osaksi vuonna 2008-2010 toteutettavaan ”Omaishoito kehitty” - projektiin. Sen tavoitteena on kehittää erilaisia rahallisen tuen ulkopuolisia tuki- ja palvelumuotoja kaikkien omaishoitoperheiden tukemiseksi Vantaalla. ”Omaishoito kehitty” - projektin päätoimijoita ovat Vantaan kaupunki, Laurea -ammattikorkeakoulu ja Aalto-yliopiston kauppakorkeakoulu mutta yhteistyötä tehdään myös muiden tahojen kuten seurakunnan, järjestöjen ja vapaaehtoisten kanssa

## Opinnäytetyön toteutustapa

Haastattelen kaikkia halukkaita pilotissa toimivia ja omaishoitoperheissä tuurauksia maaliskuuhun mennessä tehneitä vapaaehtoisia. Toteutan seitsemän teemahaastattelua, joista kuusi on yksilöhaastattelua ja yksi parihaastattelua.

Lisäksi olen ollut mukana pilotin suunnittelupalavereissa sekä osallistunut vapaaehtoisille järjestettyihin iltamiin, joista olen tehnyt muistioita. Käytän tilaisuuksista tekemiäni havaintoja ja kirjallisia muistiinpanoja opinnäytetyöni taustamateriaalina.

## Alustava aikataulu

Toteutan teemahaastattelut maalishutikuussa ja niiden alustavan analyysin teen keväällä. Teoriaa kirjoitan vähänkerrassaan keväällä, kesällä ja alkusyksystä. Tavoitteenani on palauttaa työ lokakuussa arvioitavaksi.

### Miten tuloksia tullaan hyödyntämään

Opinnäytetyötäni voidaan käyttää pilotin arvioinnissa. Selvitystäni on mahdollisuus hyödyntää etenkin omaishoitoperheitä auttavien vapaaehtoisten tukimuotojen kehittämistyössä muualla Vantaalla, jonne pilotin ideaa mahdollisesti levitetään. Vuoden 2010 loppupuoliskolla on tarkoitus käynnistää vapaaehtoisten tuurauksia esimerkiksi Tikkurilassa. Tutkimustuloksia voi käyttää myös seurakunnan tulevassa vapaaehtoisuustyössä ja laajemminkin vapaaehtoistyön kehittämiseen. Opinnäytetyö antaa ideoita ja suuntaviivoja, mitä vapaaehtoisten hyödyntäminen edellyttää ja kuinka vapaaehtoisia voisi jatkossa huomioida ja tukea.

### TYÖELÄMÄN YHTEYSHENKILÖN ROOLI OPINNÄYTETYÖSSÄ

(Esim. tausta-aineistojen, tilojen ja materiaalien käyttö, avustaminen haastateltavienhankinnassa, osallistuminen opinnäytetyön ohjaamiseen, arviointiin jne.)

Diakoni avustaa minua haastateltavien hankinnassa. Hänen kanssaan hoidan haastattelupyyntökirjeiden postituksen ja hän auttaa minua varaamaan rauhallisen paikan haastatteluja varten seurakunnan tiloista. Lisäksi saan häneltä tausta-aineistoa opinnäytetyöhöni (esim. Vapaaehtoistoiminnan hyvät käytännöt Vantaan seurakunnassa yms.)

Kotihoidon esimies auttaa osin taustamateriaalin hankinnassa (esim. Vapaaehtoistoimijan kohtaaminen työssä henkilökunnan koulutusmateriaalia, Projektityö omaishoitajuiden tukemiseksi Vantaan alueella -kooste, ”Omaishoito kehittyi”- pajojen yhteenvedot yms.)

Molemmat tiedottavat minulle pilottiin ja opinnäytetyöhöni liittyvistä asioista ja antavat myös palautetta opinnäytetyöprosessista. (esim. teemahaastattelurunko ja haastatteluiden toteutus)

### OPISKELIJAN VASTUUT

Sitoudun toimimaan tutkimus- ja ammattieettisten periaatteiden mukaisesti. Sitoudun pitämään luottamuksellisena tiedonhankinnan yhteydessä saamani yksityishenkilöitä koskevat tiedot ja sellaiset asiakirjat sekä aineistot, mitkä niiden luonteen ja niihin liittyvän salassapito-intressin vuoksi tulee ymmärtää luottamuksellisiksi.

### Opiskelijan muut vastuut

Kirjoittaa kolmesta 2009-2010 vapaaehtoisille järjestetystä tilaisuudesta muistiinpanot ja toimittaa ne pilotin järjestäneille osapuolille. Tiedottaa kaikista oleellisista opinnäytetyöprosessia koskevista asioista ja muutoksista asianomaisia.

Tätä sopimusta on tehty kolme samanlaista kappaletta, yksi kullekin sopijapuolelle.

Paikka ja päiväys \_\_\_\_\_ Vantaa \_\_\_\_\_

Osapuolten allekirjoitukset ja nimenselvennys

Haastattelupyyntökirje vapaaehtoisille

**HYVÄ OMAISHOITOPERHEITÄ TUKEVA SEURAKUNNAN VAPAAEHTOISTYÖNTEKIJÄ**

Opiskelen sosiaalialaa Laurea - ammattikorkeakoulussa Tikkurilan toimipisteessä. Olen mukana kotihoidon ja seurakunnan järjestämässä omaishoitajien tuurauksia koskevassa pilotissa ja osallistun seurakunnassa marraskuussa ja tammikuussa toteutettuihin vapaaehtoisten iltamiin. Teen opinnäytetyötä vapaaehtoisten sitoutumiseen vaikuttavista asioista ja tuentarpeista. Teillä hyvä vapaaehtoinen on keskeistä tietoa siitä, minkälaista toimintaa ja tukea vapaaehtoistyöhön tarvitaan. Tavoitteenani on kartoittaa, mitä tukea olette saaneet ja minkälaista tukea toivotte jatkossa.

Toteutan teemahaastattelut yksilö- ja parihaastatteluina. Haastatteluun tulisi varata aikaa noin 1-1,5h. Haastattelut perustuvat vapaaehtoisuuteen ja ne voidaan keskeyttää tarvittaessa koska tahansa. Sitoudun käsittelemään haastatteluissa esiin tulevia asioita luottamuksellisesti niin, että haastateltavien henkilöllisyys ei paljastu ulkopuolisille. Haastatteluaineisto hävitetään tutkimuksen päätyttyä.

Toivottavasti voitte osallistua haastatteluun auttaen vapaaehtoistoiminnan tukimuotojen kehittämässä. Pyydän asioista kiinnostuneita ottamaan minuun yhteyttä viimeistään 17.2.2010. Haastattelut on tarkoitus toteuttaa maaliskuu- ja huhtikuussa. Tarkemman haastatteluajan ja paikan sovin yhdessä teidän kanssanne.

Päyhteistyökumppaninani pilotissa toimivat:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Suuri kiitos arvokkaasta avustanne!

Vantaalla 29.1.2010  
Sini Hedman

Suostumus opinnäytetyön haastatteluun osallistumisesta

**Opinnäytetyön tekijä:** Sini Hedman

**Opinnäytetyön nimi:** KORSON TUURAUPILOTIN VAPAAEHTOISTEN NÄKEMYKSIÄ SITOUTUMISESTA JA TUENTARPEISTA - Tutkimus iäkkäitä omaishoitoperheitä auttavista seurakunnan vapaaehtoisista (Työnimi)

---

Minulle on selvitetty yllä mainitun opinnäytetyön tarkoitus ja siinä käytettävät tutkimusmenetelmät. Olen tietoinen siitä, että haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista. Olen myös tietoinen siitä, että henkilöllisyyteni ei käy mitenkään ilmi tutkimustuloksista eikä vastauksia voida liittää minuun henkilökohtaisesti.

Suostun osallistumaan haastatteluun ja siihen, että haastattelussa antamiani vastauksia käytetään kyseisen opinnäytetyön tarpeisiin.

---

Päiväys

---

Allekirjoitus ja nimenselvennys

## Teemahaastattelurunko vapaaehtoisille

### Taustatiedot

- Minkälaisia vapaaehtoistyön kokemuksia sinulla on entuudestaan?
  - Tehtävät ja autettavat
  - Kesto ja säännöllisyys
- Miten seuraavat asiat ovat vaikuttaneet pilottiin hakeutumiseen:
  - Aikaisempi vapaaehtoistyön kokemus ja toiminta seurakunnassa
  - Ammatillinen tausta ja elämäkokemus
  - Tämänhetkinen elämäntilanne

### Teema 1: Tuuraukset ja niiden mielekkyys

- Taustatiedot?
  - Tuurauksien määrä, kesto, säännöllisyys
  - Tuurauksista sopiminen
  - Tuurauksien sisältö
- Kuinka mielekkääksi olet kokenut tuurauksien toteuttamisen?
  - Osapuolien toiveiden ja odotuksien vastaavuus ja huomioiminen
  - Mahdollisuus omien kykyjen ja voimavarojen käyttämiseen
  - Vapaaehtoisen roolit ja rajat
- Mikä helppoa ja haastavaa tuurauksissa on ollut? Miksi?
  - Luottamuksen saaminen
  - Kohtaaminen ja vuorovaikutus
  - Elämäkatsomuksen ja hengellisyyden huomioiminen
- Mitä muita ajatuksia ja tunteita tuuraukset ovat herättäneet?

### Teema 2: Vapaaehtoisten motivaatio ja sitoutuminen

- Miten ja miksi lähdit vapaaehtoiseksi tähän pilottiin?
  - Aihepiirin tuttuus, omaishoitajien arvostus
  - Luonteenpiirteet ja persoonallisuus
  - Uusiin ihmisiin tutustuminen, uuden oppiminen
  - Halu toimia seurakunnassa (uskonnollisuus, kirkon arvot)
  - Vastuunotto ja velvollisuudentunne, Muuta?
- Miten koet toiminnan seuraukset ja hyödyt?
  - Mitä koet saavasi osallistuessasi pilottiin ja auttaessasi omaishoitoperheitä?
  - Miten muuten vapaaehtoistoiminta vaikuttaa arkeesi ja elämäsi?
  - Mikä on mielestäsi tuurausten tärkein anti omaishoitoperheille?
  - Mikä on parasta vapaaehtoistoiminnassa?
  - Mikä on mielestäsi vapaaehtoisen rooli omaishoitajien tukijana?
- Mihin asioihin haluat vaikuttaa pilotissa?
  - Autettavien hyvinvointi, päätöksenteko, muuta?
- Miten näet jatkosi omaishoitoperheiden tukijana ja vapaaehtoisena?
- Kerro sinulle mielekkästä tavasta toimia vapaaehtoisena omaishoitoperheiden hyväksi? (kesto, säännöllisyys)



### Teema 3: Vapaaehtoistoiminnan tuki ja mahdollisuudet

#### 3A: Vapaaehtoisten huomioiminen pilotissa

- Mitkä asiat jäivät mieleen vapaaehtoisten iltamista?
- Miten olet ollut yhteydessä pilotin työntekijöihin ja kuinka yhteistyö on sujunut?
- Miten olet kokenut seuraavat asiat pilotissa?
  - *iltamissa saatu perehdytys, ohjeistus ja käytännön vinkit*
  - *tiedotus*
  - *kokemusten vaihto tuurauksista*
  - *palautteen saaminen*
  - *kannustus ja henkinen tuki*
  - *käytännön apu ja tuki*
- Miten olet saanut mahdollisuuden tuoda esille tuurauksia koskevia ajatuksia?
- Mitä muuten vapaaehtoistyötäsi on huomioitu pilotissa?

#### 3B: Vapaaehtoistoiminnan puitteiden kehittäminen

- Mitä seuraavista tuenmuotoja toivoisit itse lisää? TAI
- Mitä tukimuotoja vapaaehtoiset - varsinkin kokemattomat - voisivat jatkossa tarvita ja miten niitä voitaisiin kehittää? (Idea pilotin soveltamisesta muualle Vantaalle)
  - *perehdytys ja koulutus*
  - *kirjallinen materiaali*
  - *vertaistuki* (kokemusten ja ajatusten vaihtaminen, henkinen tuki)
  - *mentorointi* (kokeneiden vapaaehtoisten tuki)
  - *työnohjaus*
  - *vapaaehtoisten yhteiset tapahtumat*
- Oletko saanut ja hyödyntänyt kyseisiä tukimuotoja vapaaehtoistoiminnassa aiemmin?
- Mitä muuta vapaaehtoistoiminnan kehittämisessä tulisi huomioida?

## Opinnäytetyöprosessin kulku

### Elokuu 2009:

- 6.8.2009 pilottia koskeva suunnittelupalaveri kolmen omaishoidon parissa työskentelevän työntekijän kanssa. Tapaamisessa pohdittiin mahdollisuuksia järjestää tuurauksia omaishoitajille.
- 20.8.2009 ”Muutosvoimaa vanhustyön osaamiseen”- osaprojektien seminaari.

### Syyskuu 2009:

- 8.9.2009 ”Omaishoito kehitty”- projektin paja. Paikalla oli useita Vantaan kaupungin vanhustyön työntekijöitä.

### Lokakuu 2009:

- 5.10.2009 toinen suunnittelupalaveri. Paikalla olivat seurakunnan diakoni sekä viisi kotihoidon työntekijää. Palaverissa hahmoteltiin pilotin alustavia tavoitteita sekä sovittiin toimijoiden vastuualueista.
- 19.10.2009 ”Muutosvoimaa vanhustyön osaamiseen” seminaari
- 23.10.2009 palaveri kotihoidon esimiehen ja diakonin kanssa. Paikalla käytiin läpi pilottiin ilmoittautuneiden omaishoitoperheiden tarpeita ja toiveita. Diakoni kertoi vapaaehtoisten rekrytointiin liittyvistä haasteista ja onnistumisista.

### Marraskuu 2009:

- 17.11.2009 omaishoitajien tuurauksiin hakeutuneiden seurakunnan vapaaehtoisten ensimmäinen tapaaminen. Tilaisuudessa olivat läsnä yhdeksän vapaaehtoista, kotihoidon esimies, sairaanhoitaja, seurakunnan diakoni sekä kaksi opiskelijaa. Tilaisuudessa tutustuttiin, esiteltiin toiminnan lähtökohtia ja periaatteita sekä jaettiin omaishoitoperheet vapaaehtoisille. Keskustelimme oppinäytetyön aiheesta diakonin ja kotihoidon esimiehen kanssa.

### Joulukuu 2009:

- 9.12.2009 ”Muutosvoimaa vanhustyön osaamiseen”- verkostopaja. Paikalla oli useita Vantaan kaupungin vanhustyön työntekijöitä. Keskustelimme kotihoidon esimiehen kanssa oppinäytetyön toteutuksesta.
- 17.12.2009 opinnäytetyön alustavan kirjallisen suunnitelman läpikäyminen ohjaavan opettajan kanssa.

### Tammikuu 2010:

- 12.1.2010 ”Omaishoito kehitty”- projektin paja. Paikalla oli useita Vantaan kaupungin vanhustyön työntekijöitä.
- 12.1.2010 vapaaehtoisten toinen tapaaminen. Tilaisuudessa olivat läsnä seitsemän vapaaehtoista, kotihoidon esimies, sairaanhoitaja ja seurakunnan diakoni. Tapaamisessa vaihdettiin omaishoitoperheiden kohtaamisiin liittyviä kokemuksia.

**Helmikuu 2010:**

- 4.2.2010 ”Omaishoito kehittyy” verkostopajaan. Paikalla oli useita omaishoidon parissa työskenteleviä toimijoita
- 24.2.2010 opinnäytetyön suunnitelmaseminaari. Paikalla oli ohjaava opettaja, kotihoidon esimies ja opinnäytetyön suunnitelman opponoiija.

**Maaliskuu 2010:**

- 5 teemahaastattelua vapaaehtoisille

**Huhtikuu 2010:**

- Tutkimuslupa Vantaan kaupungilta
- 2 teemahaastattelua vapaaehtoisille
- 29.4.2010 vapaaehtoisten kolmas tapaaminen. Tilaisuudessa olivat läsnä kymmenen vapaaehtoista, kotihoidon esimies, sairaanhoitaja ja seurakunnan diakoni. Kokoontumisessa vaihdettiin kuulumisia, hahmotettiin pelisääntöjä ja pilotin etenemistä ja tarjottiin tukea vapaaehtoisille.

**Touko-kesäkuu 2010:**

- haastattelujen litterointia
- aineiston analysointi ja kirjoittaminen

**Heinä-lokakuu 2010:**

- aineiston analysointi ja kirjoittaminen
- 20.9.2010 vapaaehtoisten neljäs tapaaminen. Tilaisuudessa olivat läsnä yhdeksän vapaaehtoista, kotihoidon esimies, sairaanhoitaja seurakunnan diakoni ja Laurean lehtori. Kuulumisten vaihtoa.
- 13.10.2010 opinnäytetyön arvioiva seminaari. Paikalla ohjaava opettaja, diakoni ja opiskelijoita

**Marraskuu 2010:**

- 22.11.2010 vapaaehtoisten viides tapaaminen ja opinnäytetulosten esittely
- 23.11.2010 opinnäytetyön tuloksien esittely ”Omaishoito kehittyy”- verkostopajassa

**Joulukuu 2010:**

- Opinnäytetyön jättäminen arvioitavaksi