



Sanni Mäkelä & Elina Peltonen

Nuorten vapaaehtoistoiminnan käsikirja



Diakonia-ammattikorkeakoulu
Helsinki 2012

DIAKONIA-AMMATTIKORKEAKOULUN JULKAISUJA
C Katsauksia ja aineistoja 23
C Reviews and Materials 23

Julkaisija: Diakonia-ammattikorkeakoulu

Kannen kuva: www.scanstockphoto.com
Taitto: Tiina Hallenberg

ISBN 978-952-493-180-9 (nid.)
ISBN 978-952-493-181-6 (pdf)

ISSN 1455-9935

Juvenes Print Oy
Tampere 2012

TIIVISTELMÄ

Sanni Mäkelä
Elina Peltonen

Nuorten vapaaehtoistoiminnan käsikirja

Helsinki : Diakonia-ammattikorkeakoulu, 2012

84 s.

Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja
C Katsauksia ja aineistoja 23

ISBN

ISSN

978-952-493-180-9 (nid.)

1455-9935

978-952-493-181-6 (pdf)

Nuorten osallistumisen merkitys ja rooli vapaaehtoistoiminnan ylläpitämisessä on huomioitava. Nuoret luovat omanlaistaan vapaaehtoistoiminnan kulttuuria. Tämän kulttuurin syntymisen mahdollistamiseksi tarvitaan avoimuutta, suvaitsevaisuutta ja kykyä nähdä ja tehdä asiat uudella tavalla. Nuoret toteuttavat vapaaehtoistointaa, mikä vastaa heidän käsityksiään merkityksellisestä tavasta osallistua ja vaikuttaa. Nuorten vapaaehtoistoiminnan ylläpitämiseksi ja tukemiseksi tarvitaan alueellista aktiivisuutta toimimaan perustana erilaisille osallistumismuodoille. Yhteistoiminta edellyttää sitoutuneita sosiaalisia verkostoja, jotka jakavat yhteisen tavoitteellisen tilan. Vapaaehtoistoiminnan kentällä tulee olla herkkyys nähdä toimintamallien kirjo ja kyky reagoida niihin.

Nuorten vapaaehtoistoiminnan käsikirjan tarkoituksena on jakaa kokemuksia nuorten kansalaisaktiivisuuden lisäämisestä vapaaehtoistoiminnan muodossa sekä tarjota helposti toteutettava ja valmis materiaalipaketti nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutuksen toteuttamiseen. Käsikirja toimii materiaalina vapaaehtoistoinnasta kiinnostuneille tahoille, vapaaehtoistoiminnan koulutukseen osallistuville nuorille sekä koulutuksen toteuttajille. Käsikirjan sisältämä nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutus on syntynyt prosessina, jossa on ollut osallisena lukuisa määrä koulutukseen osallistuneita nuoria sekä koulutusta käyttäviä nuorten kanssa toimivia tahoja. Koulutus on toiminnallinen, osallistava ja ryhmämuotoiseen vapaaehtoistointaan orientoiva. Koulutus antaa perusvalmiuksia vapaaehtoistoiminnan toteuttamiselle toimien orientoivana ja sovellettavana koulutuksena erilaisiin vapaaehtoistoiminnan muotoihin. Olennaista käsikirjan sisältämässä nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutuksessa on se, että se on suunnattu nuorille, liikkeelle lähdetään perusasioista, asioita opetellaan toiminnan ja tehtävien avulla ja pääpaino on ryhmän yhteisessä oppimisessa.

Käsikirjassa esitetään nuorten vapaaehtoistoiminnan käsikirjan tekijöiden kokemuksia projektityönä tavoitellusta nuorten kansalaisaktiivisuuden lisäämisestä. Esiin nostetaan kokemuksia prosessista, miten nuorten aktiivinen kansalaisuus vapaaehtoistoiminnan muodossa etenee. Vapaaehtoistoiminnan toteuttamiseen tarvitaan innoittaja, motivaatio, vapaaehtoistoiminnan koulutuksesta saatua tiedollista ja kokemuksellista pääomaa, merkityksellisiä kokemuksia vapaaehtoisena toimimisesta sekä tukea ja ohjausta.

Nuorten vapaaehtoistoiminnan käsikirja on syntynyt Satakunnan Ely-keskuksen ja Euroopan sosiaalirahaston rahoittaman, Diakonia-ammattikorkeakoulun hallinnoiman ”Nuoret kansalaiset” -projektin tuloksena.

Asiasanat

nuoret, vapaaehtoistyö,
kansalaistoiminta, projektit

Teemat

Kansalaisyhteiskunta
Hyvinvointi ja terveys

Julkaistu

Painettuna ja Open Access -verkkojulkaisuna

Painetun julkaisun tilaukset

Granum-verkkokirjakauppa: <http://granum.uta.fi>

Verkko-osoite:

<http://www.diak.fi/tyoelama/Julkaisut/c-sarjajulkaisut>

SISÄLLYSLUETTELO

JOHDANTO	7
I OSIO	11
NUORTEN VAPAAEHTOISTOIMINNAN KOULUTUSAINEISTO	
1. Vapaaehtoistoiminta	13
1.1. Vapaaehtoistoiminnan määritelmä	14
1.2. Vapaaehtoistoiminnan periaatteita	15
1.3. Aktiivinen kansalaisuus ja kansalaisyhteiskunta	16
1.4. Ohjaajan avuksi	21
2. Minä vapaaehtoistojena	25
2.1. Vapaaehtoistoiminnan motiivit	26
2.2. Omat vahvuudet	30
2.3. Arvot	32
2.4. Itsestä huolehtiminen	33
2.5. Ohjaajan avuksi	34
3. Vuorovaikutus vapaaehtoistoinnassa	37
3.1. Kohtaaminen	38
3.2. Hyvien tapojen huomioiminen	39
3.3. Ystävyys	41
3.4. Tunteet	43
3.5. Toiminta ryhmässä	44
3.6. Ohjaajan avuksi	46
4. Vapaaehtoistoiminnan toteuttaminen	49
4.1. Vapaaehtoistoiminnan vastuut ja oikeudet	49
4.2. Kokoukseen osallistuminen	50
4.3. Mitä koulutuksen jälkeen?	53
4.4. Osoitus toimimisesta vapaaehtoistojena	57
4.5. Vapaaehtoistojen muistilista	57
4.6. Vapaaehtoistoiminnan koulutuksen osallistumistodistus	59
4.7. Ohjaajan avuksi	60

II OSIO	65
NUORTEN KANSALISAKTIIVISUUTTA LISÄÄMÄSSÄ	
1. Projektilla alkuun	67
2. Nuorten vapaaehtoistoimintaan innostamisesta toiminnan toteuttamiseen ja ylläpitämiseen	69
2.1. Vapaaehtoistoimintaan innostaminen ja koulutukseen rekrytoiminen	70
2.2. Vapaaehtoistoiminnan koulutuksen toteuttaminen	71
2.3. Nuorten näköinen vapaaehtoistoiminta	73
2.3.1. Ainin, Monican, Jannan ja Annin tarina	75
2.3.2. Hansin, Stiinan, Katrin, Karoliinan, Fiian ja Jutan tarina	76
2.3.3. Essin ja Gittan tarina	79
2.3.4. Sarin tarina	80
2.4. Nuorten vapaaehtoistojen tukeminen	83
Lähteet	84

JOHDANTO

Nuorten vapaaehtoistoiminnan käsikirja on valmistunut osana Nuorten kansalaisaktiivisuuden lisääminen vapaaehtoistoiminnan muodossa -projektia. Käsikirja on tarkoitettu materiaaliksi vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneille tahoille, vapaaehtoistoiminnan koulutukseen osallistuville nuorille sekä koulutuksen pitäjille. Käsikirjan tarkoituksena on jakaa kokemuksia nuorten kansalaisaktiivisuuden lisäämisestä vapaaehtoistoiminnan muodossa sekä tarjota helposti toteutettava ja valmis materiaalipaketti nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutuksen järjestämiseen.

Käsikirjan sisältö on jaettu kahteen osioon. Ensimmäinen osio sisältää nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutuksen materiaalin. Vapaaehtoistoiminnan koulutus on jaettu neljään teemaan. Koulutuksen ensimmäisessä teemassa, vapaaehtoistointa, käsitellään vapaaehtoistoiminnan määritelmä ja periaatteet, pohditaan mitä aktiivinen kansalaisuus on ja muodostetaan käsitys kansalaisyhteiskunnasta. Koulutuksen toisessa teemassa, minä vapaaehtoistoimijana, pohditaan motiiveja ryhtyä vapaaehtoistointaan, tarkastellaan omia vahvuuksia ja arvoja sekä mietitään itsestä huolehtimisen keinoja. Kolmannessa teemassa, vuorovaikutus, pohditaan kohtaamisen ja hyvien tapojen huomioimisen merkitystä, ystävyyttä, tunteita ja toimintaa ryhmässä. Koulutuksen neljännessä teemassa, vapaaehtoistoiminnan toteuttaminen, painotetaan vapaaehtoistoiminnan vastuita ja oikeuksia sekä pohditaan luottamuksen ja vaitiolovelvollisuuden merkitystä. Neljännessä eli viimeisessä koulutuksen teemassa tutustutaan kokouskäytäntöön. Viimeisellä koulutuskerralla osallistujat saavat tietoa vapaaehtoistoiminnan toteuttamisen mahdollisuuksista ja suunnittelevat tulevaa vapaaehtoistointaa. Vapaaehtoistoiminnan koulutus on kestoltaan kahdeksan tuntia. Koulutus on luonteeltaan osallistava ja toiminnallinen.

Vapaaehtoistoiminnan koulutuksen kunkin neljän teeman viimeisessä luvussa tarjotaan koulutuksen ohjaajan avuksi esimerkkejä tavoista käsitellä koulutuksen sisältämiä teemoja. Koulutuksen ohjaajan päätettäväksi jää, missä määrin niitä sisällytetään koulutukseen. Esitetyt tehtävät ja harjoitukset ovat vain esimerkkejä, joista voi kehittää koulutettavalle ryhmälle sopivia tai käyttää muita aiheeseen sopivia harjoituksia. Koska nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutusta toteuttavilla tahoilla tai henkilöillä ei tarvitse olla pedagogisia valmiuksia, koulutusmateriaalin ohessa halutaan tarjota yksityiskohtaisia ohjeita koulutuksen toteuttamiseen. Tavoitteena on paitsi motivoida ja kan-

nustaa nuoria vapaaehtoistoiminnan koulutukseen, madaltaa kynnyistä myös koulutuksen toteuttamiseen. Koulutusaineisto on suunniteltu niin, että vapaaehtoistoiminnan koulutuksen toteuttamiseen voi ryhtyä ilman aikaisempaa kokemusta vapaaehtoistoiminnan- tai muun koulutuksen toteuttamisesta.

Käsikirjan toisessa osiossa esitetään nuorten vapaaehtoistoiminnan käsikirjan tekijöiden kokemuksia projektityönä tavoitellusta nuorten kansalaisaktiivisuuden lisäämisestä. Osiossa esitetään kokemuksia prosessista, miten nuorten aktiivinen kansalaisuus vapaaehtoistoiminnan muodossa etenee. Vapaaehtoistoiminnan toteuttamiseen tarvitaan innoittaja, motivaatio, vapaaehtoistoiminnan koulutuksesta saatua tiedollista ja kokemuksellista pääomaa, merkityksellisiä kokemuksia vapaaehtoisena toimimisesta sekä tukea ja ohjausta. Käsikirjan toisessa osiossa esitetään kokemuksia ja havaintoja paikallisesta nuorten aktiivisen kansalaisuuden lisääntymisestä vapaaehtoistoiminnan muodossa. Kokemukset ovat syntyneet vuorovaikutuksessa nuorten vapaaehtoistojen sekä lukuisten yhteistyötahojen kanssa ja viimeistellyn muodon ne ovat saaneet yhteisessä ymmärryksessä hyväksi todettuina käytäntöinä. Toisessa osiossa (2.3) esitetään myös tarinoiden muodossa nuorten sekä nuorten kanssa toimivien tahojen kokemuksia vapaaehtoistoinnasta.

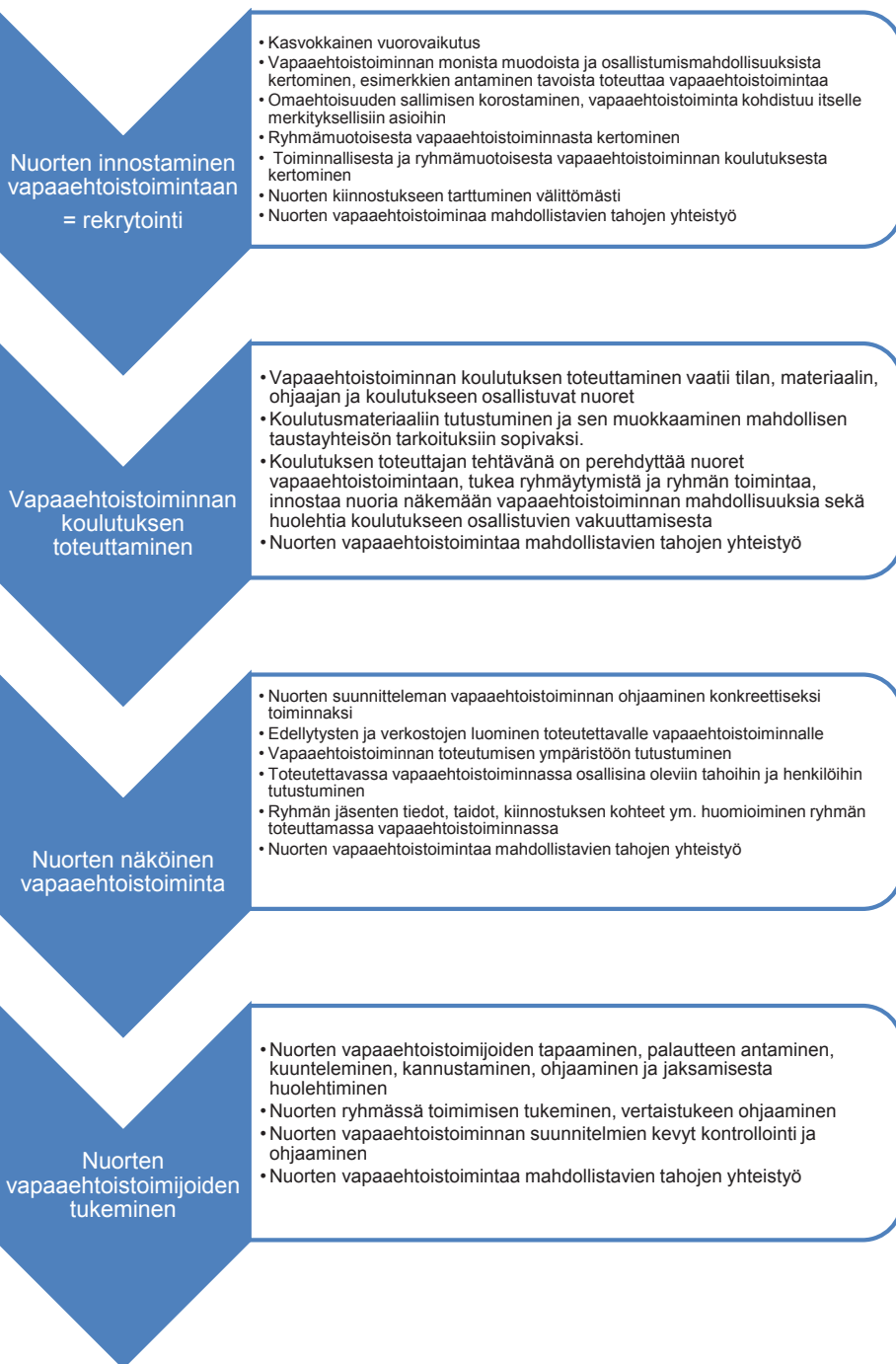
Vapaaehtoistoiminnan käsikirjassa tuodaan esiin kokemuksia ja havaintoja nuorten aktiivisesta kansalaisuudesta. Esille nostetaan hyväksi havaittuja tapoja vapaaehtoistointaan rekrytoimisesta sen toteuttamisen tukemiseen. Havaintojen esittämisen ja jakamisen toivotaan osaltaan toimivan myös käyttöohjeena vapaaehtoistoiminnan koulutusmateriaalille. Nuorten kansalaisaktiivisuuden lisääntyminen vapaaehtoistoiminnan muodossa on prosessi. Vapaaehtoistointaan innostaminen on rekrytoimista, joka edellyttää tietoisuuden lisäämistä erilaisista tavoista toteuttaa vapaaehtoistointaa. Vapaaehtoistoiminnan koulutus on toimintaan orientoitumista sekä ymmärryksen lisäämistä vapaaehtoistoiminnan monista ulottuvuuksista. Vapaaehtoistoiminnan koulutuksessa merkittävässä roolissa ovat koulutuksen toteuttajat. Etenkin vapaaehtoistointansa alkuvaiheessa nuoret tarvitsevat ohjausta. Tärkeää on myös se, että nuorten haluun ryhtyä vapaaehtoistointaan tartutaan suhteellisen nopeasti. Vapaaehtoistointaa toteuttaessaan nuorilla on tarve jakaa kokemuksiaan ja ajatuksiaan. Nuoret tarvitsevat kuuli- ja kannustajan. Myös vapaaehtoistojen keskinäisen ryhmäytymisen, verkostoitumisen ja vertaistuen mahdollistaminen ja tukeminen on tärkeää.

Nuoret luovat omanlaistaan vapaaehtoistoiminnan kulttuuria. Tämän kulttuurin syntyminen mahdollistamiseksi tarvitaan avoimuutta, suvaitsevaisuutta ja kykyä nähdä asiat uudella tavalla. Nuoret toteuttavat vapaaehtoistointaa, mikä vastaa heidän käsityksiään merkityksellisestä tavasta ylläpitää kansalaisyhteiskuntaa. Nuorten vapaaehtoistoiminnan ylläpitämiseksi ja tu-

kemiseksi tarvitaan alueellista aktiivisuutta toimimaan perustana erilaisille osallistumismuodoille. Yhteistoiminta edellyttää sitoutuneita sosiaalisia verkostoja, jotka jakavat yhteisen tavoitteellisen tilan. Vapaaehtoistoiminnan kentällä tulee olla herkkyys nähdä toimintamallien kirjo ja kyky reagoida niihin.

Vapaaehtoistoiminnan käsikirja on muodostunut kolmen vuoden yhteistyön tuloksena. Sekä tekijöiden kokemukset että nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutuksen sisältö ovat muokkautuneet vuorovaikutuksessa. Nuorten kansalaisaktiivisuuden lisäämiseksi on tehty yhteistyötä, joka on johtanut hienoon paikalliseen nuorten vapaaehtoistoiminnan vahvistumiseen. Kiitokset lukuisille vapaaehtoistoiminnasta innostuneille nuorille sekä vapaaehtoistoimintaa kannattelevalle ja ylläpitävälle toimijakentälle.

Nuorten vapaaehtoistoimintaan osallistumisen prosessi:



I Osio

Nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutusaineisto



1 VAPAAEHTOISTOIMINTA (ensimmäinen koulutuskerta)

TERVETULOA VAPAAEHTOISTOIMINNAN KOULUTUKSEEN!

Ensimmäisellä koulutuskerralla pohditaan, mitä vapaaehtoistoiminnalla tarkoitetaan ja mietitään vapaaehtoistoiminnan periaatteita ja merkityksiä. Koska vapaaehtoistoiminta on aktiivista kansalaisuutta, käsitellään ensimmäisellä koulutuskerralla myös kansalaisuutta ja kansalaisyhteiskuntaa. Koulutuskerran aiheista keskustellaan niin, että niiden sisältö tuodaan lähelle arkielämää.

*Kirjoita tai piirrä, millaista sinä koet vapaaehtoistoiminnan olevan.
Millaisessa vapaaehtoistoiminnassa olet jo mahdollisesti ollut mukana?*

1.1 VAPAAEHTOISTOIMINNAN MÄÄRITELMÄ

Vapaaehtoistoiminta voidaan määritellä toiminnaksi, joka on vapaasta tahdosta nousevaa, palkatonta ja yleishyödyllistä. Vapaaehtoistoiminta on eiammatillista hyvinvointia edistävää toimintaa, jota tehdään tavallisen ihmisen tiedoin ja taidoin.

- Vapaaehtoistoimintaan osallistutaan vapaasta tahdosta ja omaaloitteisesti.
- Vapaaehtoistoiminnasta ei makseta palkkaa, eikä sitä tehdä taloudellisista syistä.
- Vapaaehtoistoiminnalla ei pyritä korvaamaan palkkatyötä.
- Vapaaehtoistoiminnan tavoitteena on toimia muiden kuin oman perheenjäsenten hyväksi ja hyödyttää tällä tavoin yhteiskuntaa.
- Vapaaehtoistoiminnan muotoja on monia, esimerkiksi osallistuminen julkiseen toimintaan ja kansalaistoimintaan, toimiminen yleistä etua koskevien asioiden hyväksi, hyväntekeväisyyden tekeminen, muiden auttaminen, vastavuoroinen auttaminen, toimiminen uskonnollisissa yhteisöissä sekä erilaisissa yhdistyksissä ja seuroissa toimiminen.

(Harju 2003, 118-119; Euroopan talous- ja sosiaalikomitean lausunto 2006, 3.1-3.5; Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry. 2005, 8; Lehtinen 1997, 20).

Omat muistiinpanot:

1.2 VAPAAEHTOISTOIMINNAN PERIAATTEITA

Vapaaehtoistoiminnan periaatteet ovat toimintaa ohjaavia asioita, jotka kannattaa pitää mielessä paitsi toteutettaessa vapaaehtoistoimintaa, myös yleensä ihmisten kanssa toimittaessa.

Seuraavista vapaaehtoistoiminnassa huomioitavista asioista keskustellaan ja pohditaan, mitä ne tarkoittavat.

Vapaaehtoistoiminnassa on hyvä huomioida seuraavia asioita:

- Tasa-arvoisuus
- Vastavuoroisuus
- Luotettavuus ja sitoutuminen
- Luottamuksellisuus ja vaitiolovelvollisuus
- Suvaitsevaisuus
- Autettavan ehdoilla toimiminen
- Yhteistyö
- Yhteisöllisyys
- Toimimisen ilo
- Oikeus tukeen ja ohjaukseen
- Mahdollisuus omaan kasvuun

(Raninen, Raninen, Toni & Tornaesus 2007, 83.)

Omat muistiinpanot:

1.3 AKTIIVINEN KANSALAIUUUS JA KANSALAISSYHTEISKUNTA

Kansalaisuus

Kansalaisuus tarkoittaa jonkun valtion kansalaisuutta eli täysivaltaista jäsenyyttä.

Kansalaisuuslaissa kansalaisuudella tarkoitetaan yksilön ja valtion välistä lainsäädännöllistä sidettä, joka määrittää yksilön aseman valtiossa ja jolla määritellään yksilön ja valtion välisiä keskeisiä oikeuksia ja velvollisuuksia (Laki kansalaisuudesta 2003).

Suomen kansalaisen oikeuksista ja velvollisuuksista säädetään Suomen perustuslaissa, mutta myös muussa lainsäädännössä. Kansalaisvelvollisuudet ovat valtion kansalaisen velvollisuudet valtiota kohtaan. Kansalaisvelvollisuuksiin kuuluvat lainkuuliaisuus ja uskollisuus. Velvollisuuksia ovat vero-, oppi-, ase- ja työvelvollisuus. Kansalaisen edellytetään siis maksavan veroja, suorittavan asevelvollisuutensa, käyvän koulua ja noudattavan lakeja, järjestyssääntöjä ja liikennesääntöjä. Kansalaisen edellytetään hyväksyvän yhteiskunnan pelisäännöt. (Suomen perustuslaki 1999.)

Kansalaisen perusoikeudet (Suomen perustuslaki 1999):

- Kansalaisuutemme perusoikeutena on, että laki on kaikille sama. Ketään ei saa kohdella eri tavoin esimerkiksi sukupuolen, iän, uskonnon tai vammaisuuden vuoksi.

- Suomen kansalaisilla on oikeus elämään, henkilökohtaiseen vapauteen, koskemattomuuteen ja turvallisuuteen. Suomessa ketään ei saa tuomita kuolemaan, ei kiduttaa eikä kohdella ihmisarvoa loukkaavasti.

- Suomessa on rikosoikeudellinen laillisuusperiaate, minkä mukaan ketään ei saa tuomita rangaistukseen sellaisen teon perusteella, jota ei tekohetkellä ole laissa säädetty rangaistavaksi.

- Suomessa jokainen saa vapaasti sanoa mielipiteensä ja ihmiset saavat koontua ilman lupaa. He voivat myös valita asuinpaikkansa ja liikkua maassa vapaasti.

- Suomessa jokainen saa rauhassa elää omaa elämäänsä. Perustuslaki suojaa jokaisen yksityiselämää. Kenenkään kunniaa ei saa loukata eikä kenenkään kotirauhaa saa rikkoa. Toisen henkilön kirjettä ei saa lukea eikä toisen puhelua saa kuunnella.

- Suomessa jokainen saa uskoa haluamallaan tavalla. Jokainen voi kuulua tai olla kuulumatta kirkkoon tai muuhun uskonnolliseen yhteisöön.

- Suomessa on vaali- ja osallistumisoikeus. Tämä tarkoittaa sitä, että jokainen 18 vuotta täyttänyt Suomen kansalainen saa äänestää valtiollisissa vaaleissa ja kansanäänestyksissä, Euroopan parlamentin vaaleissa sekä kun-

nallisvaaleissa. Julkisen vallan tehtävänä on edistää yksilön mahdollisuuksia osallistua yhteiskunnalliseen toimintaan ja vaikuttaa häntä itseään koskevaan päätöksentekoon.

- Perustuslain mukaan jokaisella on oikeus maksuttomaan perusopetukseen. Lisäksi suomalaisiin oikeuksiin kuuluu, että jokaisella on oltava mahdollisuus kykyjensä ja tarpeittensa mukaan saada opetusta perusopetuksen jälkeen. Varattomuus ei saa estää opetuksen saamista.

- Suomalaisilla on oikeus omaan kieleen. Suomessa on kaksi kansalliskieltä, suomi ja ruotsi. Molempia kieliä on oikeus käyttää, kun asioi viranomaisen kanssa. Saamelaisten oikeudesta käyttää saamen kieltä säädetään omalla lailla. Myös viittomakieltä käyttävien sekä vammaisuuden vuoksi tulkki- ja käännösapua tarvitsevien oikeudet turvataan lailla.

- Valtion on edistettävä työllisyyttä ja pyrittävä järjestämään jokaiselle työtä.

- Suomessa jokaisella on oikeus välttämättömään toimentuloon ja huolenpitoon. Lailla taataan jokaiselle oikeus perustoimeentuloon työttömyyden, sairauden, työkyvyttömyyden ja vanhuuden aikana. Lapsista on pidettävä aina huolta. Jokaiselle on turvattava riittävät sosiaali- ja terveystalvet.

- Suomessa asuvalla on oikeus terveelliseen ympäristöön. Ihmisellä on oltava mahdollisuus vaikuttaa päätöksentekoon, joka koskee hänen elinympäristöään.

Edellä mainitut kansalaisten oikeudet ja velvollisuudet edustavat sopimuksellista kansalaisuutta, joka yhdistää tietyllä alueella eläviä ihmisiä. Kansalaisuuteen sisältyy myös mm. identiteetti, arvot ja kulttuuri. Kansalaisuus ei siis ole ainoastaan sopimuksellinen tila, vaan kansalaisuus on myös rooli, jonka ylläpitämiseksi ja kehittämiseksi voi toimia. (Harju 2003, 92–93.)

Kansainvälistyminen, ihmisten liikkuvuus ja kansojen sekoittuminen vaikuttavat siihen, miten sana kansalaisuus mielletään. Mitä asioita tai ajatuksia sinulle tulee mieleen alueellisesta kansalaisuudesta, Suomen kansalaisuudesta, Euroopan kansalaisuudesta ja maailmankansalaisuudesta?

Aktiivinen kansalaisuus

Kansalaisuus voi olla joko aktiivista tai passiivista. Vaikka aktiivinen kansalaisuus on toivottavaa, on passiivinen kansalaisuus täysin hyväksyttävää. Aktiivinen kansalaisuus ei synny itsestään vaan siihen kasvetaan opettelemalla. Aktiivinen kansalainen tarvitsee erilaisia tietoja ja taitoja. Tarpeellisia tietoja ovat mm. perustiedot kansalaisen oikeuksista ja velvollisuuksista ja mahdollisuuksista osallistua ja vaikuttaa. Keskeisinä taitoina voidaan pitää puhumisen, kirjoittamisen, kuuntelemisen, keskustelemisen ja perustelemisen taitoja, kykyä osallistua ja hahmottaa yhteiskuntaa, toimia ja vaikuttaa sekä kykyä tehdä yhteistyötä. Aktiivisen kansalaisuuden toteutuminen tarvitsee kohtaamista ja vuorovaikutusta. (Harju 2003, 100).

Aktiivinen kansalaisuus on ihmisen oma valinta. Aktiivista kansalaisuutta voi toteuttaa yhteiskunnassa erilaisin tavoin vaikuttamalla, osallistumalla, ottamalla vastuuta yhteisistä asioista, toimimalla ja välittämällä. Vapaaehtoistoiminta on yksi aktiivisen kansalaisuuden ilmenemisen muoto. Vapaaehtoistoiminta kartuttaa aktiivisen kansalaisen valmiuksia ja tarjoaa mahdollisuuden harjoitella erilaisten tietojen ja taitojen käyttöä.

Aktiivisen kansalaisuuden toteutuminen on toimimista tärkeiden asioiden hyväksi, välittämistä ja vuorovaikutusta. Tämä edellyttää kiinnostusta yhteisiin asioihin, pelisääntöjen kunnioitusta, suvaitsevaisuutta sekä toisten ihmisten huomioimista ja kunnioittamista. Aktiivinen kansalaisuus liittyy siis vahvasti ihmisen arvoihin ja identiteettiin.

Aktiivinen kansalaisuus on vaikuttamista, kannanottoa, toimimista, osallistumista, vastuun ottamista, vapaaehtoistoimintaa ym. Miten sinä voit nyt ja tulevaisuudessa olla aktiivinen kansalainen? Pohdi erilaisia tapoja.

Kansalaisyhteiskunta

Kansalaisyhteiskunta muodostuu ihmisten vapaamuotoisesta yhteistoiminnasta, vaikuttamisesta ja vallankäytöstä yhteiskunnassa (Raninen ym. 2007, 37.) Keskeinen osa kansalaisyhteiskuntaa on ihmisten omaehtoinen kansalaistoiminta ja järjestöissä tapahtuva toiminta.

Kansalaisyhteiskunta sisältää paitsi yhdistys- ja järjestötoiminnan ja omaehtoisen kansalaistoiminnan, myös poliittisen yhteiskunnan. Laajasti ymmärrettynä kansalaisyhteiskuntaan kuuluvat erilaiset yhdistykset ja säätiöt, ammatityhdistykset ja muut etujärjestöt, puolueet, vapaa sivistystyö, uskonnolliset yhteisöt ja seurakunnat. (Harju 2005, 66.)

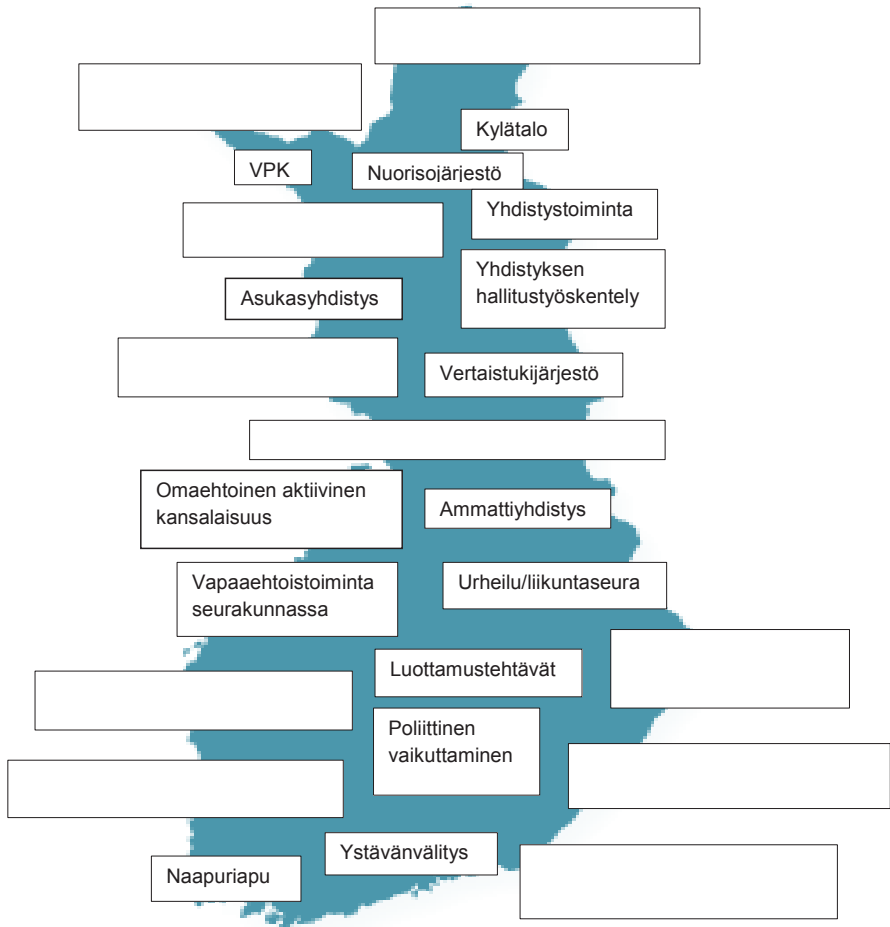
Vapaaehtoistoiminta on osainhimillisten ja vastuuntuntoisten ihmisten elämää valtion rinnalla toimivassa kansalaisyhteiskunnassa. Kansalaisyhteiskunnassa on paljon mahdollisuuksia erilaiselle vapaaehtoistoiminnalle. Toiminnan paikkoja on monia, joten ihmiset voivat kansalaisina toimia halujensa, mieltymystensä ja toiveidensa mukaisesti. Vapaaehtoistoimintaa voi toteuttaa esimerkiksi lähiyhteisössään, itselle tärkeän harrastuksen parissa tai poliittisen päätöksenteon kentällä. (Harju 2005, 78.)

Yhteiskunta koostuu kolmesta toimintalohkosta, joista kansalaisyhteiskuntaa kutsutaan kolmanneksi sektoriksi. Kaksi muuta sektoria ovat yksityinen sektori (yritykset ja markkinat) ja julkinen sektori (valtio, kunnat ja julkinen toiminta).

Kansalaisyhteiskunta sisältää valtavan määrän ihmisten vapaaehtoista, palkatonta ja yleishyödyllistä toimintaa ja vaikuttamista. Oheiseen karttaan on nimetty joitakin toimimisen, vaikuttamisen ja osallistumisen mahdollisuuksia, joita kansalaisyhteiskunta sisältää. Kansalaisten toimintakenttänä kansalaisyhteiskunta tarjoaa erilaisia tapoja toteuttaa aktiivista kansalaisuutta.

Kirjoita tyhjiin laatikoihin tietämiäsi osallistumisen, toimimisen tai vaikuttamisen paikkoja ja tapoja tai voit keksiä uudenlaisia tapoja toimia yhteiseksi hyväksi.

Mitä kaikkea ihmiset kansalaisyhteiskunnan toimintakentällä tekevät ja saavat aikaiseksi? Pohdi, mitä merkitystä on jokaisen ihmisen yksittäisellä teolla tai vaikuttamisen tavalla? Entä minkälaisia vaikutuksia on sillä, että lukuisat ihmiset Suomessa kantavat erilaisin tavoin kortensa kehoon toimimalla ja vaikuttamalla erilaisten asioiden hyväksi?



1.4 OHJAAJAN AVUKSI

RYHMÄYTYMINEN

Ensimmäinen koulutuskerta on usein myös ryhmän ensimmäinen tapaaminen, jolloin osallistujat saattavat olla toisilleen vieraita. Vaikka osallistujat olisivat tuttuja toisilleen, tutustumis- ja ryhmäytymisharjoitusten avulla saadaan luotua positiivinen ja rento ilmapiiri.

Tutustumis- ja ryhmäytymisharjoituksia on monia. Tässä esitetään muutamia koulutuskerran suunnittelun tueksi:

- *Esitellään kaveri*

Osallistujat jaetaan pareihin. Parit saavat aikaa haastatellakseen vuoronperään toisiaan. Parit esittelevät toisensa muille osallistujille.

- *Vaihdetaan paikkaa*

Osallistujat muodostavat tuoleista tms. piirin niin, että paikkoja on yksi vähemmän kuin osallistujia. Piirin keskelle asettuu yksi osallistuja. Keskellä oleva käskee osallistujien vaihtamaan paikkaa aina jonkun jakamansa asian tai ominaisuuden mukaan (esim. kaikki ne, joilla on koira vaihtavat paikkaa) tai keskellä oleva sanoo jonkin asian, josta pitää, ja kaikki samanmiehiset vaihtavat paikkaa (esim. minä pidän keväästä). Paikkaa vaihdettaessa keskellä oleva yrittää saada itselleen paikan, jolloin joku muu osallistuja jää keskelle. Tarvittaessa ohjaaja voi huolehtia, että keskellä oleva henkilö myös vaihtuu.

- *Treffataanko?*

Osallistujille jaetaan paperit, joille on piirretty kellotaulu ilman viisareita. Sovitaan yhdessä, mistä kellotaulun vuorokaudenaika alkaa, esimerkiksi kellotaulun kymmenen on 10.00 ja yhdeksän on 21.00. Osallistujat lähtevät kiertämään huoneessa kellotaulujensa kanssa ja sopivat jokaiselle haluumalleen tunnille treffit jonkun tai joidenkin kanssa. Kellotauluun merkitään sovittuun treffiaikaan tavattavan henkilön nimi ja henkilön kanssa päätetään, mitä treffeillä tehdään (esimerkiksi mennään kalaan, käydään aamupalalla, luetaan läksyjä jne.). Ohjaaja päättää, miten kauan treffien sopimiseen käytetään aikaa ja ilmoittaa osallistujille, kun päivän treffit on sovittu. Ohjaaja käy läpi kellotaulun tunti tunnilta sanoen "kello on 10.00", jolloin osallistujat hakeutuvat siihen seuraan, jonka kanssa tuohon kellonaikaan on sovittuna treffit. Ohjaaja kysyy pareilta tai ryhmiltä, mitä he ovat sopineet tekensä kyseessä olevaan kellonaikaan. Ne, joilla ei ole sovittuna treffejä juuri tuolle kellonajalle, viettävät tuolloin omaa yksityistä vapaa-aikaansa.

Leikki jatkuu, kunnes on meneillään kellotaulun viimeinen tunti, tässä esimerkkitapauksessa kello 21.00.

VAPAAEHTOISTOIMINNAN MÄÄRITELMÄ

Vapaaehtoistoiminnan määritelmä esitetään tässä koulutusmateriaalissa vapaaehtoistoiminnan käsitettä avaavana kuvauksena. Määrittämisen tarkoituksena on antaa vapaaehtoistoiminnalle raamit. Vapaaehtoistoiminnan määritelmä kannattaa käsitellä keskustellen. Nuoret ovat usein tietämättään olleet mukana erilaisessa vapaaehtoistoiminnassa. Määritelmää kannattaakin lähestyä erilaisten nuorten omakohtaisten esimerkkien avulla, jolloin vapaaehtoistoiminnan määritelmä konkretisoituu.

VAPAAEHTOISTOIMINNAN PERIAATTEITA

Kuten vapaaehtoistoiminnan määritelmä, kannattaa myös vapaaehtoistoiminnan periaatteita käsitellä keskustellen. Koulutukseen osallistuvien kanssa voi pohtia, mitä kukin periaate tarkoittaa vapaaehtoistoiminnassa ja arkisessa elämässä. Mainitut periaatteet ovat sanoina tuttuja, mutta merkitykseltään ne saattavat olla vieraita. Tavoitteena onkin oivaltaa, miten periaatteet toteutuvat käytännössä.

AKTIIVINEN KANSALAIKUUS JA KANSALAIKYHTEISKUNTA

Vapaaehtoistoiminta on yksi aktiivisen kansalaisuuden ilmentymisen muoto. Aihetta lähestytään tutustumalla ensin kansalaisuuden käsitteeseen, jotta eteneminen aktiivisen kansalaisuuden ja kansalaisyhteiskunnan käsittelemiseen saa perustan.

Kansalaisuutta käsitellään pohtien, mitä sillä tarkoitetaan. Perustuslakiin kirjattuja kansalaisen oikeuksia ja velvollisuuksia kannattaa käsitellä keskustellen ja halutessaan ohjaaja voi tulostaa koulutukseen osallistuville otteen perustuslaista (www.finlex.fi, esim. luku 2, pykälät 6–23).

Kansalaisuutta pohditaan koulutuksessa myös tehtävän avulla. Tehtävässä osallistujat pohtivat mm. alueellista kansalaisuutta, Euroopan kansalaisuutta sekä maailmankansalaisuutta ja kansainvälistymisen merkitystä kansalaisuuden määrittämiseen. Tehtävän avulla osallistujat saavat etsiä omaa tapaansa hahmottaa kansalaisuutta.

Aktiivista kansalaisuutta käsittelevän tekstin voivat koulutukseen osallistujat lukea itseksensä. Tekstin alla olevassa tehtävässä osallistujat saavat pohtia omia tapoja toimia aktiivisena kansalaisena. Aktiivista kansalaisuutta käsitel-

täessä on tärkeää korostaa, että aktiiviseksi kansalaiseksi opitaan ja kasvetaan vähitellen. Vapaaehtoistoiminnan koulutus antaa osaltaan valmiuksia aktiiviseksi kansalaiseksi oppimisessa.

Kansalaisyhteiskunta aiheena saattaa olla nuorille hankala ja vaikeasti ymmärrettävä. Aiheen käsitteleminen on kuitenkin olennainen osa vapaaehtoistoiminnan koulutusta, sillä vapaaehtoistoiminta on aktiivista kansalaisuutta ja merkittävä osa kansalaisyhteiskunnan toimintaa. Oman vapaaehtoistoiminnan merkityksen näkeminen osana kansalaisyhteiskunnan toimintakenttää lisää oman vapaaehtoisen panoksen arvostamista. Aiheen käsittelemisellä pyritään siihen, että oma toiminta nähdään osana laajempaa kokonaisuutta.

Osallistujat voivat lukea kansalaisyhteiskuntaa käsittelevän tekstin ja ohjaajan kannattaa varautua käsitettä selventävään keskusteluun. Kansalaisyhteiskuntaan liittyvän tehtävän tarkoitus on konkretisoida kansalaisyhteiskunnan käsitettä.

2 MINÄ VAPAAEHTOISTOIMIJANA (toinen koulutuskerta)

Toisen koulutuskerran aiheena on minä vapaaehtoistoimijana. Omaan vapaaehtoistoimijuuteen liittyen tarkastellaan vapaaehtoistointaan ryhtymisen motiiveja sekä omia vahvuuksia ja arvoja. Lisäksi pohditaan erilaisia keinoja huolehtia itsestä ja omasta hyvinvoinnista.

Koulutuskerralla tarkastellaan ensin omia motiiveja toteuttaa vapaaehtoistointia. Motiiveja pohditaan Anne Birgitta Yeungin vapaaehtoistoinnin motiivien timanttimallin avulla. Omien motiivien oivaltamisen jälkeen niille pyritään löytämään paikka timanttimallista.

Omia vahvuuksia pohditaan tekemällä tehtävä ”vahvuuksien talo”. Samalla mietitään, miten omia vahvuuksia voi hyödyntää vapaaehtoistoinnassa. Omia arvoja kirjataan ylös ja pohditaan, miten näkyvät ja toteutuvat.

Toisella koulutuskerralla keskustellaan itsestä huolehtimisen tärkeydestä. Jokainen pohtii omia keinojaan rentoutua ja huolehtia itsestään. Koulutuskerta päätetään rentoutusharjoitukseen.

2.1 VAPAAEHTOISTOIMINNAN MOTIIVIT

Motivaatio muodostuu erilaisista tarpeista ja haluista, joita kutsutaan motiiveiksi. Motivaatio ohjaa toimintaa. Useimmiten ihmisten toimintaan vaikuttavat useat motiivit samanaikaisesti eikä ihminen aina ole edes tietoinen niistä kaikista.

Vapaaehtoistoimijan on hyvä pohtia niitä syitä (motiiveja), joiden vuoksi vapaaehtoistoimintaan osallistuu. Motiivien pohtiminen voi auttaa löytämään itselle sopivan tavan toteuttaa vapaaehtoistoimintaa. Motiivien pohtiminen on tärkeää myös siksi, että ihminen lähtisi mukaan vapaaehtoistoimintaan oikeista syistä.

Esimerkkejä erilaisista motiiveista olla mukana vapaaehtoistoiminnassa:

- itsensä toteuttaminen
- oman hyvinvoinnin ylläpito
- itsensä tunteminen tarpeelliseksi, hyödyksi oleminen
- kiitoksen ja positiivisen palautteen saaminen
- hyvän mielen saaminen
- halu auttaa
- omien tietojen, taitojen ja kokemusten hyödyntäminen
- ryhmään kuuluminen, yhdessä oleminen
- elämäntilanteeseen liittyvät motiivit
- hyödyt itselle
- oppiminen
- mielekäs tekeminen
- kavereiden saaminen
- yksinäisyyden torjuminen.

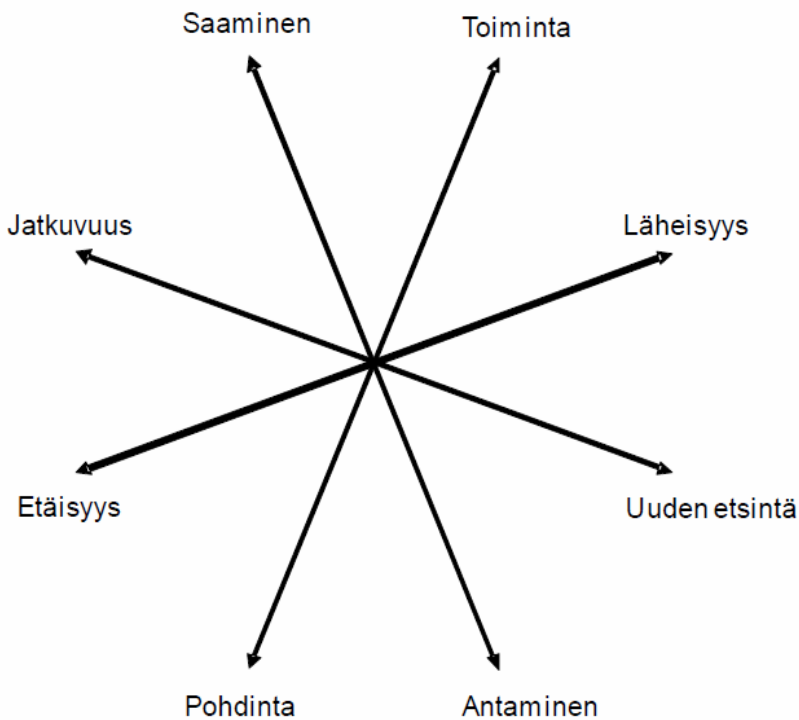
Omat muistiinpanot:

Vapaaehtoistoiminta on jonkun asian edistämistä tai joidenkin henkilöiden hyväksi toimimista. Vapaaehtoisena toimimisesta saa aina myös jotain itselleen. Kirjoita niitä asioita, jotka motivoivat sinua osallistumaan vapaaehtoistoimintaan.

Vapaaehtoistoiminnan motivaation timanttimalli

Vapaaehtoistoimintaan liittyviä motiiveja tutkinut Anne Birgitta Yeung on luonut vapaaehtoistoimintaan motivoivien tekijöiden timanttimallin, jossa osallistumiselle on neljä erilaista ulottuvuutta. Kuvassa olevista ulottuvuuksista oikealle osoittavat nuolet kuvaavat vapaaehtoistoiminnan vaikutuksia itsestä ulospäin ja vasemmalle osoittavat nuolet kohdistuvat vapaaehtoistoimijaan itseensä. (Yeung 2007, 154.) Vapaaehtoistoiminnan motivaation timanttimallin kaikki motivaation muodot ovat yhtä hyviä eikä niitä voi asettaa paremmuus- tai tärkeysjärjestykseen.

Liitä omia, edelliselle sivulle kirjaamiasi motiiveja alla olevaan kuvaan siihen kohtaan, mihin ne mielestäsi liittyvät. Seuraavalla sivulla selitetään, mitä saamisella, antamisella, jatkuvuudella, uuden etsinnällä, etäisyydellä, läheisyydellä, pohdinnalla ja toiminnalla vapaaehtoistoiminnan motivaation timanttimallissa tarkoitetaan. Nämä selitykset auttavat sinua sijoittamaan kuvaan omia motiivejasi.



Saaminen – Antaminen:

Saamisella tarkoitetaan niitä tekijöitä, joita vapaaehtoistoimija kokee saavansa ja jotka lisäävät hänen hyvinvointiaan.

Antamisella tarkoitetaan sitä, että vapaaehtoistoimija kokee olevansa avuksi ja lisäävänsä muiden hyvinvointia.

Jatkuvuus – Uuden etsintä

Jatkuvuuden päässä janaa vapaaehtoistoimijaa motivoi se, että hän voi käyttää omia opittuja taitojaan ja tietojaan ja toiminnassa on tuttuutta.

Uuden etsimisellä tarkoitetaan sitä, että vapaaehtoistoimijaa motivoi mahdollisuus oppia uutta ja saada uusia haasteita.

Etäisyys – Läheisyys

Etäisyys – Läheisyys -janalla kuvataan vapaaehtoistoimijan motivaatioon vaikuttavia sosiaalisia tekijöitä. Etäisyydellä tarkoitetaan sitä, että vapaaehtoistoimijaa motivoi vapaaehtoistoiminnan joustavuus ja mahdollisuus joustavaan ajankäyttöön.

Läheisyydellä tarkoitetaan sitä, että vapaaehtoistoimijaa motivoi mahdollisuus kuulua ryhmään ja tutustua uusiin ihmisiin.

Pohdinta – Toiminta

Janan pohdinta-päässä vapaaehtoistoimintaan motivoi mahdollisuus omien arvojen pohtimiseen sekä henkiseen ja hengelliseen kasvuun.

Janan toiminta-päässä vapaaehtoistoimintaan motivoi vapaa-ajan käyttö, toiminnallisuus ja konkreettinen tekeminen.

(Yeung 2005, 107–117.)

2.2 OMAT VAHVUUDET

Omien vahvuuksien huomioiminen auttaa ottamaan niitä käyttöön. Vapaaehtoistoiminnassa, kuten elämässä yleensäkin, kannattaa hyödyntää omia vahvuuksiaan. Omien vahvuuksien, harrastusten ja haaveiden pohtiminen lisää itsetuntemusta ja opettaa arvostamaan itseään. Kun näkee itsessään vahvuuksia, on helpompi hyväksyä myös se, että kaikissa asioissa ei tarvitse olla erityisen hyvä.



Tässä on vahvuuksien talo. Kirjoita talon oveen nimesi. Talon seiniin voit kirjoittaa harrastuksiasi. Kattoon voit kirjoittaa omia vahvuuksiasi ja positiivisia piirteitäsi. Vahvuuksiasi ovat esimerkiksi sellaiset asiat, joiden tekemisestä nautit ja joissa olet hyvä. Pilveen voit kirjoittaa omia unelmiasi. Miten voit hyödyntää vahvuuksiasi talossa olevia asioita vapaaehtoistoiminnassa? Kirjoita viereisellä sivulla oleville viivoille.

2.3 ARVOT

Jokaisen ihmisen arvot ratkaisevat sen, miten tärkeitä erilaiset asiat ovat hänelle. Arvot vaikuttavat ihmisen identiteettiin ja valintoihin. Lisäksi arvot ohjaavat ihmisten toimintaa. Erilaisista arvoista ja tärkeiden asioiden kokonaisuudesta muodostuu arvomaailma. Elämän eri tilanteissa arvot voivat olla erilaisia.

Kirjoita alla oleville viivoille viisi arvoa eli sellaisia asioita, joita arvostat ja jotka ovat sinulle tärkeitä.

1.
2.
3.
4.
5.

Mieti, miten arvosi näkyvät arkisessa elämässä. Kirjoita alla oleville viivoille.



2.4 ITSESTÄ HUOLEHTIMINEN

Vapaaehtoistoiminnassa on usein kyse muiden hyväksi toimimisesta. Vapaaehtoistoimijan on tärkeää pitää huolta myös itsestään. Silloin kun itse voi hyvin, on helpompi olla avuksi muille.

Alla on muistilista asioista, jotka auttavat sinua jaksamaan ja edistävät hyvinvointiasi:

- Arvosta itseäsi niin kykenet arvostamaan myös muita.
- Jokainen tarvitsee toisia ihmisiä. Ystävän kanssa ilo kaksinkertaistuu ja suru puolittuu.
- Lepää ja nuku riittävästi.
- Opettele rentoutumaan.
- Harrasta ja tee itsellesi mieluisia asioita.
- Liiku säännöllisesti.
- Muista antaa itsellesi kiitosta.

Jokaisella on omat tapansa huolehtia itsestä ja rentoutua. Yksi rentoutuu katsomalla televisiota kun toinen lähtee juoksulenkille. Keinoja huolehtia itsestä on monenlaisia eikä niitä voi asettaa paremmuusjärjestykseen. On tärkeää, että jokainen löytää omia tapojaan huolehtia itsestään ja rentoutua. Kirjoita tai piirrä tähän miten sinulla on tapana huolehtia itsestäsi.

2.5 OHJAAJAN AVUKSI

VAPAAEHTOISTOIMINNAN MOTIIVIT

Vapaaehtoistoimintaan osallistumisen motiiveja tarkastelemalla osallistujille selviää vapaaehtoistoimintaan osallistumisen monet positiiviset asiat. Motiivien tarkastelun kautta osallistujille saattaa selvitä, minkälaisessa vapaaehtoistoiminnassa he haluavat olla mukana. Tarkastelemalla omia motiivejaan saattaa vapaaehtoistoimija oppia itsestään jotain uutta.

Nuorten motiivit vapaaehtoistoimintaan osallistumisessa voivat ja saavat vaihdella. Toimintaan lähtemisen motiivit saattavat olla hyvinkin erilaisia kuin motiivit, jotka kannustavat jatkamaan. Erilaisia motiiveja ryhtyä vapaaehtoistoimijaksi ei pidä asettaa eriarvoiseen asemaan.

Vapaaehtoistoiminnan motivaatiota käsitellään Anne Birgitta Yeungin luoman vapaaehtoistoimintaan motivoivien tekijöiden timanttimallin avulla. Vapaaehtoistoiminnan koulutukseen osallistujat kirjoittavat ensin sivulla 27 omia motiivejaan vapaaehtoistoimintaan osallistumiseksi. Tehtävänannon mukaisesti osallistujat sijoittavat kirjoittamansa motiivit timanttimalliin. Osallistujien tehtyä tehtävä yksilötehtävänä voi niitä käydä yhdessä läpi pohditen miten erilaiset tekijät ihmisiä motivoivat ja miten motiivit saattavat toimintaa ohjata.

OMAT VAHVUUDET

Omien vahvuuksien tarkasteleminen on itsetuntemuksen kannalta merkittävää. Omien vahvuuksien tiedostaminen edesauttaa niiden käyttöönottamisessa mm. vapaaehtoistoiminnassa. Vahvuuksiaan koulutukseen osallistujat pohtivat vahvuuksien talo -tehtävän avulla, jossa pohditaan omia vahvuuksia, unelmia ja harrastuksia.

Joskus omia hyviä puolia voi olla hankala itse nimetä. Avuksi voi ottaa muut osallistujat hyvän mielen piiri -harjoituksen avulla.

Hyvän mielen piiri

Osallistujat istuvat ringissä. Ohjaaja valitsee aloittajan. Aloittaja sanoo oikealla puolella olevasta vierustoveristaan jotain positiivista: mikä hänessä on hyvää tai mitä vahvuuksia hänessä näkee. Vuoro siirtyy henkilölle, joka kuuli itsestään hyvää ja on hänen vuoronsa sanoa oikealla puolella olevasta henkilöstä jotakin positiivista. Harjoitusta jatketaan, kunnes kaikki ovat saaneet positiivisen kommentin itsestään.



Omien vahvuuksien, hyvien puolien ja harrastusten oivaltaminen ja niiden käyttäminen mm. vapaaehtoistoiminnassa on tärkeää. Kuitenkin on hyvä miettiä myös omia vähemmän hyviä puolia, joita on mukavampi käsitellä, kun ensin on pohdittu vahvuuksia ja positiivisia piirteitä. Omien heikkouksien tarkasteleminen on tärkeää myös sen vuoksi, että nekin pitää hyväksyä osana itseä. Omia vähemmän hyviä puolia, heikkouksia, voi ottaa myös kehittämisen kohteeksi. Omia heikkouksia ei tule hävetä, sillä täydellistä ihmistä ei olekaan. Vähemmän hyviä puolia voi osallistujien kanssa pohtia heikkouksien astia -harjoituksen avulla.

Heikkouksien astia

Osallistujat istuvat piirissä. Jokaiselle annetaan muutama paperinpala ja kynä. Piirin keskelle asetetaan jokin astia (esimerkiksi roskakori). Kukin miettii itsekseen omia heikkouksiaan ja huonoja puoliaan ja kirjoittaa yhden kullekin paperille. Kirjoitettuaan yhden huonon puolensa tai kehittämisen kohteensa/paperi osallistujat rypistävät paperin ja heittävät sen piirin keskellä olevaan astiaan. Kirjoittamaansa ei tarvitse jakaa muiden osallistujien kanssa. Tarkoituksena on tunnistaa omia heikkouksia ja parantamisen kohteita, hyväksyä ne ja oivaltaa, että kaikissa ihmisissä on omat huonommatkin puolensa. Omia heikkouksiaan tarkasteltuaan kunkin on hyvä todeta, minkä tyyppiset asiat eivät sovi itselle hoidettaviksi tai missä asioissa on hyvä pyytää toisilta apua.

ARVOT

Arvoja tarkastellaan vapaaehtoistoiminnan koulutuksessa, sillä arvot ohjaavat ihmisten toimintaa. Omien arvojen tarkastelu on myös tutustumista itseensä ja omaan elämänkatsomukseensa.

Vapaaehtoistoiminnan koulutuksessa arvoja tarkastellaan kahden tehtävän avulla (sivu 32). Koulutukseen osallistujat pohtivat omia arvojaan kirjatun ne ylös ja miettien, miten ne näkyvät arkisessa elämässä.

Omien arvojen pohtiminen saatetaan kokea henkilökohtaiseksi asiaksi, joten ohjaajan kannattaa miettiä, onko arvojen jakaminen ryhmässä tarpeellista. Arvoista voi keskustella yleisellä tasolla.

ITSESTÄ HUOLEHTIMINEN

Koulutuksessa osallistujat pohtivat erilaisia keinoja huolehtia itsestään. Näistä itsestä huolehtimisen tavoista kannattaa käydä keskustelua, jotta erilaiset tavat hoitaa itseään tulevat ymmärretyiksi.

Toisen koulutuskerran lopuksi voi osallistujille pitää rentoutusharjoituksen. Rentoutusharjoituksessa osallistujat ottavat mukavan asennon. Rentoutuksessa voi käyttää apuna erilaisia tarinoita, musiikkia tai molempia. Seuraavassa on esimerkki yhdestä tarinasta, jonka ohjaaja voi lukea osallistujille:

Ota mukava asento ja sulje silmäsi. Kuvittele itsesi paikkaan, jossa sinun on hyvä olla. Kuka tai ketkä siellä ovat kanssasi vai oletko yksin? Mitä teet vai oletko tekemättä mitään? Jos paikka on sinulle tuttu, mieti kaikkia hyviä muistoja, jotka liittyvät paikkaan. Kenen tai keiden kanssa jaat näitä muistoja? Jos paikka on sinulle uusi, mieti mitä kaikkea näet, kuulet, haistat tai tunnet. Tee tästä paikasta oma unelmiesi paikka. Rentoudu nyt tässä unelmiesi paikassa sinulle sopivalla tavalla.

Hetken hiljaisuus

Saat unelmiesi paikkaan vieraan. Vieraan saat itse valita. Vieras on sinulle läheinen, tärkeä ja rakas ihminen. Sinun on hyvä olla tämän ihmisen seurassa. Mieti hetki tätä ihmistä. Minkälaisia yhteisiä muistoja teillä on? Mitä hauskoja tilanteita teillä on ollut? Mitä yleensä teette yhdessä ja missä vietätte aikaanne? Miksi hän on ystäväsi? Mistä hänen ominaisuuksistaan pidät? Mitä nyt teet unelmiesi paikassa vieraasi kanssa?

Hetken hiljaisuus

Vieraanasi oleva henkilö kertoo sinulle, että hän pitää sinusta ja välittää sinusta. Hän kertoo, mitä sinun ominaisuuksiasi hän arvostaa ja missä sinä olet hänen mielestään hyvä. Sinusta tuntuu hyvältä, kun saat hyvää palautetta. Kuvittele asioita, joita hän sinulle kertoo.

Hetken hiljaisuus

Vieraasi lähtee pois unelmiesi paikasta. Olet nyt yksin. Katsot vielä kerran ympärillesi, rauhallisesti. Painat mieleesi unelmiesi paikan. Sinulla on siellä hyvä olla. Voit mielessäsi aina palata sinne. Nyt voit avata silmäsi.



3 VUOROVAIKUTUS VAPAAEHTOISTOIMINNASSA (kolmas koulutuskerta)

Kolmannen koulutuskerran aiheena on vuorovaikutus. Aihe on tärkeä, sillä vapaaehtoistoimintaa toteutetaan paljon ryhmässä ja toiminnan kohteena on usein ihminen tai ihmisiä. Koulutuskerralla pohditaan, mistä hyvät vuorovaikutustaidot koostuvat ja millaista on hyvä kohtaaminen.

Vuorovaikutuksessa hyvien tapojen huomioiminen on tärkeää. Koulutuskerralla pohditaan, mitä asioita on hyvä huomioida, jotta antaa itsestään positiivisen vaikutelman.

Ystävyys on vuorovaikutusta. Osallistujien kanssa mietitään, millaisia ominaisuuksia on hyvällä ystävällä. Ystävyuden merkitystä iloissa ja murheissa osallistujat kuvaavat kirjoitusten tai piirrosten avulla.

Koulutuskerralla pohditaan tunteita ja niiden vaikutuksia itseän ja toisten kohtaamiseen. Tunteita käsitellään ja opetellaan tunnistamaan paitsi keskustelemalla, myös "tunneukkeli"- tehtävän ja leikkimielisen tunnesyöttö -harjoituksen avulla.

Ryhmässä toimimista pohdiskellessa luodaan omalle vapaaehtoistoiminnan koulutuksessa olevalle ryhmälle pelisäännöt.

3.1 KOHTAAMINEN

Ihmiset ovat päivittäin hyvinkin erilaisissa kohtaamistilanteissa. Kohdattaessa muita ihmisiä on tärkeää muistaa seuraavat asiat:

- Ota huomioon omat ja toisen tunteet.
- Ole läsnä kun kohtaat toisen ihmisen.
- Ole ystävällinen.
- Katso silmiin.
- Kuuntele ja keskustele.
- Ole rauhallinen ja kärsivällinen.
- Ole luottamuksen arvoinen.
- Pyri olemaan ilman ennakoasenteita.
- Pyri tasa-arvoisuuteen.
- Esitä ja vastaanota palautetta.
- Esitä ja vastaanota kohteliaisuuksia.

Pohtikaa yhdessä seuraavia kysymyksiä:

- Kun tapaat uuden ihmisen, mihin asioihin kiinnität huomiota?

- Ihmisten kohtaamisessa pienilläkin asioilla on merkitystä.

Mieti tänään tapahtuneita arkisia kohtaamisia. Mikä jossakin kohtaamisessa jätti hyvän mielen? Entä jäikö jossakin kohtaamisessa jokin harmittamaan?

3.2 HYVIEN TAPOJEN HUOMIOIMINEN

Tärkeä asia kohtaamisessa ja vuorovaikutuksessa on hyvien tapojen huomiointi. Jokapäiväisessä elämässä on otettava huomioon erilaisten ihmisten, yhteisöjen ja paikkojen tapoja, tottumuksia ja sääntöjä.

Seuraavat hyvät tavat kannattaa huomioida:

- Asiallinen pukeutuminen

Tavatessamme uuden henkilön, kiinnitämme usein ensimmäisenä huomiotamme ulkoiseen olemukseen. Käytä siistejä, tilanteeseen ja vuodenaikaan sopivia vaatteita. Kaikki vaatteet eivät aina ole soveliaita joka tilanteeseen. Pukeutumisellasi saat kuitenkin ilmaista persoonallisuuttasi.

- Tervehtiminen ja itsensä esitteleminen

Tervehtiminen kuuluu hyviin tapoihin. Joskus kätteleminen on asiaankuuluvaa.

- Ilmeet ja eleet

Kehonkielellä viestimme yllättävän paljon. Pyri asennoillasi, ilmeilläsi ja eleilläsi antamaan kohtelias vaikutelma.

- Matkapuhelimen käyttö

Matkapuhelin saa kulkea aina mukanasasi. Muista kuitenkin tarvittaessa laittaa puhelimesi äänettömälle. On tilanteita, joissa on epäkohteliasta käyttää puhelinta.

- Henkilökohtainen hygienia

Huolehdi henkilökohtaisesta hygieniastasi.

- Purukumin käyttö

On tilanteita, jolloin purukumin käyttö ei ole asiallista.

- Kosketus ja tilankäyttö

Ota huomioon ihmisten reviirit. Mieti erilaisissa tilanteissa, milloin on sopivaa mennä lähelle tai koskettaa. Toisinaan kosketuksen viesti on paikallaan, toisinaan taas liian lähelle meneminen tai koskettaminen tuntuu epämiellyttävältä.

- Hyvät tavat tulee muistaa aina. Minkälaisissa tilanteissa kannattaa erityisesti kiinnittää huomiota siihen, minkälaisen ensivaikutelman antaa?



3.3 YSTÄVYYS

Ystävyys on tärkeä asia ihmisen elämässä. Ystävyys on yhdessä viihtymistä, kunnioitusta, luottamusta, ymmärtämistä ja auttamista. Ystävän kanssa voi nauraa ja itkeä, puhua ja tehdä. Ystävien määrällä ei ole merkitystä. Ystävyys voi toteutua eri tavoin. Usein ystävyys on konkreettista yhdessäoloa. Toisille ystävyys muodostaminen ja ylläpitäminen saattaa olla helpompaa esimerkiksi internetin välityksellä, mikä ei ole ollenkaan vähäpätöisempää ystävyyttä. Ystävydestä täytyy huolehtia ja sille pitää antaa aikaa. Ystävyysuhteet voivat myös loppua ilman, että se on kummankaan osapuolen syytä.

Ystävyys liittyy monin tavoin myös vapaaehtoistoimintaan. Vapaaehtoistoiminnan kautta voi löytää uusia ystäviä ja ystävät voivat yhdessä toteuttaa vapaaehtoistoimintaa. Joitakin vapaaehtoistoiminnan muotoja kutsutaan ystävätoiminnaksi.

Kirjoita alla oleville viivoille minkälaisia ominaisuuksia mielestäsi on hyvällä ystävällä.

•
•
•
•
•
•
•
•

Mieti onko sinulla näitä ominaisuuksia?

Sosiaalisessa mediassa ihmisillä on useita kontakteja ja laajat verkostot. Pohtikaa yhdessä, mitä ystävyys on sosiaalisessa mediassa? Mitä pelisääntöjä ystävyydellä on sosiaalisessa mediassa?

Jokainen tarvitsee ystävää. Mieti omaa elämääsi, sen huippuhetkiä, laskuja ja tasaisia jaksoja. Kun olet ollut iloinen, kenen kanssa olet ilosi jakanut tai kun sinulla on ollut vaikeita hetkiä, ketkä ovat keventäneet oloasi ja miten? Kirjoita tai piirrä muistojasi iloisista tai vaikeista hetkistä, joita olet jakanut jonkun tai joidenkin kanssa.

Tehtävän voi jokainen tehdä itsekseen ilman, että sitä käydään läpi ryhmässä.

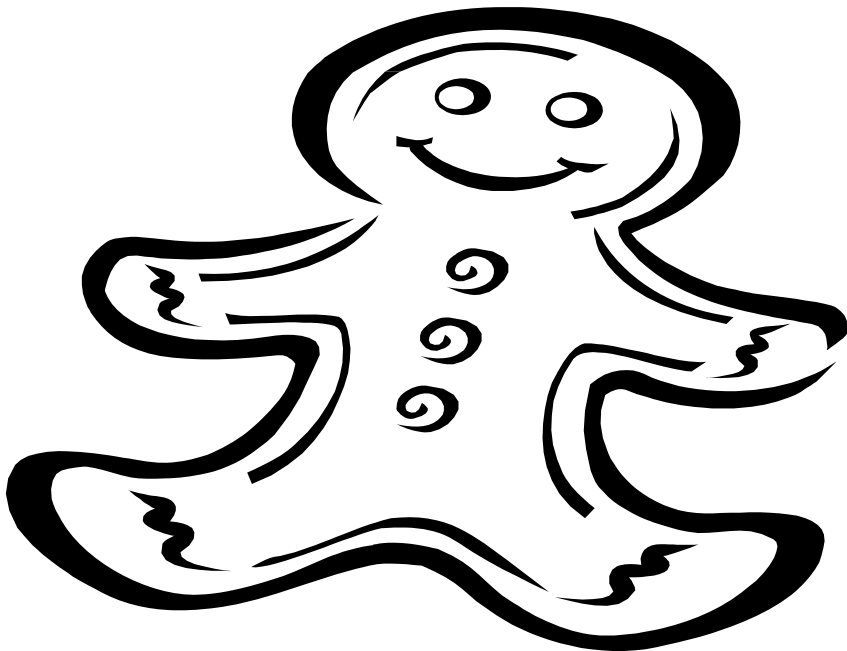


3.4 TUNTEET

Ihminen kokee monenlaisia tunteita. Ihmisiä kohdattaessa on hyvä, jos osaa ottaa toisten tunteet huomioon. On hyvä tunnistaa myös itsessään erilaisia tunteita, sillä ne ohjaavat usein toimintaamme.

Kirjoita tai piirrä erilaisia tunteita:

Väritä alla olevaan "tunneukkeleihin" omia tunteitasi. Valitse tunteille omat värit ja mieti, missä kohdassa kehoa mikäkin tunne tuntuu, esim. ilo on keltainen ja tuntuu vatsassa.



3.5 TOIMINTA RYHMÄSSÄ

Vapaaehtoistoiminnassa toimitaan usein ryhmässä. Alla mainittuja toimivan ryhmän ominaisuuksia kannattaa pohtia, jotta ryhmässä olisi mahdollisimman helppo toimia.

- Vuorovaikutus on riittävän avointa.
- Ryhmän jäsenet ovat sitoutuneet yhteisesti sovittuihin tavoitteisiin.
- Ryhmä sopii yhdessä pelisäännöt ja toimii niiden mukaisesti.
- Jokainen ryhmän jäsen on tärkeä sellaisenaan.
- Kaikkia ryhmän jäseniä kuunnellaan ja kaikki otetaan huomioon. Kaikkia rohkaistaan osallistumaan.
- Ryhmän päätöksenteossa pyritään huomioimaan kaikkien mielipiteet. Päätöksissä pyritään yksimielisyyteen. Toisinaan pitää kuitenkin tehdä kompromisseja.
- Työnjako ja ryhmän roolit ovat muodostuneet jäsentensä tietojen, taitojen, kykyjen ja kiinnostuksen perusteella.
- Ryhmän jäsenet osaavat ottaa toisiltaan palautetta vastaan ja pystyvät oppimaan siitä.
- Ryhmän jäsenet ottavat vastuuta ja ovat motivoituneita toimintaan.
- Ryhmä osaa ratkaista erimielisyyksiä ja ongelmia.
- Ryhmä sallii erilaisuutta.



Ryhmässä on helpompi ja mukavampi toimia, kun on sovittu yhteiset pelisäännöt. Suunnitelkaa yhdessä omalle ryhmälle pelisäännöt. Kirjoita ne alle.

3.6 OHJAAJAN AVUKSI

KOHTAAMINEN

Kohtaamista käsitellään pohtien, mitkä tekijät kannattaa huomioida kohdatessa toisia. Kohtaamisen ”muistilistaa” käydään keskustellen läpi. Aiheeseen liittyvien kysymysten tarkoituksena on herätellä keskustelua ensitapaamisen merkityksestä ja kohtaamisen vaikutuksista.

HYVIEN TAPOJEN HUOMIOIMINEN

Hyvien tapojen merkitys on läsnä kaikkialla ihmisten elämässä ja siksi niiden huomioiminen on tärkeää. Hyvät tavat eivät ole ainoastaan kohteliaista käyttäytymistä vaan erilaisin tavoin ja teoin toisten huomioon ottamista. Koulutuksessa käsitellään erilaisia hyviin tapoihin liittyviä asioita, jotka on luettelomuodossa sivulla 39. Ryhmän kanssa kannattaa keskustella ja tarkastella niitä erilaisten arkielämän esimerkkien avulla. Esimerkiksi tervehtimistä ja itsensä esittelemistä, ilmeiden ja eleiden merkitystä sekä kosketusta ja tilan käyttöä voidaan ryhmässä harjoitella.

YSTÄVYYS

Koulutuskerralla pohditaan ystävyysmerkitystä sekä erilaisia ystävyysmuotoja. Koulutukseen osallistujat miettivät tehtävän avulla minkälaisia ominaisuuksia on hyvällä ystävällä. Tehtävän jälkeen on hyvä pysähtyä pohtimaan, täyttääkö itse samat ”vaatimukset”, joita ystävydeltä odottaa. Koska ystävyys on merkittävä osa nuorten elämää, ryhmässä muodostuu helposti ajatuksia ja näkökulmia nuorten omiin kokemuksiin liittyen.

Ystävyysmerkitymisen ja ylläpitämisen muotoja on monia. Sosiaalinen media tuo paitsi uusia kanavia myös uudenlaisia haasteita ystävyydelle. Koulutuskerralla pohditaan, minkälaisia ystävyysmerkitymisen pelisääntöjä tulee ottaa huomioon sosiaalisessa mediassa.

Ystävyysaiheen lopuksi osallistujat pohtivat tehtävän muodossa omien ystävyysmerkitymisensä merkitystä elämän eri tilanteissa.

TUNTEET

Tunteita käsitellään osana vuorovaikutus-temaa, sillä tunteita ei voi erottaa teoistamme. Sekä omien että muiden tunteiden ymmärtäminen ja huomioiminen vaikuttavat kohtaamiseen, hyviin tapoihin ja ystävyhteeseen. Tunteet käsitellään koulutuksessa tehtävien/harjoitusten avulla. Sivulle 43 osallistujat



kirjoittavat mahdollisimman monia erilaisia (emotionaalisia ja fyysisiä) tunteita. Ohjaajan kannattaa kirjoittaa osallistujien nimeämiä tunteita taululle tms. myöhempiä aiheeseen liittyviä harjoituksia varten.

Kun osallistujat ovat nimenneet ja kirjoittaneet erilaisia tunteita, siirtyvät he seuraavaan tunteisiin liittyvään tehtävään. Tunneukkeli-tehtävässä osallistujat valitsevat itse joitakin tunteitaan, sijoittavat ne ukkelin kehoon ja antavat niille värin. Tehtävän ajatuksena on tarkastella, miten ja mihin ihmiset sijoittavat omia tunteitaan. Samalla voi pohtia, millä väreillä tunteita voi kuvata. Tehtävän tehtyään osallistujat voivat kertoa omista ”tunneukkeistaan” ja verrata niitä, jolloin tulee huomioiduksi myös se, miten eri tavalla ihmiset tunteitaan kokevat ja kuvaavat.

Tunteisiin liittyvänä toiminnallisena harjoituksena voidaan käyttää ns. tunnesyöttöharjoitusta. Harjoituksen avulla voidaan tarkastella omia tunteita ja niiden vaikutusta muihin pohtien, miten tunteet vaikuttavat kohtaamisiin ja vuorovaikutukseen. Harjoitus antaa mahdollisuuden pohtia paitsi omia, myös toisten tunteita. Harjoitusta voidaan käyttää myös itseilmaisun välineenä. Tunnesyöttöharjoitusten tarkoituksena on osoittaa, mikä merkitys ihmisten erilaisilla tunnetiloilla saattaa olla kohtaamisessa ja vuorovaikutuksessa. Tavoitteena on auttaa ymmärtämään omaa ja toisten käyttäytymistä. Harjoitus saattaa herätellä myös empatian tunteita ja/tai osoittaa, että joissain tilanteissa täytyy omia tunteita tarkastella, jotta ei vahingossa loukkaisi toisia. Harjoitus etenee seuraavasti:

Koulutuksen ohjaaja kirjoittaa taululle tunteita, joita osallistujat nimesivät sivun 43 tehtävässä. Ryhmässä keskustellaan siitä, miten tietyssä tunnetilassa oleva ihminen saattaa käyttäytyä tai toimia.

Kaksi osallistujaa menee kuvitellulle esiintymislavalle. Ryhmässä keksitään henkilöille nimet, tapahtumapaikka, iät, henkilöiden suhde toisiinsa sekä kohtaamisen luonne. Kummallakin ”näyttelijällä” on oma tunnesyöttäjänsä, jotka ovat ikään kuin näytelmän ohjaajia. Tunnesyöttäjät antavat näyttelijöille taululta alkutunteet (esim. toinen voi olla nälkäinen ja toinen rakastunut). Näyttelijät alkavat improvisoida sovittua kohtaamista ja tunnesyöttäjät vaihtavat ”oman näyttelijänsä” tunteita sitä mukaa kuin haluavat. Sopiva kesto on n. 5–10 minuuttia/pari. Harjoituksen jälkeen keskustellaan siitä, miten omat ja toisen näytellyt tunteet vaikuttivat vuorovaikutukseen. Harjoituksen avulla konkretisoituu tunteiden vaikutus kanssakäymisessä.

TOIMINTA RYHMÄSSÄ

Kolmannella koulutuskerralla pohditaan ryhmässä toimimista. Ihmiset saattavat kuulua moniin erilaisiin ryhmiin, joissa kullakin on omat, erilaiset roolin-

sa. Usein ryhmillä on omat sääntönsä, vaikka niitä ei välttämättä tule ajatella. Sivulla 44 pohditaan toimivan ryhmän tunnusmerkkejä, minkä jälkeen osallistujat laativat omalle ryhmälleen pelisäännöt.

Jokainen määrittelee omalla tavallaan kuulumisensa ryhmään. Erilaisia ryhmiä ovat mm. kouluun ja harrastuksiin liittyvät ryhmät, perheeseen ja sukuun liittyvät ryhmät, virtuaalitodellisuuteen liittyvät ryhmät, ideologisiin aatteisiin liittyvät ryhmät jne. Ohjaajan halutessa keskittyä toiminta ryhmässä -aiheeseen enemmän, voi apuna käyttää seuraavaa tehtävää, jonka avulla voidaan pohtia mihin erilaisiin ryhmiin koulutukseen osallistujat kokevat kuuluvansa ja minkälaisia rooleja ja sääntöjä ryhmillä on.

Mieti millaisiin ryhmiin olet elämäsi aikana kuulunut tai kuulut tällä hetkellä. Onko ryhmillä erilaisia sääntöjä tai toimintatapoja? Onko sinulla erilaisia rooleja eri ryhmissä? Kirjoita alla oleville viivoille.

4 VAPAAEHTOISTOIMINNAN TOTEUTTAMINEN (neljäs koulutuskerta)

Neljännellä koulutuskerralla pohditaan vapaaehtoistoiminnan toteuttamista ja siihen liittyviä vastuita ja oikeuksia. Vapaaehtoistoimintaan liittyy usein erilaisia tapaamisia ja kokouksia. Koulutuksessa tutustutaan tyypillisiin kokouksen etenemisen vaiheisiin.

Neljäs koulutuskerta valmistaa osallistujia vapaaehtoistoiminnan toteuttamiseen. Ennen vapaaehtoistoimijan muistilistan kertaamista ja osallistumistodistusten jakamista osallistujat suunnittelevat tulevaa vapaaehtoistoimintaa. Apuna suunnittelussa käytetään ryhmätehtävää. Viimeisellä koulutuskerralla ohjaaja kertoo osallistujille, mistä saa tietoa erilaisista mahdollisuuksista toteuttaa vapaaehtoistoimintaa.

4.1 VAPAAEHTOISTOIMINNAN VASTUUT JA OIKEUDET

- Vapaaehtoistoiminta ei ole työsuhteista työntekoa.
- Vapaaehtoistoiminnan luonteeseen kuuluu, että vapaaehtoinen voi milloin tahansa luopua toiminnasta. Voit etsiä juuri sinulle sopivan tavan toteuttaa vapaaehtoistoimintaa.
- Myös vapaaehtoistoiminnassa vahingonkorvauslain mukaan toiselle tahallisesti tai tahattomasti (huolimattomuuttaan) aiheutetut vahingot on korvattava.
- Varmista että organisaatio, jossa toimit vapaaehtoisena, on vakuuttanut vapaaehtoistyöntekijänsä.
- Vapaaehtoistoimijaa sitoo vaitiolovelvollisuus. Tämä tarkoittaa sitä, että luottamuksellisesti kerrottuja asioita ei voi kertoa muille.
- Jos toimit jonkin yhteisön vapaaehtoistoimijana, sinulla on oikeus tukeen ja ohjaukseen.
- Vapaaehtoistoiminnassa on tärkeää, että kaikki toimijat voivat luottaa toisiinsa ja sitoutuvat sovittuun. Olethan luottamuksen arvoinen, muista aina ilmoittaa jos joudut perumaan esimerkiksi yhteisesti sovitun tapaamisen.

(Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry. 2005. 30–32, 48, 50).

4.2 KOKOUKSEEN OSALLISTUMINEN

Vapaaehtoistoimintaan osallistuminen vaatii usein ihmisten kokoontumisia, jotka voivat olla epämuodollisia tapaamisia tai muodollisempia ja virallisempia kokouksia. Yhdistyksissä, järjestöissä ja seuroissa on usein toimintaa ohjaava ja valvova päätöksentekuelin, jota voidaan kutsua hallitukseksi tai johtokunnaksi. Vapaaehtoistoimijana osallistut todennäköisesti epävirallisiin vapaaehtoistoimijoiden tapaamisiin tai virallisempiin kokouksiin, minkä vuoksi on hyvä tietää joitakin kokoukseen liittyviä perusasioita.

Virallisemmissä kokouksissa osallistujilla on ennen kokousta tieto siitä, mitä asioita kokouksessa käsitellään. Osallistujat voivat saada kokouskutsun, joka sisältää kokouksen asialistan tai esityslistan. Kokouksella on puheenjohtaja ja sihteeri. Puheenjohtajan tehtävänä on huolehtia, että kokous etenee asialistan mukaisesti. Puheenjohtaja antaa osallistujille puheenvuorot pitäen huolta siitä, että kaikki saavat vaikuttaa käsiteltäviin asioihin. Sihteeri kirjoittaa asialistan mukaisesti kokouksesta muistion tai pöytäkirjan. Sihteeri toimittaa muistion osallistujille sovitulla tavalla. Muistio on dokumentti kokouksessa sovituihin ja päätetyihin asioihin sekä jaetuista tehtävistä ja vastuista. Virallisten kokousten muistioita kutsutaan pöytäkirjoiksi, joille usein valitaan kokouksessa erikseen pöytäkirjan tarkastajat. Pöytäkirjan tarkastajat saavat pöytäkirjan luettavaksi kokouksen jälkeen, jolloin heillä on mahdollisuus korjata puutteellisia tietoja tai allekirjoituksellaan hyväksyä pöytäkirja. Kokouksen puheenjohtajan, sihteerin ja pöytäkirjan tarkastajien valitsemista kutsutaan kokouksen järjestäytymiseksi.

Kokoukseen osallistujien tulee olla kokouksessa ajallaan tai ainakin ilmoittaa mahdollisesta myöhästymisestäään tai poissaolostaan. Ennen kokousta on hyvä perehtyä kokouksessa käsiteltäviin asioihin. Hyvään kokoustapaan kuuluu, että osallistujat puhuvat yksi kerrallaan, kuuntelevat toisten puheenvuoroja ja ottavat osaa keskusteluun. Usein kokouksissa osallistujat pyytävät puheenjohtajalta puheenvuoroa. Kokouksissa, niin virallisissa kuin epävirallisemmissäkin tapaamisissa, kannattaa muistaa hyvään vuorovaikutukseen liittyvät kohteliaat tavat.

Esimerkki kokouksen etenemisestä:

1. Kokouksen avaus.

(Kokouksen avaa usein puheenjohtaja, jos sellainen on tiedossa ennen kokousta. Jos kokouksella ei vielä ole puheenjohtajaa, voi kokouksen koollekutsuja avata kokouksen toivottamalla osallistujat tervetulleiksi ja ilmoittaa kokous alkaneeksi.)

2. Kokouksen puheenjohtajan ja sihteerin valitseminen.

(Kokoukseen osallistujat valitsevat keskuudestaan kokoukselle puheenjohtajan ja sihteerin, mikäli he eivät ole tiedossa ennen kokousta. Puheenjohtaja ryhtyy johtamaan kokousta. Sihteeri aloittaa pöytäkirjan laatimisen merkitsemällä ylös ensin kokouksen ajan, paikan ja läsnäolijat, minkä jälkeen hän kirjaa ylös kokouksessa käsiteltävät asiat asialistan mukaisessa järjestyksessä.)

3. Kokouksen laillisuuden ja päätösvaltaisuuden hyväksyminen.

(Kokouksen laillisuus ja päätösvaltaisuus käsitellään vain sellaisten yhteisöjen virallisissa kokouksissa, joiden säännöt määräävät kokouksen viralliseksi, kun tietty minimimäärä henkilöitä on paikalla ja kun tietty koollekutsutuksen tapa on täytetty.)

4. Kokouksen asialistan hyväksyminen.

(Kokoukseen osallistujat voivat esittää asialistaan muutoksia, mikäli se on perusteltua ja kokoukseen osallistujat sekä puheenjohtaja tämän hyväksyvät. Jos osallistujilla ei ole asialistasta huomautettavaa, hyväksytään kokous eteneväksi sen mukaisesti.)

5. Edellisen kokouksen pöytäkirja.

(Joissakin kokouksissa palataan vielä edellisen kokouksen pöytäkirjaan, jolloin kaikille palautuu mieleen viimeksi käsitellyt ja sovitut asiat.)

6. Vapaaehtoistoiminnan suunnitteleminen.

(Vapaaehtoistoiminnan suunnitteleminen on tässä esimerkki kokouksessa käsiteltävästä asiasta.)

7. Seuraavan kokouksen ajankohdasta päättäminen.

(Kokouksessa sovitaan seuraavan kokouksen aika ja paikka pyrkien siihen, että se sopisi mahdollisimman monelle.)

8. Kokouksen päättäminen.

(Kokouksen puheenjohtaja päättää kokouksen. Kokouksen kesto eli sen aloittamisen ja lopettamisen aika merkitään pöytäkirjaan.)

Edellä oleva esimerkki kokouksen etenemisestä on tyypillinen virallisissa kokouksissa. Vapaaehtoistoimijoiden tapaamisissa ei tarvitse noudattaa esimerkin mukaista kokousmallia. Jos vapaaehtoistoimijat tapaamisissaan sopivat yhteisistä asioista, on kuitenkin hyvä, jos joku kirjoittaa sovittuja asioita muistiin. Vapaaehtoistoimijat tapaavat toisiaan myös omaksi ilokseen kavereita tavatakseen ilman varsinaista syytä kokoontua. Tällaiset tapaamiset ovat vapaaehtoisia tapaamisia, jotka eivät edellytä kokouskäytännön huomioimista.



4.3 MITÄ KOULUTUKSEN JÄLKEEN?

Koulutuksen jälkeen voit pohtia, minkälainen vapaaehtoistoiminta sinua kiinnostaa. Voit toimia jonkin organisaation, yhdistyksen tai yhteisön vapaaehtoisena tai voit toteuttaa aktiivista kansalaisuutta omaehtoisesti toimimalla sinulle merkittävien asioiden hyväksi. Voit valita sinulle sopivan tavan toteuttaa vapaaehtoistoimintaa niin, että se tuottaa iloa ja mielihyvää ja palvelee motiivejasi osallistua vapaaehtoistoimintaan.

Vapaaehtoisena voit sitoutua yhteen yhteisöön tai toimintaan, mutta tämä ei ole välttämätöntä. Voit toimia myös useassa eri yhteisössä samanaikaisesti. Monissa yhteisöissä voi toteuttaa vapaaehtoistoimintaa myös kertaluonteisesti. Järjestöille, yhdistyksille, yhteisöille, seuroille ym. uusien vapaaehtoistoimijoiden mukaantulo on rikkaus, sillä uudet ihmiset tuovat uusia raikkaita ajatuksia ja tapoja.

Voit liittyä erilaisiin ryhmiin ja muodostaa itse ryhmiä. Ryhmiin voit kuulua eri motiiveista käsin ja monenlaisiin tavoitteisiisi pyrkien. Ryhmässä toimimisessa on hienoa, kun saa olla osallisena, kuulua johonkin. Sitä, mikä ryhmässä toimimisessa on vapaaehtoistoimintaa ja mikä on kavereiden kanssa puuhastelua, ei ole helppo rajata. Ryhmällä saa olla hauskaa, kun se toteuttaa vapaaehtoistoimintaa. Pääasia on, että olet aktiivinen, toimit ja vaikutat, kun on sen aika.

Vapaaehtoistoiminnan koulutukseen osallistumalla olet saanut hyvät mahdollisuudet kasvaa ja oppia aktiiviseksi kansalaiseksi. Toimiessasi yhteiseksi hyväksi sinä saat antaa tietojasi, taitojasi ja aikaasi yhteiseen käyttöön. Osallistumalla ja toimimalla saat käyttöösi yhä enemmän uusia taitoja, tietoja, osaamista ja kokemuksia. Aktiivisella kansalaisuudellasi pidät osaltasi huolta siitä, että kansalaisyhteiskunta säilyy elinvoimaisena.

Ota rohkeasti yhteyttä eri tahoihin, missä voit ja haluat vapaaehtoistoimintaa toteuttaa. Kysele järjestöistä ja yhdistyksistä, mitä heillä on tarjota sinulle ja kerro, mitä sinä voit tarjota heille.

Sitoudu vapaaehtoistoiminnassa itseesi ja toteuta sinulle merkittävää ja antoisaa aktiivista kansalaisuutta. Sinä itse päätät, minkä verran sinulla on aikaa vapaaehtoistoiminnalle. Muista aina huolehtia ensisijaisesti omasta hyvinvoinnistasi.

Suunnitelkaa ryhmässä, minkälaista vapaaehtoistoimintaa haluatte toteuttaa. Suunnitellemanne vapaaehtoistoiminta voi kohdistua teille tuttuun organisaatioon tai johonkin muualle riippuen siitä, minkä tai keiden hyväksi haluatte toimia. Vapaaehtoistoiminta voi olla uudenlaista toimintaa tai jo olemassa olevaan toimintaan osallistumista. Vapaaehtoistoiminta voi olla toistuvaa ja säännöllistä tai jokin kertaluonteinen toiminto tai tapahtuma. Pohtikaa ensin, minkä asian tai keiden hyväksi haluatte toimia. Alla olevaa listaa voitte käyttää apuna miettiessänne erilaisia aihealueita, joihin liittyen vapaaehtoistoimintaa voi toteuttaa. Aihealueen ei kuitenkaan tarvitse olla listasta, vaan voitte keksiä sen myös itse.

- Urheilu ja liikunta
- Kulttuuri ja taide
- Eläintenoikeusasiat tai muu toiminta eläinten kanssa
- Ihmisoikeusasiat
- Järjestötoiminta
- Sosiaali- ja terveystalvet
- Ympäristö ja luonnonsuojelu
- Erilaiset talkoot
- Seurakuntatyö
- Aluevaikuttaminen

Kirjoittakaa seuraavalle sivulle suunnitelmanne vapaaehtoistoinnasta. Suunnitelma toimii ehdotuksena vapaaehtoistoinnasta sille taholle, jossa haluatte toimia. Suunnitelma on alustava ja se täydentyy yhteistyön edetessä. Suunnitelmassa kannattaa ottaa huomioon seuraavia asioita:

- Minkä tai keiden hyväksi toimitaan?
- Minkä organisaation/yhteisön sisällä vapaaehtoistoiminta toteutuu? Keneen otetaan yhteyttä suunnitelman esittelemiseksi? Kuka ryhmästä ottaa yhteyttä?
- Mikä on vapaaehtoistoinnin toteutuspaikka ja -aika?
- Mitä toiminnan sisältö on?
- Jos vapaaehtoistoinnasta aiheutuu kustannuksia, miten ne katetaan?
- Mitä valmisteluja vapaaehtoistoinnin toteuttaminen vaatii?
- Mitä vastualueita vapaaehtoistoinnassa on?
- Mitä erilaisia asioita pitää huomioida?
- Milloin ryhmä tapaa seuraavaksi ja missä?
- Kirjoitetaanko sovittuja asioita muistiin?



Suunnitelma vapaaehtoistoiminnasta:

Kerää alle erilaisten tahojen ja henkilöiden yhteystietoja, jotka voivat olla sinulle tarpeellisia toteuttaessasi vapaaehtoistoimintaa.

Yhteyshenkilöitä vapaaehtoistoiminnassa:

4.4 OSOITUS TOIMIMISESTA VAPAAEHTOISENA

Vapaaehtoistoimintaan osallistuminen on osoitus siitä, että käytät aikaasi yhteiseksi hyväksi. Vapaaehtoistoimintaan osallistumalla opit ja omaksut erilaisia asioita, jotka ovat arvokkaita monilla elämänalueilla. Vapaaehtoisena toimiminen on mainitsemisen arvoinen ansiosi, mistä kannattaa mainita esimerkiksi ansioluettelossa ja työnhakutilanteissa.

Osoituksena aktiivisuudestasi sinun kannattaa pyytää vapaaehtoistoimintaa organisoivalta taholta vapaamuotoinen todistus tehtävänkuvauksineen toteuttamastasi vapaaehtoistoinnasta.

4.5 VAPAAEHTOISTOIMIJAN MUISTILISTA

Vapaaehtoistoimijan muistilistaan on kirjoitettu periaatteita, jotka tulee ottaa huomioon toimittaessa vapaaehtoisena. Allekirjoituksellaan vapaaehtoistoimija osoittaa, että on huolellisesti tutustunut vapaaehtoistoimintaa ohjaaviin periaatteisiin ja on valmis toimimaan niiden mukaisesti.

Tutustu huolellisesti seuraavalla sivulla olevaan vapaaehtoistoimijan muistilistaan. Mikäli olet valmis noudattamaan siinä mainittuja tärkeitä asioita, voit vahvistaa sen allekirjoituksellasi.



VAPAAEHTOISTOIMIJAN MUISTILISTA

Vapaaehtoistoiminnassani muistan huomioida seuraavat periaatteet:

LUOTTAMUS

Olen luottamuksen arvoinen. Muistan vaitiolovelvollisuuteni.

TASA-ARVO JA LÄHIMMÄISEN KUNNIOITTAMINEN

Otan toiminnassani toiset huomioon. Olen kohtelias ja noudatan hyviä tapoja.

SITOUTUMINEN

Noudatan sovittuja pelisääntöjä ja pidän kiinni sovituista asioista.

TOIMIMISEN ILO

Edistän omalla toiminnallani toimimisen iloa omassa yhteisössäni.

SUVAITSEVAISUUS

Hyväksyn ihmisten erilaisuuden ja erilaiset tavat toimia. Arvostan toisten tietoja, taitoja, kokemuksia ja osaamista.

Paikka ja aika

Allekirjoitus

Vapaaehtoistoimijan allekirjoitus ja nimenselvennys



4.6 VAPAAEHTOISTOIMINNAN KOULUTUKSEN OSALLISTUMISTODISTUS

Saat osallistumistodistuksen vapaaehtoistoiminnan koulutuksesta. Osallistumistodistus on osoitus, että olet käynyt nuorille tarkoitetun vapaaehtoistoiminnan koulutuksen ja sinulla on perusvalmiudet vapaaehtoistoiminnan toteuttamiseen. Osallistumistodistukseen on kirjattu koulutuksen sisältö. Säilytä todistus huolellisesti.

4.7 OHJAAJAN AVUKSI

VAPAAEHTOISTOIMINNAN VASTUUT JA OIKEUDET

Viimeisen koulutuskerran aluksi käsitellään vapaaehtoistoiminnan vastuuta ja oikeuksia, jotta osallistujat suhtautuisivat vapaaehtoistoimintaan riittävän vakavasti. Vapaaehtoistoiminnan vastuut ja oikeudet muodostavat vapaaehtoistoiminnan pelisäännöt. Vastuita ja oikeuksia käsiteltäessä voi ryhmän kanssa palata kertaamaan myös koulutuksen alussa käsiteltyjä vapaaehtoistoiminnan määritelmää (1.1) ja vapaaehtoistoiminnan periaatteita (1.2).

KOKOUKSEEN OSALLISTUMINEN

Vapaaehtoistoimijat osallistuvat usein virallisempiin ja epävirallisempiin kokouksiin ja tapaamisiin. Kokouskäytäntöä on hyvä harjoitella, jotta kynnys osallistua madaltuisi ja rohkeus osallistumiseen lisääntyisi. Sivulla 51 on esimerkki kokouksen etenemisestä. Mallin käsittelemisen jälkeen ryhmässä voidaan pitää harjoituskokous.

MITÄ KOULUTUKSEN JÄLKEEN?

Vapaaehtoistoiminnan koulutus on antanut perusvalmiudet toimia vapaaehtoisena. Viimeisellä koulutuskerralla koulutukseen osallistujat suunnittelevat, minkälaista vapaaehtoistoimintaa lähtevät toteuttamaan. Koulutuskerralla selvitetään, mitä mahdollisuuksia vapaaehtoistoiminta tarjoaa. Ryhmätehtävän avulla (sivu 54) tulevan vapaaehtoistoiminnan suunnitteleminen on helpompaa. Suunnitteluvaiheessa koulutusta tai vapaaehtoistoimintaa ohjaavan tahon kannattaa olla aktiivisesti mukana, jotta suunnitelmasta tulee toteutuskelpoinen. Viimeiselle koulutuskerralle voi kutsua mukaan niitä tahoja, joiden kanssa vapaaehtoistoimijat tulevat toimimaan. Suunnitelma ei välttämättä selviä tai tule valmiiksi koulutuksen aikana, minkä vuoksi kannattaa huolehtia, että ryhmä sopii seuraavan tapaamisen ajankohdan. Nuorten vapaaehtoistoimijoiden ryhmää ei kannata vapaaehtoistoiminnan alkutaipaleella jättää yksin, sillä he tarvitsevat tukea ja ohjausta.



Nuorille vapaaehtoistoimijoille on tärkeää, että he tietävät, keiden puoleen voivat kääntyä vapaaehtoistoimintaansa liittyvissä asioissa. Kannattaa huolehtia, että nuoret saavat vapaaehtoistoimintaan liittyvien tahojen yhteystiedot.

OSOITUS TOIMIMISESTA VAPAAEHTOISTOIMIJANA

Nuorille kannattaa painottaa, että vapaaehtoistoimintaan osallistuminen on arvokasta aktiivista kansalaisuutta, mistä on hyödyllistä saada dokumentti. Osoituksena vapaaehtoistoimintaan osallistumisesta nuoret voivat pyytää ”suoritusmerkinnän” vapaaehtoistoimintaa ohjaavalta tai vastaanottavalta taholta. Merkinnän pyytäminen saattaa usein unohtua nuorilta, minkä vuoksi ohjaajalla on mahdollisuus antaa nuorten käyttöön seuraavalla sivulla esitetty vapaaehtoistojen passi. Passi on esimerkki, jonka voi sellaisenaan ottaa käyttöön tai muokata mieleisekseen. Huomioitavaa on, että etusivunjälkeistä ”merkintäsivua” kopioidaan passiin riittävä määrä.

Suoritusmerkintöjen kerääminen toimii myös osoituksena siitä, että nuorten vapaaehtoistoiminta on kytköksissä johonkin vastuulliseen tahoon. Suoritusmerkinnät toimivat osoituksena vastuullisesta sekä kevyesti kontrolloidusta ja tuetusta vapaaehtoistojen toiminnasta.

VAPAAEHTOSTOIMIJAN PASSI

Passin haltija:

Toukokuu: _____

Toukokuu: _____

Ajalla (pvm/kuu/vuosi): _____

Toukokuu: _____

Toiminnan ohjaajan/työskentäjän/vastaanottajan
allekirjoitus: _____

Vapaaehtoistoimijan passi annetaan henkilöille, jotka ovat suorittaneet Nuorten kansalaisaktiivisuuden lisääminen vapaaehtoistoiminnan muodossa -projektin luoman vapaaehtoistoiminnan koulutuksen (8h). Koulutuksessa on käsitelty mm. seuraavia aihealueita:

- Vapaaehtoistoiminnan määrittäminen, periaatteet, merkitykset ja motiivit
- Itsestä huolehtiminen, omien vahvuuksien pohjautuminen
- Vuorovaikutus, ihmisen kohtaaminen ja toiminta ryhmässä
- Vapaaehtoistoiminnan vastuut ja oikeudet
- Luottamus ja valitsemattomuus
- Erilaisia yhteisöllisiä harjoituksia
- Minä vapaaehtoistoimijana

Passiin merkitään kaikki passin haltijan tekemä vapaaehtoistominna, toimipaikan nimi ja toiminnan kesto tunteina. Vapaaehtoistoiminnan ohjaajan tms. allekirjoitus on todistus toteutuneesta toiminnasta.

Toukokuu: _____

Toukokuu: _____

Ajalla (pvm/kuu/vuosi): _____

Toukokuu: _____

Toiminnan ohjaajan/työskentäjän/vastaanottajan
allekirjoitus: _____



VAPAAEHTOISTOIMIJAN MUISTILISTA

Vapaaehtoistoimijan muistilistan käsittelemisen tarkoituksena on herättää nuoria vastuulliseen vapaaehtoismintaan. Muistilistan yhteydessä voi vielä kerrata, mitä siinä mainitut periaatteet tarkoittavat.

OSALLISTUMISTODISTUS

Koulutuksen käyneille tulee antaa osallistumistodistukset. Ohjaaja voi luoda itse osallistumistodistuksen tai käyttää seuraavalla sivulla esitettyä mallia.

Osallistumistodistus

on osallistunut vapaaehtoistoiminnan koulutukseen (8 h)

ajalla _____

Koulutukseen sisältyi

- Vapaaehtoistoiminnan määritelmä ja periaatteet
- Tietoa aktiivisesta kansalaisuudesta ja kansalaisyhteiskunnasta
- Vapaaehtoistoiminnan motiivien sekä omien vahvuuksien ja arvojen tarkastelu, itsestä huolehtimisen tärkeys
- Vuorovaikutus, kohtaaminen ja hyvien tapojen huomioiminen
- Ystävyyden merkityksen pohtiminen, tunteiden tunnistaminen, ryhmässä toimimisen tarkastelu
- Vapaaehtoistoiminnan vastuut ja oikeudet
- Kokouskäytäntöön tutustuminen
- Erilaisia yhteisöllisiä harjoituksia ja tehtäviä

Ohjaajien allekirjoitukset



II OSIO

Nuorten kansalaisaktiivisuutta lisäämässä



1 PROJEKTILLA ALKUUN

Nuorten kansalaisaktiivisuuden lisääminen vapaaehtoistoiminnan muodossa -projekti toimi Euroopan sosiaalirahaston ja Satakunnan ELY-keskuksen rahoittamana kehittämishankkeena ajalla 9/2009–1/2013. Projektia hallinnoi Diakonia-ammattikorkeakoulu. Projektin päämääränä oli lisätä nuorten aktiivista kansalaisuutta vapaaehtoistoiminnan muodossa. Päämäärässä oleellista oli kiinnittää huomiota nuorten omaan itseorganisoitumiseen ja tarjota nuorille merkityksellistä tapaa toteuttaa aktiivista kansalaisuuttaan. Toimintaperiaatteena oli järjestölähtöisestä vapaaehtoistoiminnasta poiketen vapaaehtoistoiminnan luominen nuorista järjestöjen ja muiden toimijoiden suuntaan. Päämääräänsä projekti pyrki innostamalla ja rekrytoimalla nuoria vapaaehtoistointaan, luomalla nuorten vapaaehtoistointaa mahdollistavia verkostoja, suunnittelemalla nuorille suunnatun vapaaehtoistoiminnan koulutusmallin, saattamalla nuoret vapaaehtoistointijat pysyviin rakenteisiin sekä tukemalla ja kannustamalla nuoria vapaaehtoistointijoita ja sitä verkostoa, joka mahdollistaa aktiivisen kansalaisuuden toteutumista. Projektissa kannatteleva ajatus oli nuorten ryhmämuotoisen vapaaehtoistoiminnan edistäminen. Ryhmämuotoinen vapaaehtoistointa on osallisuutta edistävää, vuorovaikutus- ym. taitoja lisäävää toimintaa, missä mahdollistuu nuorten kasvaminen eri ulottuvuuksilla. Ryhmämuotoista toimintaa on vapaaehtoistointia kannattelevan tahon usein vähäisten resurssien vuoksi helpompi tukea, kontrolloida ja ohjata. Ryhmämuotoisella vapaaehtoistointinnalla todettiin projektin kuluessa olevan myös syrjäytymistä ehkäiseviä vaikutuksia.

Projekti toteutui kahden työntekijän työpanoksella. Toiminta-alueellaan projekti lisäsi nuorten tietoisuutta vapaaehtoistointinnasta ja sen muodoista siten, että työntekijät kävivät yläkouluilla sekä nuorten vapaa-ajan vieton paikoilla kertomassa kansalaisyhteiskunnan osallistumisen ja vaikuttamisen mahdollisuuksista. Projektin kautta vapaaehtoistointinnasta koulutukseen osallistui yli kaksisataa nuorta, ja kymmenet tahot ottivat kannateltavakseen nuorten vapaaehtoistointinnasta edistämisen työssään tai vapaa-ajallaan. Projektin kohderyhmänä olevat nuoret olivat vähintään 15 vuotta täyttäneitä. Projektin aikana mahdollistui nuorten vapaaehtoistointintaan liittyvien tyyppisten piirteiden havaitseminen ja niiden esittäminen erilaisissa foorumeissa ja yhteistyösuhteissa, joissa osallisena oli eri sektorien edustajia.

Projektissa työskentely mahdollisti erilaisten käytänteiden kokeilemisen sekä tapojen ja toimintamallien testaamisen kautta hyvien käytänteiden havaitsemisen. Vapaaehtoistointinnasta käsiteltäessä tuodaan esiin kokemuksia ja havaintoja nuorten aktiivisesta kansalaisuudesta. Esille nostetaan hyviksi havaittuja tapoja vapaaehtoistointintaan rekrytoimisesta sen toteuttamisen tu-

kemiseen. Havaintojen esittämisen ja jakamisen toivotaan osaltaan toimivan myös käyttöohjeena vapaaehtoistoiminnan koulutusmateriaalille.

Projekti oli kehittämishanke. Projektihenkilöstön oli mahdollista ja luvallista tehdä virheitä, kokeilla, oppia ja löytää toimivia tapoja edistää nuorten aktiivista kansalaisuutta vapaaehtoistoiminnan muodossa. Esitetyt havainnot ovat paitsi projektihenkilöstön havaintoja, ne perustuvat ennen kaikkea vuorovai-
kutukseen sekä nuorten että vapaaehtoistoimintaa kannattelevan verkoston kanssa. Käsikirjaan kirjattuja tekijöitä ei pidetä nuorten aktiivisen kansalaisuuden lisäämiseksi ainoina oikeina, vaan käytänteinä, jotka ovat osoittautuneet hyviksi paikallisessa projektissa toiminnassa mukana olleiden nuorten ja vapaaehtoistoimintaa kannattelevan verkoston kanssa toimittaessa.

Projektityön luonteeseen kuuluu aloittaa toiminta lähes tyhjästä, tavoitella päämääräksi asetettua perustehtävää erilaisin keinoin, saattaa hyviksi todetut toimintamallit osaksi pysyviä rakenteita sekä jakaa kokemuksia ja projektin tuloksia. Nuorten kansalaisaktiivisuuden lisääntymistä vapaaehtoistoiminnan muodossa oli mahdollista tarkastella kehittämishankkeena, jonka tuloksena syntyi nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutusmateriaalin lisäksi paikallisesti uutta, elinvoimaista toimintakulttuuria nuorten vapaaehtoistoiminnassa. Projektina saavutettiin hyvä alku nuorten kansalaisaktiivisuuden lisäämisessä, ylläpitämisen vastuu on yhteinen.

2 NUORTEN VAPAAEHTOISTOIMINTAAN INNOSTAMISESTA TOIMINNAN TOTEUTTAMISEEN JA TUKEMISEEN

Nuorten kansalaisaktiivisuuden lisääntyminen vapaaehtoistoiminnan muodossa on prosessi. Vapaaehtoistoimintaan innostaminen on rekrytoimista, joka edellyttää tietoisuuden lisäämistä erilaisista tavoista toteuttaa vapaaehtoistoimintaa. Vapaaehtoistoiminnan koulutus on toimintaan orientoitumista sekä ymmärryksen lisäämistä vapaaehtoistoiminnan monista ulottuvuuksista. Vapaaehtoistoiminnan koulutuksessa merkittävässä roolissa ovat koulutuksen toteuttajat. Vapaaehtoistojilla on erilaiset innoittajat osallistua vapaaehtoistoimintaan. Erilaisten osallistumisen motiivien tarkastelu auttaa oivaltamaan vapaaehtoistoiminnan monisuuntaiset merkitykset, mikä sitouttaa osallistumiseen.

Vapaaehtoistoiminnan toteuttaminen on arvokasta aktiivista kansalaisuutta. Vapaaehtoistoiminta on aktiivisen kansalaisuuden konkreettinen ilmentymä. Toteutettava vapaaehtoistoiminta määräytyy toimijoiden mielenkiinnon, taitojen, tietojen, osaamisen, toimintaympäristön, muiden osallistujien ym. seikkojen mukaan. Vapaaehtoistoiminta ei vaadi erityisiä taitoja, mikä tekee vapaaehtoistoiminnasta ns. matalan kynnyksen osallistumisen ja toimimisen paikan. Vapaaehtoisella uralla on usein mahdollisuus edetä, mutta vapaaehtoistoiminta kuitenkin sallii myös tutussa toiminnassa pysymisen. Tärkeintä on, että vapaaehtoistojilla on kokemus toiminnan itselleen sopivaksi, mielekkääksi ja omia osallistumisen motiiveja palkitsevaksi. Vapaaehtoistoiminta on mitä mainioin ympäristö oppia ja kokea osallisuutta. Projektihenkilöstön kokemuksena on, että vapaaehtoistoiminta rakentaa ihmisen identiteettiä, kasvattaa itsetuntoa, lisää yhteenkuuluvuuden ja tarpeellisuuden tunnetta toimien myös syrjäytymistä ehkäisevänä toimintamuotona. Erityisesti nuorille on merkittäväksi osoittautunut se, että heidän usein ollessa toiminnan kohteena, vapaaehtoistoiminnassa heillä on mahdollisuus siirtyä kohteesta toimijaksi.

Etenkin vapaaehtoistojensa alkuvaiheessa nuoret tarvitsevat ohjausta. Tärkeää on myös se, että nuorten haluun ryhtyä vapaaehtoistoimintaan tartutaan suhteellisen nopeasti. Vapaaehtoistoimintaa toteuttaessaan nuorilla on tarve jakaa kokemuksiaan ja ajatuksiaan. Nuoret tarvitsevat kuulijan ja kannustajan. Myös vapaaehtoistojien keskinäisen ryhmäytymisen, verkostoitumisen ja vertaistuen mahdollistaminen ja tukeminen on tärkeää.

Nuoret luovat omanlaistaan vapaaehtoistoiminnan kulttuuria. Tämän kulttuurin syntymisen mahdollistamiseksi tarvitaan avoimuutta, suvaitsevaisuutta ja kykyä nähdä asiat uudella tavalla. Nuoret toteuttavat vapaaehtoistoimintaa, mikä vastaa heidän käsityksiään merkityksellisestä tavasta ylläpitää

kansalaisyhteiskuntaa. Nuorten vapaaehtoistoiminnan ylläpitämiseksi ja tukemiseksi tarvitaan alueellista aktiivisuutta toimimaan perustana erilaisille osallistumismuodoille. Yhteistoiminta edellyttää sitoutuneita sosiaalisia verkostoja, jotka jakavat yhteisen tavoitteellisen tilan. Vapaaehtoistoiminnan kentällä tulee olla herkkyyttä nähdä toimintamallien kirjo ja kyky reagoida niihin. Vapaaehtoistoiminnan muotojen kehittyminen vaatii prosessien johtamista, jossa huomioidaan muutosherkkyys, roolien joustavuus ja erilaiset kansalaistoiminnalliset omaleimaiset toimintakulttuurit.

2.1 VAPAAEHTOISTOIMINTAAN INNOSTAMINEN JA KOULUTUKSEEN REKRYTOIMINEN

Lähes kaikki projektin aikana tavatut nuoret ovat olleet mukana vapaaehtoistoiminnassa. Kuitenkin vain harvat heistä ovat mieltäneet tekemäänsä vapaaehtoistoiminnaksi. Nuorten toteuttama vapaaehtoistoiminta on ollut talkoissa toimimista, lipaskeräyksiin osallistumista, isosena, oppilaskuntien jäsenenä tai tukioppilana toimimista, naapurin auttamista tai urheiluharrastuksiin liittyvää toimintaa. Vapaaehtoistoiminnan käsite laajassa merkityksessään on nuorille melko vieras. Vapaaehtoistoimintaan innostamisessa onkin oleellista osoittaa vapaaehtoistoiminnan monet muodot. Merkittäväksi on osoittautunut vapaaehtoistoiminnasta kertominen konkreettisella tasolla, jolloin osallistumisen kynnyks on madaltunut. Pelkkä vapaaehtoistoiminnasta kertominen ja osallistumisen mahdollisuuksista tiedottaminen on todettu lisäävän vapaaehtoistoimintaan osallistumista.

Nuorten vapaaehtoistoimintaan ja vapaaehtoistoiminnan koulutukseen innostamista on ollut mahdollista kokeilla usealla eri keinolla. Parhaaksi ja onnistuneimmaksi tavaksi rekrytoida nuoria koulutukseen ja sitä kautta toimimaan vapaaehtoisesti on osoittautunut välitön, kasvokkainen vuorovaikutus nuorten kanssa. Nuorten auttamishalukkuudesta tiedetään, ja moni nuori onkin osallistunut koulutukseen ja sitä kautta vapaaehtoistoimintaan, kun heitä on pyydetty mukaan. Nuorten kertoman mukaan kasvokkainen vuorovaikutus on tehokkain tapa innostaa vapaaehtoistoimintaan. Kasvokkaiseen vuorovaikutukseen perustuvat rekrytoinnin metodit ovat hitaita mutta tehokkaita ja oleellisia myös toimintaan sitoutumisen kannalta. Nuorille on merkittävää asioiden henkilöityminen, jolloin rekrytoida kannattaa henkilön, joka pysyy tavalla tai toisella osallisena nuorten vapaaehtoistoiminnassa. Sähköiset markkinointitavat eivät ole johtaneet samoihin tuloksiin kuin nuorten rekrytoiminen välittömässä vuorovaikutuksessa. Nuorten palaute on osoittanut heidän toivovan henkilökohtaista yhteydenottoa.

Vapaaehtoistoiminnasta kerrottaessa on osoittautunut tärkeäksi tuoda esiin nuorten omaehtoisuuden salliminen ja erilaisten tekemisen ja vaikuttamisen mahdollisuudet. Erityisesti nuoria on innostanut omakohtaisuuden korostaminen eli se, että vapaaehtoistointaa voi suunnata itselle merkittäviin asioihin. Vapaaehtoistointaan nuoria on houkutellettu myös tieto yhdessä toteutettavasta, ryhmämuotoisesta toiminnasta.

2.2 VAPAAEHTOISTOIMINNAN KOULUTUKSEN TOTEUTTAMINEN

Nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutuksen aineisto on tarkoitettu sekä koulutukseen osallistuvien nuorten työkirjaksi että koulutusta toteuttavan tahon opetusmateriaaliksi. Koulutusmateriaalin toivotaan olevan valmis materiaalipaketti helposti toteutettavan nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutuksen toteuttamiseen. Koulutusmateriaalin valmistaminen oli mielenkiintoinen prosessi. Materiaali luotiin vaiheittain hyödyntäen koulutuksen käyneiltä nuorilta ja yhteistyötahoilta saatua palautetta. Materiaalin sisällön käyttökelpoisuuden testasi projektin aikana koulutuksen käyneet noin 250 nuorta sekä yhteistyötahojen edustajat lukuisista eri tahoista kouluttaen materiaalin avulla nuoria. Materiaalin luominen sen käyttäjien palautteen avulla oli tapana hidas, mutta lienee ainoa oikea, jotta vapaaehtoistoiminnassa tarvittavia tiedollisia valmiuksia on mahdollista tuoda esiin nuorten helposti omaksumalla tavalla. Vapaaehtoistoiminnan koulutus on toiminnallinen, osallistava ja ryhmämuotoiseen vapaaehtoistointaan orientoiva.

Vapaaehtoistoiminnan koulutus antaa perusvalmiuksia vapaaehtoistoiminnan toteuttamiselle. Koulutusmateriaali on luotu siitä lähtökohdasta, että se toimii sellaisenaan orientoivana koulutuksena erilaisiin vapaaehtoistoiminnan muotoihin sopivana ja eri tahot voivat soveltaa koulutusta omiin tarkoituksiinsa, arvoihinsa ja toimintaperiaatteisiinsa sopivaksi. Koulutusmateriaali on ”puolueeton” eli vapaaehtoistoiminnassa tarvittavia valmiuksia yleisesti käsittelevä eikä huomioi erilaisilla toimintaperiaatteilla, arvoilla ja uskomuksilla toimivia yhteisöjä. Koulutus on yleisluonteinen, jonka sisälle voi kukin taustataho rakentaa omia toimintaperiaatteita korostavan kouluttamisen tavan. Lisäksi vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksia tarjoavat toimijat voivat koulutuksen jälkeen omissa yksiköissään toteuttaa omaan erityisalaansa liittyvää täsmäkoulutusta. Nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutusmateriaalin tarkoituksena on tuoda vapaaehtoistoiminnan kentälle yksi mahdollisuus yhdenmukaisesta peruskoulutuksesta nuorille. Yleisluonteisia vapaaehtois-

toiminnan koulutusmateriaaleja on jo olemassa. Käsissäsi olevassa vapaaehtoistoiminnan koulutusmateriaalissa olennaista on se, että se on suunnattu nuorille, siinä lähdetään liikkeelle perusasioista, asioita opetellaan toimien ja tehtävien avulla ja pääpaino on ryhmän yhteisessä oppimisessa.

Koulutusmateriaalia voidaan hyödyntää myös sellaisenaan vapaaehtoistointaan liittyvän tiedon lisäämisen välineenä. Tiedon lisääntyminen vapaaehtoistoiminnan monimuotoisuudesta on arvokasta myös sellaisenaan ilman vaatimusta osallistua vapaaehtoistointaan. Koulutus tarjoaa perustietoa vapaaehtoistoinnasta, aktiivisesta kansalaisuudesta, kansalaisyhteiskunnasta, käyttäytymissäännöistä sekä tuo esille vuorovaikutuksen, vastuunottamisen ja toisten huomioimisen tärkeyttä. Koulutus antaa tietoa vaikuttamisen ja toimimisen mahdollisuuksista ja ohjaa arvostamaan sekä omia että muiden tietoja, taitoja ja vahvuuksia. Vapaaehtoistoiminnan koulutuksessa korostuu nuorten omaehtoinen toiminta ja vaikuttaminen.

Kestoltaan nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutus on yhteensä kahdeksan tuntia. Koulutus on mahdollista toteuttaa ajallisesti eri tavoin. Parhaaksi tavaksi on todettu koulutuksen jakaminen neljä kertaa kahden tunnin jaksoihin tai kaksi kertaa neljän tunnin jaksoihin. Koulutuksen teemat (vapaaehtoistointa, minä vapaaehtoistointijana, vuorovaikutus ja vapaaehtoistoiminnan toteuttaminen) on asetettu tarkoituksenmukaiseen järjestykseen.

Koulutusaineisto on pyritty luomaan niin, että koulutuksen toteuttaminen ja ohjaaminen on helppoa. Materiaali sisältää käsiteltävän sisällön lisäksi esimerkinomaiset ohjeet koulutuksen teema-alueiden toteuttamisen tueksi. Koulutuksen ohjaajalla ei tarvitse olla erityisiä tietoja ja taitoja, vaan eneminkin uskallusta lähteä tukemaan ja kannustamaan nuoria vapaaehtoistoiminnan toteuttamiseksi.

Koulutuksen toteuttaminen vaatii tilan, materiaalit, ohjaajan ja koulutukseen osallistuvia nuoria. Koulutuksen ohjaajan ei välttämättä tarvitse olla sama henkilö tai taho, joka jatkaa nuorten kanssa toimimista koulutuksen jälkeen. Ohjaajalla tarkoitetaan tässä koulutuksen pitäjien lisäksi henkilöitä, jotka toimivat nuorten kanssa vapaaehtoistointaan liittyen myös koulutuksen jälkeen. Vapaaehtoistoiminnan koulutuksessa ja itse toiminnan toteuttamisessa ohjaajan rooli on saada nuoret ideoimaan ja suunnittelemaan vapaaehtoistointaa sekä auttaa ryhmää löytämään omat voimavaransa. Ohjaajan rooli eri ryhmissä ja ryhmien kehittyessä on erilainen. Ohjaajan kannattaa tarkastella ryhmän sisäisiä suhteita ja huolehtia siitä, että ryhmä löytää tasa-vertaisuuden. Samalla ohjaajan kannattaa tarkastella myös itseään ja asettaa kyseenalaiseksi omia toimintatapojaan ja ajatuksiaan vapaaehtoistoiminnan toteuttamisen mahdollisuuksista. Vaikka nuoria kannustetaan näkemään vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksia omalla tavallaan, he tarvitsevat vapaaehtoistointijuuudessaan tukea, ohjausta sekä kevyttä kontrollia.



Ohjaajan tehtävänä on huolehtia koulutukseen osallistuvien mahdollisesta vakuuttamisesta. Myös vapaaehtoistoimintaa toteutettaessa on selvítettävä, mikä taho toimijat vakuuttaa.

2.3 NUORTEN NÄKÖINEN VAPAAEHTOISTOIMINTA

Projektin aikana nuoria ohjattiin toteuttamaan vapaaehtoistoimintaa heidän omien mielenkiintojensa mukaisesti. Vapaaehtoistoimintaa kannustettiin toteuttamaan ryhmässä, mihin nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutuskin valmentaa. Nuorille osoitettiin, että vapaaehtoistoiminta on osallistavaa toimintaa, jossa kaikilla on paikkansa ryhmässä. Ryhmässä toimiminen antaa mahdollisuuden kehittää vuorovaikutustaitoja, auttaa arvostamaan ja huomioimaan muita sekä opettaa tekemään kompromisseja. Ryhmässä opittavat taidot ovat vapaaehtoistoiminnan toteuttamisen antia siinä missä itse toiminnassa hankitut uudet tiedot ja taidot. Vaikka ryhmänä toimimiseen kannustettiin, sallittiin toki myös yksilönä toteutettava vapaaehtoistoiminta.

Vapaaehtoistoiminnan koulutuksen jälkeen vapaaehtoistoimintaan osallistuminen mahdollistaa opittujen tietojen ja taitojen testaamisen käytännössä, jolloin parhaimmillaan syntyy kokemus opittujen asioiden merkityksestä ja hyödynnettävyydestä. Nuoret arvioivat varsin hyvin omia tieto- ja taitovarojaan hakeutuen vapaaehtoistoimintaan, joka vastaa heidän käsityksiään omista edellytyksistään ja mahdollisuuksistaan. Nuorille vapaaehtoistoimijoille merkittävää on se, että toteutettava toiminta koetaan sopivaksi itselle ja että toiminta toteutuu ryhmässä, jossa oma olo ja rooli koetaan hyväksi. Nuoret kokevat vapaaehtoistoiminnan mukavana tapana käyttää aikaa ja yhdessä tekemisenä.

Nuorten aktiivinen kansalaisuus on osoittautunut joukoksi erilaisia tekoja, toimintaa ja vaikuttamista. Vapaaehtoistoimintaan innostuneiden nuorten toiminta on ollut omaan lähialueeseen vaikuttamista: siivoustaikoiden pitämistä nuorten suosimilla alueilla, kukkien istuttamista, lasten-tapahtuman järjestämistä, joulukorttien askartelemista naapuruston vanhustentalon asukkaille, apuohjaajana toimimista yökahvilassa, lähialueen vanhainkodin asukkaiden viihdyttämistä ja lasten leikittämistä oman lähialueen tapahtumissa. Vapaaehtoistoiminta on ollut pyhäkoulujen suunniteluun osallistumista ja muuta seurakunnan sisällä tapahtuvaa toimintaa. Vapaaehtoistoimintana nuoret ovat pitäneet itselleen ja muille lähialueensa nuorille viikoittaista liikuntakerhoa. Vapaaehtoistoimintaa on toteutettu osana erilaisia tapahtumia, joissa tehtävän työn luonne on vaihdellut kasvomaalauksesta monitoimiapulaiseksi. Vapaaehtoistoiminta on linkittynyt myös järjestöissä toteutettavaksi vapaaehtoistoiminnaksi yksittäisissä tem-

pauksissa tai pitkäkestoisena, sitoutuneempana vapaaehtoistoimintana. Vapaaehtoistoimintaan on sisältynyt ohjelmanumeroita juhlissa, joululauluja vanhainkodeissa, tukihenkilöinä toimimista ja muiden nuorten innostamista aktiiviseen kansalaisuuteen. Vapaaehtoistoiminta on liittynyt harrastuksiin; aktiivista kansalaisuutta voi toteuttaa esimerkiksi hevostallilla toimimalla talliavustajana. Vapaaehtoistoimintaan on innostanut nuorten käyttämien tilojen viihtyisyyden lisääminen suursiivouksilla, tilataiteella ja tilojen elävöittämisellä. Vapaaehtoistoiminta pakolaisten läskykerho-ohjaajina, maahanmuuttajanuorten ystävinä ja kokonaisten pakolaisperheiden tukena toimimisena on kasvattanut monikulttuuriseen ajatteluun. Vapaaehtoistoiminta on ollut omassa koulussa oman ikäisille nuorille osoitettua päihde- ja sukupuolivalistusta. Omaehtoisen vapaaehtoistoiminnan kirjo on laaja ja oivallinen esimerkki erilaisista tavoista toimia aktiivisena kansalaisena.

Nuoret kokevat vapaaehtoistoiminnan omakseen päästessään itse suunnittelemaan sitä. Vapaaehtoistoimintaan nuoria on motivoinut se, että toiminta tapahtuu ryhmässä, uusien ja vanhojen tuttavuuksien kanssa. Kavereiden merkitys osana vapaaehtoistoimintaa on kiistaton. Myös auttamisen halu, vaikuttaminen (erityisesti omaan lähialueeseen ja itselle merkittäviin asioihin), toiminnasta saatu hyvä mieli sekä muut toiminnan tuloksena nähtävät asiat ja ilmiöt motivoivat vapaaehtoistomaan. Nuorten motiiveja osallistumiseen ovat myös vapaaehtoistoiminnasta saatavat hyödyt; vapaaehtoistoiminnan avulla voi kerryttää tietojään ja taitojaan, tutustua uusiin ihmisiin, saada kesä- tai muu työpaikka, hankkia erilaisia todistuksia osoituksena aktiivisesta kansalaisuudestaan sekä viettää vapaa-aikaa mukavalla ja maksuttomalla tekemisellä.

Ohjaajan tehtävänä on saada nuoret kehittämään omia ideoitaan konkreettiseksi toiminnaksi. Nuorten toteuttama vapaaehtoistoiminta saattaa olla tiettyyn toiminnan muotoon pitkäjänteistä ja toistuvaa sitoutumista. Selvästi havaittavissa kuitenkin on, että kertaluonteisten vapaaehtoistoiminnan muotojen toteuttaminen on tyypillistä nuorille. Nuoret toimivat ”vapaaehtoistoiminnan freelancereina” vaikuttaen moniin erilaisiin asioihin vaihtaen toiminnan kohdetta kulloisenkin mielenkiinnon mukaan. Nuorten liikkuvuus toiminnan kentällä kannattanee sallia, koska se mahdollistaa vapaaehtoistoiminnan eri muotojen tarkastelemisen ja kokeilemisen. Nuoria voi jopa kannustaa kokeilemaan eri tahoihin kohdistuvaa ja eri tahojen tarjoamaa vapaaehtoistoiminnan toteuttamista. Nuoria vapaaehtoistomijoita ei voi ”omistaa”. Nuorten liikkuvuus vapaaehtoistoiminnan alueella asettaa haasteita toimintaa kannattelevalle kentälle. Erilaisen vapaaehtoistoiminnan kokeileminen antaa nuorelle mahdollisuuden löytää itselle sopivan tavan toimia aktiivisena kansalaisena. Parhaimmillaan vapaaehtoistoiminta muodostuu osaksi elämäntapaa.

Projektin mahdollistaessa nuorten näköisen vapaaehtoistoiminnan tarkastelun kolmen vuoden ajan keskeinen huomio on, että nuoret etsivät järjestöistä vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksia ilman pitkäjänteistä sitoutumista. Järjestöjen haasteena onkin, miten reagoida muutokseen ja mahdollistaa nuorten vapaaehtoistointa. Myös vapaaehtoistojien keskinäinen sekä heidän ja järjestöjen välinen toisten toimimisen tapojen kunnioitus ja arvostaminen on merkittävää erilaisten vapaaehtoistoiminnan kulttuurien kohdalla. Nuorten vapaaehtoistoiminnan mahdollistamiseksi järjestöjen tulisi luoda myös toimintamalleiltaan joustavia vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksia. Myös järjestöjen jäseneksi liittyminen toiminnassa mukana olemisen ehtona on seikka, jota nuoret vierastavat. Jäsenyyden vaatimusta järjestöillä toki on oman toimintansa elinvoimaisuuden perustelemiseksi, mutta erilaisen tilapäisen jäsenyyden huomioiminen nousee olennaiseksi toimittaessa nuorten kanssa.

2.3.1 AINON, MONICAN, JANNAN JA ANNIN TARINA

Kuulimme nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutuksesta luokkakaveriltamme. Koulussa kaverimme oli käynyt seurakunnassa toteutetun nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutuksen ja kertoi innoissaan vapaaehtoistoinnasta, jota he ryhmässään suunnittelivat. Totesimme, että tahdomme myös koulutukseen ja mukaan vapaaehtoistointaan. Saimme luokkakaveriltamme yhteystiedot projektin työntekijöihin, jotka järjestivät vapaaehtoistoiminnan koulutuksia. Kerroimme, että meillä on valmis ryhmä koulutettavaksi ja kävimmekin vapaaehtoistoiminnan koulutuksen vuonna 2010.

Meillä ei ollut koulutuksen alkaessa mitään ajatusta siitä, minkälaiseen vapaaehtoistointaan haluaisimme. Koulutuksen aikana kuulimme erilaisista vapaaehtoistoinnista ja ajattelimme, että voisimme kokeilla SPR:n maahanmuuttajille järjestettävässä läksykerhossa toimimista apuohjaajina. Aihe tuntui mukavalta ja ajattelimme, että toimiminen lasten ja nuorten parissa sopisi meille.

Projektihenkilöstön avustuksella päädyimme läksykerhon ohjaajille tarkoitettuun koulutukseen. Löysimme heti meille sopivan vapaaehtoistoinnin muodon. Olemme nyt lähes kaksi vuotta toimineet säännöllisesti vapaaehtoisina pakolaisten läksykerhon ohjaajina. Ryhmämme käy myös säännöllisesti erään maahanmuuttajaperheen tukena ja apuna ja lisäksi teemme joitakin sivuprojekteja erilaisissa tapahtumissa. Vapaaehtoistointa on ollut mukavaa ja se on muuttunut yksittäisestä vapaaehtoistoiminnan toteuttamisesta osaksi elämäämme. Olemme päässeet mukaan moniin lisäkoulutuksiin aiheen tiimoilta.

Ryhmämme on pysynyt samana koko ajan ja tulemme hyvin toimeen keskenämme. Vapaaehtoistoiminnan lisäksi vietämme muutenkin paljon aikaa yhdessä, sillä olemme samassa koulussa. SPR:n pakolaisten läskykerho-ohjaajalta saamme tukea ja ohjausta, jotta vapaaehtoistoiminta ei pääse rasittamaan meitä.

Meistä vapaaehtoistoiminta on todella mukavaa ja saamme siitä paljon. On ilo auttaa muita ihmisiä ja hienointa on kun näkee toisen ihmisen ilon kun hän saa apua. Aiomme jatkossakin tehdä vapaaehtoistyötä mahdollisuuksien mukaan ja toivomme, että mahdollisuuksia on paljon. Olemme myös saaneet kartuttaa vuorovaikutustaitojamme kun olemme olleet tekemisissä erilaisten ihmisten kanssa. Olemme saaneet vapaaehtoisuudesta paljon ja toivomme, että ihmiset ovat saaneet meiltä.

Aino, Monica, Janna ja Anni

2.3.2 HANSIN, STIIANAN, KATRIN, KAROLIINAN, FIIAN JA JUTAN TARINA

Diakonia-ammattikorkeakoulun "Nuorten kansalaisaktiivisuuden lisääminen vapaaehtoistoiminnan muodossa"-projektin kautta vapaaehtoistoimintaan on päässyt jo monia nuoria tutustumaan ehkä ihan uudestakin näkökulmasta. Vapaaehtoistoiminnan ryhmämme jäsenet koostuvat kolmesta eri nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutuksesta. Kaikki ovat käyneet seurakunnassa toteutetun nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutuksen. Toiset kävivät koulutuksen jo pari vuotta sitten ja toiset vasta taannoin, joten vapaaehtoistoimijuudessa toiset ovat jo konkareita ja toiset vasta aloittelemassa. Koska seurakunnassamme oli toteutunut sama koulutus useille nuorille, päätimme yhdistää ryhmät yhdeksi. Ryhmämme toteuttaa vapaaehtoistoimintaa yhdessä, ryhmänä, mutta sen lisäksi ryhmän jäsenet toimivat erilaisissa vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksissa myös omien mielenkiintojensa mukaan. Osa ryhmämme jäsenistä kertoo kokemuksiaan vapaaehtoistoiminnan koulutuksesta, toteutetusta vapaaehtoistoiminnasta ja muusta mieleen tulevasta:

Hans: "Kuulin alkuvuonna 2010 mahdollisuudesta osallistua Diakin projektin käynnistämään vapaaehtoistoiminnan koulutukseen. Olinkin jo jonkin aikaa kaivannut jotain uutta, sillä kaikki seurakunnan tarjoamat mielenkiintoa herättävät koulutukset oli käyty. Muutama muukin seurakuntanuori kiinnostui aiheesta, joten päätimme osallistua yhdessä. Kävimme kuukauden aikana mielenkiintoisen ja hauskan koulutuksen siitä, mitä vapaaehtoistoiminta on, miten sitä toteutetaan ja mitä siihen kuuluu. Ikään kuin "valmistumistyö-

nä” otimme ryhmämme kanssa osaa SPR:n Kontin Lasten lauantai -tapahtumaan, jossa pidimme lapsille erilaisia kojuja ja muuta mukavaa.

Ryhmämme jäsenet olivat niin kiireisiä jo muutenkin, että emme ehtineet kovin paljoa yhdessä tekemään. Muutamia juttuja mainitakseni olemme olleet muutaman kerran kertomassa vapaaehtoistoiminnastamme ja siinä sivussa rekrytoineet uusia nuoria mukaan. Olemme olleet järjestämässä ohjelmaa valtakunnallisen vapaaehtoistojoiden päivän paikalliseen juhlaan ja juontamassa sitä. Kävimme päihdeneuvojakurssilla, jonka kautta pidimme kouluissa oppitunteja, ja kahdesti olemme käyneet paikallisessa vanhainkodissa laulamassa joululauluja. Toiminta on ollut mielestäni aina juuri sitä, mitä olemme halunneet tehdä. Porukan yhteishenki on ollut hyvä ja sen puolesta olisimme voineet tehdä enemmänkin. Hyötyinä omalta osaltani voisin mainita kokemukseni juontokeikasta. Päihdeneuvontakurssin käymisestä koen olevan hyötyä jatkossa työssäni, ja oppituntien pitämisestä sain ihan hyvää harjoitusta. Tietenkin hyödyiksi lasketaan myös hyvä mieli ja mielekkäät tavat kuluttaa aikaa. Alkuperäinen ryhmämme on muuttunut ryhmän jäsenten elämäntilanteiden muuttumisen vuoksi, ja ryhmän kokoonpano muuttuikin, kun seurakunnassa toteutui uusia vapaaehtoistojoiden koulutuksen ryhmiä. Suoritin välillä varusmiespalvelukseni, joka kesti yhdeksän kuukautta, ja palasin vasta takaisin vapaaehtoistojoiden ryhmäämme.”

Stiina: ”Aloitin vapaaehtoistyön jo ennen koulutusta ja tein silloin pieniä asioita; lähinnä autoin jääkiekkoseuran junioreita kioskillä. Vapaaehtoistoiminnan koulutuksen kävin muistaakseni vuonna 2011, jonka jälkeen olen autellut kirkolla mm. pyhäkoulussa, rippileireillä, kirkkokahveissa sekä nuortenmessuissa. Bändinkin kanssa tuli heitettyä pari keikkaa. Ryhmän kanssa olemme osallistuneet myös MLL:n kesätapahtumaan vapaaehtoistojoina. Vapaaehtoistyö muiden kanssa on ollut mukavaa. Tänä kesänä, tai oikeastaan tänä vuonna, ei ole tullut pahemmin vapaaehtoistyötä tehtyä. Syynä on ollut nyt käynnissä oleva vaihto-oppilasvuosi (ja sen valmistelu), koulusta aiheutuva stressi sekä inspiraation puute. Luulen kuitenkin, että osallistun taas vapaaehtoistointaan, kun sopiva homma tulee vastaan. Kuitenkin koen vapaaehtoistyön yhä olevan mukavaa, kunhan vain löytyy oikea homma.”

Katri: ”Kun kuulin ensimmäistä kertaa vapaaehtoistoiminnan koulutuksesta alkuvuodesta 2010, olin jo heti kiinnostunut, mutta olosuhteiden pakosta ja kiireiden vuoksi päätin jättää koulutuksen siltä osin väliin ja miettiä sitä ehkä sitten joku toinen kerta. Vuotta myöhemmin tilaisuus tarjoutui uudelleen ja ilmoittauduin mukaan heti, kun se oli mahdollista. Vapaaehtoistointaa olin tehnyt jo monta vuotta, en ollut vain tiennyt tai myöntänyt sitä sellaiseksi. Suurin motivaatio vapaaehtoistointaan syntyi kuitenkin vasta koulutuksen aikana eräänä pakkaspäivänä, kun kirjastoon mennessäni avasin oven eräälle vanhukselle, joka hymyili minulle leveästi ja kiitti. Tuo hetki sai minut tajua-

maan, kuinka helposti toinen voi piristää toisen päivää, ja samalla myös oma mieliala parani. Koulutuksen jälkeen olenkin muun muassa myynyt arpoja, soittanut erinäisissä tapahtumissa, auttanut kirkolla mm. postituksessa, kahvituksissa, jne. Helposti sitä kuitenkin tulee ajatelleeksi, että oman vapaaehtoistyön pitää rajoittua johonkin tiettyyn alueeseen, esimerkiksi omaan seurakuntaan tai kaupunkiin. Kesä 2012 on todellakin avannut silmäni maailmalle ja kannustanut minua tekemään vapaaehtoistyötä omien rajojen ulkopuolella. Ennen en olisi koskaan edes ajatellut moista, mutta tämän vuoden jälkeen on kokemuksia karttunut niin muista Suomen kaupungeista kuin ulkomailtakin. Erityisesti mukavaa vapaaehtoistyössä on se, että saa tehdä mitä haluaa, tapaa uusia ihmisiä ja ennen kaikkea toteuttaa itseään. Motivaation liekki välillä syttyy ja välillä sammuu mutta motivaation ja inspiraation vapaaehtoistointaan voi löytää aina uudelleen. ”

Karoliina: ”Olen tehnyt vapaaehtoistyötä jo ennen koulutusta, jolloin olin lapsenvahtiapuna, mukana tapahtumien järjestelyissä ym. Kun kuulin ekan kerran vapaaehtoistoiminnan koulutuksesta 2010, niin en uskaltanut lähteä silloin vielä siihen mukaan, mutta loppujen lopuksi kävin vapaaehtoistoiminnan koulutuksen 2012 ja olen sen jälkeen ollut avustamassa säännöllisesti pyörätuoli-ihmistä, ollut lipaskeräjäjänä nälkäpäiväkeräyksessä, ollut kirkkokahvituksissa, ollut tukihenkilönä apua tarvitseville. Olen todella iloinen, että uskaltauduin lähtemään tuohon koulutukseen, koska olen saanut sitä kautta enemmän tietoa asioista ja siitä, mitä vapaaehtoistyö on. Minun oli ennen koulutusta vaikea erottaa, olinko tehnyt vapaaehtoistyötä, mutta loppujen lopuksi huomasin, että olen tehnyt sitä aina jonkin verran. Olen ollut todella onnellinen, että olen saanut tätä kautta uusia ystäviä ja tunnen kuuluvani johonkin. Kannattaa käydä vapaaehtoistoiminnan koulutus. Siitä ei ole mitään haittaa, päinvastoin.”

Fiia: ”Taisin kuulla nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutuksesta ensimmäistä kertaa vuonna 2011 ja päätin muutaman kaverin kanssa osallistua siihen. Koulutuksen aikana sain tietää, kuinka paljon olen jo tehnyt vapaaehtoistointia. Koulutuksen jälkeen olen tehnyt sitä paljon, kuten ollut erilaisissa tapahtumissa ja auttanut kirkolla postituksissa ja kahvituksissa, koulussa olen tutorina tekemässä vapaaehtoistointia. Vapaaehtoistointia on hauskaa ja iloista hommaa, jossa saa tutustua uusiin ihmisiin. Motivaationi tähän onkin ihmisten auttaminen ja sen näkeminen, kuinka iloiseksi he tulevat. Vaikka välillä motivaatiota puuttuu, niin aina tulee jostain pieni kipinä, ja silloin taas jaksaa tehdä tätä hommaa. Vapaaehtoistoinnassa on myös mukavaa huomata kuinka erilaiset ihmiset on ja kuinka helposti niiden kanssa tulee toimeen, ilman ennakkoluuloja. Toivottavasti motivaatio säilyy pitkään ja saan tehdä tätä paljon hyvän ryhmän kanssa.”

Jutta: *”Kuulin koulutuksesta vuonna 2011 ja olin heti kiinnostunut, varsinkin kun muutama kaverikin oli lähdössä mukaan. Olin tehnyt ennen koulutustakin vapaaehtoistoimintaa, mm. ollut tukioppilaana ja osallistunut tapahtumien järjestämiseen. Koulutuksen jälkeen olen ollut isosena sekä autellut erilaisissa tapahtumissa. Motivaatio löytyy siitä, että saa auttaa ihmisiä, näkee kuinka iloisiksi he siitä tulevat ja saa tutustua uusiin ihmisiin.”*

Ryhmämme jatkaa mahdollisuuksiensa mukaan vapaaehtoistyön tekemistä jatkossakin. Askeleena eteenpäin osa ryhmästämmme ottaa vastuuta vapaaehtoistoiminnan koulutuksen pitämisestä seuraaville nuorille ja on mukana ohjaamassa heidän vapaaehtoistoimintaansa alkuun.

Hans, Stiina, Katri, Karoliina, Fiia ja Jutta

2.3.3 ESSIN JA GITTAN TARINA

Olemme tiimi, joka koostuu kahdesta tytöstä: Essi, 18 v. ja Gitta, 17 v. Löysimme oman juttumme ja mitä haluamme vapaaehtoisina tehdä muutaman mutkan kautta. Aluksi toimimme isommassa ryhmässä, jonka kanssa tapasimme muutamia kertoja, mutta huomasimme, että menomme menivät usein päällekkäin, ja päätimme irtautua ryhmästä omaksi tiimiksi. Meitä on aina kiinnostanut monikulttuurisuus ja ihmiset, jotka ovat kotoisin eri maista. Tiedustelun jälkeen havahduimme siitä, miten paljon meillä oli mahdollisuuksia toteuttaa unelmaamme. Siitä päivästä alkoi meidän matkamme, joka jatkuu yhä.

Meillä molemmilla oli eri reitti vapaaehtoistoimijoiksi. Essi lähti mukaan nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutukseen saatuaan siitä tietoa seurakunnan nuorisotyönohjaajalta. Hänen ajatuksensa olivat aluksi vähän sekavat, koska hän ei tiennyt, mihin oli lähtenyt mukaan. Onneksi ensimmäinen ajatus oli, ettei tästä voi ainakaan olla mitään haittaa. Koulutuksen myötä Essi tajusi, että hänet on luotu olemaan apuna ja tukena ihmisille. Se on asia, jonka tässä toiminnassa todella huomaa. Essin ansiosta Gitta lähti mukaan ja kävi nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutuksen eri ryhmässä. Olemme olleet pitkään parhaat ystävät ja teemme kaiken yhdessä, joten tästä muodostui yhteinen juttumme.

Ensimmäinen yhteinen käymämme vapaaehtoinen lisäkoulutus oli päihdekoulutus. Se kesti 8 tuntia ja opimme päihteistä ja niiden vaikutuksista todella paljon. Ikään kuin näyttönä kävimme pitämässä 7.-luokkalaisten valistustunnin. Koimme sen mielenkiintoisena, mutta se ei kuitenkaan ollut oma juttumme. Niinpä lähdimme kehittämään uusia suunnitelmia ja yhtäkkiä tajusimme ollessamme kahvilla, että haluaisimme auttaa ulkomaalaisia. Siitä se sitten

lähti, ja paluuta ei ole. Kyselimme aluksi, mihin voisimme ottaa yhteyttä, ja otimme asioista selvää. Kotikaupungissamme toimii Monikulttuuriyhdistys, jossa voi tehdä yhteistyötä maahanmuuttajien kanssa. Marssimme vain sisään ja kysyimme, mitä voisimme tehdä. Burmasta kotoisin oleva nuorimies oli jättänyt viestiä, että tarvitsisi apua läksyissä ja päätimme heti ottaa heiniksemme auttaa häntä. Hän suoritti myynnin ammattitutkintoa ja autoimme häntä läksyissä koko tutkinnon ajan. Läksyjien ohessa vaihdoin aina kuulumiset ja ajan myötä meistä tulikin ystäviä. Olemme pitäneet yhteyttä aika säännöllisesti, vaikka hän ei tarvitsekaan enää apua läksyissä. Hän ja me tiedämme, että vaikkemme näkisi joka viikko, side välillämme säilyy silti. Tämän ohessa saimme kunnian osallistua Monikulttuuriyhdistyksen järjestämään thaimaalaisten juhlaan. Se oli unohtumaton kokemus ja se vahvisti meidän haluamme toimia ulkomaalaisten kanssa ja oppia heidän kulttuureistaan.

Toimintamme on jättänyt meihin pysyvät jäljet. Se on vaikuttanut päivittäiseen elämäämme ja ajatteluun. Huomaamme eri tavalla asioita ja katsomme niitä uudessa valossa. Pienistä asioista ei saa välittää, koska ne ovat yleensä korjattavissa. Siellä missä apua oikeasti tarvitaan, meidän tulisi olla apuna. Katseemme ovat nyt Afrikkaa kohden ja toivomme, että pääsemme toteuttamaan unelmaamme sinne. Kaikilla on jokin tehtävä täällä ja koemme, että vapaaehtoistoiminta on yksi osa omaamme.” Tee aina muille niin kuin haluaisit heidän tekevän sinulle” on hyvä ohje elämään, ja me haluamme kannustaa myös muita ihmisiä siihen. Koskaan ei voi tietää, tarvitseeko itse toisen tukea. Jokainen ihminen tarvitsee joskus jonkun avukseen, koska kukaan ei voi pärjätä yksin.

Essi ja Gitta

2.3.4 SARIN TARINA

Toimin kotikunnassani aktiivisesti erilaisessa järjestötyössä ja kuntapolitiikassa. Ammatissani työskentelen mielenterveyskuntoutujien parissa. Vapaa-ajan järjestöaktiivisuuteeni liittyen olen tehnyt yhteistyötä nuorten kansalaisaktiivisuutta lisäävän projektin kanssa luoden uudenlaista nuorten vapaaehtoistoimintaa asuinalueellani. Olemme asuinalueellani toteuttaneet kaksi kertaa nuorten vapaaehtoistoiminnan koulutuksen. Koulutuksen toteuttamisessa ja nuorten vapaaehtoistoimijoiden ohjaamisessa ja tukemisessa olemme muodostaneet paikallisten toimijoiden kanssa kumppanuuksia, jotta nuorten vapaaehtoistoiminnan kannatteleminen on yhteinen asiaamme. Kumppanuuksien muodostaminen on antanut enemmän resurs-

seja, ja yhteinen vastuu on vähentänyt yksittäisten tahojen kuormittumista. Ensimmäisessä koulutuksessa yhteistyötahoina olivat paikallinen nuorisotalo ja yhtenäiskoulun vanhempainyhdistys. Toisessa koulutuksessa yhteistyötahoina olivat edelleen nuorisotalon ohjaajat ja uusina kumppaneina paikallinen 4H-yhdistys ja urheiluseura.

Ensimmäisessä koulutuksessa kouluttajana toimi Nuorten kansalaisaktiivisuuden lisääminen projektin työntekijä. Hän sai nuoret innostumaan ja motivoitumaan koulutukseen osallistumiseen. Itse sain kunnian toimia vapaaehtoiskouluttajana ikään kuin työparina. Toisessa koulutuksessa kouluttajiksi lähtivät myös nuorisotalon nuoriso-ohjaaja ja 4H:n toiminnanjohtaja. Nuoret olivat alusta asti innokkaasti mukana koulutuksissa. Suurta iloa tuotti myös poikien runsas osallistuminen koulutuksiin. Koulutuksiin osallistui myös muutamia syrjäytymisuhan alla olevia nuoria, mikä oli myös todella hienoa.

Ensimmäisessä koulutuksessa nuoret saivat itse miettiä, minkälaista vapaaehtoistyötä he halusivat tehdä koulutuksen jälkeen. Oli kevät, ja nuoret halusivat siivota nuorisotalon ison piha-alueen kokonaan. Nuoret tekivät itse heidän näköisensä mainoksen siivoustalkoista. Koulutukseen osallistuneet nuoret saivat motivoitua talkoisiin myös muita nuokkarilla kävijöitä. Yhteistyökumppaniksi tuli myös nuokkarin kiinteistönhoitaja. Hän toi sovittuna siivoustalkoopäivänä nuokkarin pihaan koneita ja siivousvälineitä, jotka helpottivat siivousta. Lopuksi hän tarjosi nuorille makkaraa, limsaa ja pullakahvit. Talkoiden aikaansaamana päättyi monta vuotta kestänyt riitaisa jakso nuorten ja kiinteistönhoitajan välillä. Nuoret ymmärsivät, miten he pystyvät omalla työllään ja käytöksellään vaikuttamaan nuokkarin toimintaympäristön viihtyvyyteen. Nuoret maalasivat myös töhrimänsä seinän. Talkoiden jälkeen nuokkarin ympäristö on pysynyt siistinä, seiniä ei ole töhritty ja ikkunoita ei ole rikottu. Nuoret arvostivat sitä luottamusta, jonka aikuiset heille antoivat talkoopäivänä ja sen jälkeenkin. Syksyllä nuoret halusivat siivota taas nuokkarin piha-alueen ja he toivoivat, että siivoustalkoista tulisi perinne. Yhteistyö, innostus ja vapaaehtoistoiminnan ilo olivat talkoissa selvästi aistittavissa.

Toinen koulutus järjestettiin yhteistyössä alueen yhdistysten kanssa. Nuoret olivat taas innokkaasti mukana. Pari nuorta halusi osallistua toisen kerran koulutukseen vahvistaakseen omaa osaamistaan. Toiseen toteutettuun koulutukseen osallistuneet nuoret halusivat suunnata oppimaansa suoraan paikallisten yhdistysten käyttöön. Osa nuorista meni vapaaehtoistyöhön Mannerheimin lastensuojeluliiton paikallisyhdistykseen. He osallistuivat siellä synttäripalvelutoimintaan ja olivat erilaisissa tapahtumissa mukana. Viisi nuorta innostui teatteritaiteesta osallistumalla paikallisen harrastajateatterin näytelmäkauden esityksiin myymällä pääsylippuja, työskentelemällä puffetissa ja siistimällä paikkoja. Pojista osa halusi osallistua urheiluseuran toimintaan toimimalla apuohjaajina jalkapallossa. Olin todella tyytyväinen, että nuoret innostuivat vapaaehtoistyöhön suoraan paikallisiin yhdistyksiin. Monet nuorista olivat syrjäytymisuhan alla ja he olivat tyytyväisiä, kun heille



annettiin mahdollisuus osallistua ja antaa oma työpanoksensa yhdistyksille. Myös paikalliset yhdistykset olivat tyytyväisiä saadessaan nuoria vapaaehtoistyöntekijöitä mukaan toimintaansa.

On ilo myös todeta, että nuorten aktiivisuus palkittiin, kun he saivat paikallisen päätöksenteon ansiosta syksyllä 2012 käyttöönsä uuden peruskorjatun nuorisotilan alueen urheilutalolta. Nuoret saivat itse olla mukana suunnittelemassa tiloja ja niiden sisustusta. Näin tilasta tuli juuri nuorten näköinen. Nuoret olivat myös tyytyväisiä, kun heidän mielipiteensä otettiin huomioon ja kun he saivat olla mukana uusien tilojen suunnittelussa. Uskon, että nuorten mukaan ottaminen myös vahvistaa nuorten fiksua ajattelua ja asiallista käyttäytymistä ja että tilat pysyvät siistinä ja ehjinä.

Perehdyttyäni projektin tuottamaan nuorten vapaaehtoistoiminnan käsikirjaan havaitsin, että koulutus antaa hyvää tietoa vapaaehtoistoiminnasta ja kansalaisaktiivisuudesta. Lisäksi koulutus tarjoaa erinomaiset eväät nuorille elämää varten. Koulutus on jaettu eri osioihin ja se on hyvin kattava ja monipuolinen kokonaisuus. Koulutuksessa nuoret saavat tietoa monista eri asioista, joutuvat itse pohtimaan asioita erilaisten tehtävien avulla ja tekevät toiminnallisia harjoituksia. Nämä kaikki edesauttavat koulutuksen laadukkaassa toteutumisessa. Vapaaehtoistoiminnan koulutus antaa eväitä vapaaehtoistoimintaan ja omaan jaksamiseen. Koulutus auttaa myös löytämään omia vahvuuksia ja kehittämään omaa identiteettiään. Se antaa valmiuksia vuorovaikutustaidoissa ja erilaisten ihmisten kohtaamisessa. Koulutus vahvistaa ystävyyttä, kumppanuutta ja osallistujan arvomaailmaa positiivisella tavalla. Käsikirja on erinomainen kokonaisuus vapaaehtoistoiminnan ja elämän oppikirjaksi nuorille. Sen pohjalta on helppo ryhtyä kouluttajaksi, sillä käsikirja on selkeä ja erinomaisesti koottu koulutuspaketti.

Meidän aikuisten vapaaehtoistojen kannattaa ottaa nuoret avoimin mielin vastaan ja perehdyttää heidät hyvin toimintaan. Kuuntelemalla nuoria ja toteuttamalla myös heidän hienoja ideoitaan saamme hyviä vapaaehtoistojen erilaisiin toimintoihin. Uskomalla nuoriin, ja ottamalla heidät innostuneesti mukaan ja antamalla heille erilaisia tehtäviä nuoret pysyvät mukana toiminnassa. On tärkeää, että nuorille kerrotaan yhdistysten juurista, mutta samalla kannattaa muistaa, että kaikki toiminta kehittyy ja uudistuu. Mielestäni nuoret ovat tässä avainasemassa. Nuorten mukaan otto riippuu asenteesta ja tahtotilasta. Olemmeko me aikuiset valmiita antamaan tilaa nuorille ja osoittamaan luottamusta heitä kohtaan? Mitä enemmän me olemme tähän valmiita, sitä paremmin vapaaehtoistoiminta kukoistaa ja kehittyy tulevaisuudessa.

Sari Hellman



2.4 NUORTEN VAPAAEHTOISTOIMIJOIDEN TUKEMINEN

Projektin lähtökohtana oli, että nuorten toteuttamiskelpoista aktiivista kansalaisuutta tuetaan. Nuoruus elämänvaiheena luo omat haasteensa vapaaehtoistoiminnan toteuttamiselle. Nuoruuteen liittyy liikkuvuus opiskelun, töiden, ystävyyden ja harrastusten areenoilla. Nuoruuteen kuuluu erilaisten asioiden kokeileminen sitoutumattomana. Vapaaehtoistoiminta on oivallinen oppimisen ympäristö, erityisesti, jos tarjolla on tukea ja ohjausta.

Nuoret tarvitsevat tukea toimiessaan vapaaehtoisina. Tarvittava tuki on kuuntelemista ja keskustelemista. Tuki on kannustamista ja kehumista. Tukeminen on jaksamisesta huolehtimista. Kokemuksen mukaan nuoret selviävät vapaaehtoisista tehtävistään hyvin, mutta tehdyn työn reflektointi on tärkeää. Niin nuoret kuin aikuisetkin haluavat jakaa kokemuksiaan, ajatuksiinsa ja suunnitelmiaan. Vapaaehtoistoimijat tarvitsevat toiminnassaan tunnustusta ja kannustusta.

Nuorten vapaaehtoistoimintaan osallistumista ja sitoutumista vahvistavat vastuu ja vaikutusmahdollisuudet. Vapaaehtoistoiminnan imu saattaa viedä toimijaa mukanaan. Vastuun ja vaikutusmahdollisuuksien pitäisi pysyä nuorten hallitsemisrajoissa. Toteutettavan vapaaehtoistoiminnan määrän ei pidä olla rasitteena muille nuorten elämän osa-alueille. Ohjaajan tehtävänä on huolehtia nuorten vapaaehtoistoimijoiden jaksamisesta. Nuorilla on elämässään paljon muutakin kuin vapaaehtoistoiminta, joten on huolehdittava siitä, ettei nuori tee enempää kuin ehtii ja jaksaa. Nuorille tulee sallia myös mahdollisuus olla osallistumatta tarjolla olevaan vapaaehtoistoimintaan. Vapaaehtoistoiminta on toimintaa, johon voi palata tauon jälkeen.

Vapaaehtoistoimijoiden tukeminen ja jaksamisesta huolehtiminen voi olla nuorten tapaamisia, vertaistuen järjestämistä, pieniä huomionosoituksia, tekstiviestien ja sähköpostien lähettämistä sekä sen osoittamista, että arvostaa heidän tekemäänsä vapaaehtoista työtä. Myös vapaaehtoistoimijoiden ohjaajien jaksaminen on tärkeää. Eri tahojen vapaaehtoistoiminnan ohjaajien olisikin hyvä verkottua keskenään. Tämä mahdollistaisi paitsi vertaistuen ja kokemusten vaihtamisen, myös erilaisten toimintatapojen ja hyvien käytäntöjen leviämisen.

LÄHTEET

- Euroopan talous- ja sosiaalikomitean lausunto 2006. Vapaaehtoistoiminta, sen rooli ja vaikutukset eurooppalaisessa yhteiskunnassa. Euroopan unionin virallinen lehti C 325/46.
- Harju, Aaro 2003. Yhteisellä asialla. Kansalaistoiminta ja sen haasteet. Vantaa: Kansanvalistusseura.
- Harju, Aaro 2005. Kansalaisyhteiskunta vapaaehtoistoiminnan innoittajana. Teoksessa Marianne Nylund & Anne Birgitta Yeung (toim.) Vapaaehtoistoiminta: anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 58–80.
- Laki kansalaisuudesta 2003/359, 16.5.2003. Viitattu 27.3.2012. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2003/20030359>
- Lehtinen, Sini-Tuulia 1997. Vapaaehtoistoiminta – kasvava voimavara? Näkökulmia ammattityöhön. Helsinki: Kansalaisareena ry.
- Raninen, Anna; Raninen, Tarja; Toni, Ilpo & Tornaesus, Göran 2007. Matildan muodonmuutos. Kansalais- ja vapaaehtoistoiminnan uudet kasvot. Helsinki: WSOY
- Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry. 2005. Vapaaehtoistoiminnan koulutusaineisto. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry.
- Suomen perustuslaki 1999/731, 11.6.1999. Viitattu 27.3.2012. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731>
- Yeung, Anne Birgitta 2005. Vapaaehtoistoiminnan timantti. Miten mallintaa motivaatiota? Teoksessa Marianne Nylund & Anne Birgitta Yeung (toim.) Vapaaehtoistoiminta: anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 104–125.
- Yeung, Anne Birgitta 2007. Innoittava vapaaehtoistoiminta. Teoksessa Aaro Harju (toim.) Kansalaistoimintaan kätkeyty aarre. Vantaa: Sivistysliitto Kansalaisfoorumi SKAF ry, 152–165.

Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja C Katsauksia ja aineistoja

1. Gothóni, Raili & Pesonen, Marja 1998.
Tietopaketti harjoittelusta ja työelämäyhteistyöstä.
2. Gothóni, Raili & Pesonen, Marja 1998.
Tutkiva ammattikäytäntö.
3. Gothóni, Raili & Pesonen, Marja 1999.
Diakin harjoittelukäytännöt ja työelämäyhteistyö.
4. Tolppi, Reijo 1999.
Laadun lähteet verkossa Kokonaisarviointiraportti 1.
5. Kinttula, Outi 2001.
Laadun lähteet verkossa. Kokonaisarviointiraportti 2.
6. Kalmari, Arja & Wallenius, Tuula (toim.) 2002.
Tuutorin tuki. Opintojen ohjaus ja tuutorointi Diakissa.
7. Kainulainen, Sakari & Gothóni, Raili & Pesonen, Marja 2002.
Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Opas Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten.
8. Meretmaa, Anne 2002.
Supervisor's Handbook.
9. Kuokkanen, Ritva; Kivirinta, Mervi; Määttänen, Jukka & Ockenström, Leena 2005. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Opas Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten.
10. Kuokkanen, Ritva; Kivirinta, Mervi; Määttänen, Jukka & Ockenström, Leena 2007.
Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Opas Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten. 4.uud. laitos.
11. Weissenfelt, Kerttu; Läksy, Marja-Liisa; Ruotsalainen, Kari ja Haapalainen, Paula 2008.
Verkosto arjen työtä tekevien voimavaraksi.
12. Marttila, Marjaana ja Häkkinen, Johanna 2008.
POLULLA-projekti – Erityistä tukea ammattikorkeakouluopinnoissaan haasteita kohdanneille.
13. Vähäkangas, Auli 2008. Aimojen kokemuksia ohjauksesta. Aikuisten monimuotoopiskelijoiden kokemuksia ohjauksesta kevään 2007 Monikulttuurisuusopintokokonaisuudessa Diakonia-ammattikorkeakoulun Järvenpään toimipaikassa.
14. Pesonen, Helena 2008. Omalle yrittäjäuralle maahanmuuttajanainen. Omalle yrittäjäuralle, maahanmuuttajataustaisten naisten yrittäjävalmiuksien kehittämisprojekti 1.8.2006 – 40.4.2008 loppuraportti.

15. Holopainen, Anne ja Lind, Kimmo ja Niemelä, Jorma.
Ammattikorkeakoulut kansalaistoiminnassa.
16. Eriksson, Elina; Markkanen, Arja & Tast, Marianne (toim.) 2009.
Hoitotyön ammattikorkeakoulutuksen ja työelämän yhteinen
hanketoiminta – kolmen ammattikorkeakoulun näkökulmaa.
17. Towards Research-Orientation in Professional Practice. 2012 A Guide to
Thesis Work at Diaconia University of Applied Sciences
17. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä 2010. Opas Diakonia-ammattikorkea-
koulun opinnäytetöitä varten.
18. Eitakari, Liisa (toim.) 2010.
Monimuotoistuva työelämä. Työyhteisöjen monimuotoistumis-
prosessi TyöMME-hankkeen kokemusten perusteella.
19. Pesonen & Vihonen 2010.
Maahanmuuttajayrittäjien mentoroinnin käsikirja.
20. Heusala Maarit, Kokko Taina ja Marttila Marjaana 2011.
Yhdessä tein -hanke 2009-2011.- Opiskelijahyvinvoinnin kehit-
täminen Uudenmaan alueen ammattikorkeakouluissa.
- 21.. Ruotsalainen, Kari & Kantele, Liisa 2011.
Sairaanhoidosta velkaneuvontaan. Pieksämäellä vuosina 1949 -
1995 valmistuneiden diakonisojen kertomuksia opiskelusta ja
työstään.
22. Meretmaa Anne 2012.
Adventurous decade and more – Diak's partnership in Asia.

SARJOJEN KRITEERIT

A Tutkimuksia:

Sarjassa julkaistaan uutta ja innovatiivista tietoa tuottavia tieteellisiä tutkimuksia Diakonia-ammattikorkeakoulun opetus-, tutkimus- ja kehittämistoiminnan alueilta. Julkaisut ovat lähinnä väitöskirjoja, korkeatasoisia artikkelikokoelmia sekä lisensiaatintutkimuksia, joiden julkaisemista A-sarjassa puoltaa tohtoritason tutkija. Ulkopuolisen tohtoriarvioijan lisäksi A-sarjassa julkaistavan lisensiaatintutkimuksen lukee julkaisuryhmän jäsenenä toimiva tohtoritason lukija. Sarjaan voivat tarjota julkaisuja sekä Diakonia-ammattikorkeakoulun omat työntekijät että ulkopuoliset kirjoittajat.

B Raportteja

Sarjassa julkaistaan henkilökunnan tutkimuksia (lisensiaatintöitä, pro graduja), ansioituneita Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä sekä niiden Diakin kehittämisprojektien raportteja, jotka ovat tuottaneet innovatiivisia ja merkittäviä työelämää kehittäviä tuloksia.

C Katsauksia ja aineistoja

Sarjassa julkaistaan Diakonia-ammattikorkeakoulun tutkimus-, kehittämis- ja opetustoiminnan tuloksena syntyneitä julkaisuja, esim. työelämän oppimisympäristöistä ja muista projekteista nousevia opinnäytetöitä, oppimateriaaleja, ohjeistuksia sekä seminaari- ja projektiraportteja.

D Työpapereita

Sarjassa julkaistaan asiantuntijapuheenvuoroja ja kannanottoja ajankohtaisiin asioihin, erilaisia suunnittelutyön tarpeisiin tehtyjä selvityksiä (esim. laaja projektisuunnitelma) ja projektien väliraportteja. Sarja mahdollistaa kokemusten ja asiantuntijatiedon nopean eteenpäin viemisen.

