

www.humak.fi

Opinnäytetyö

”Unelma jokaisen saavutettavasta vertaistoiminnasta”

”Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoiminnan mielikuvamalli”

Leena Koivusaari

Yhteisöpedagogi Yamk
(90 op)

Arvioitavaksi jättämisaika
(muodossa 5/2020)



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu
Yhteisöpedagogi (ylempi AMK)

Tekijät: Leena Koivusaari

Opinnäytetyön nimi: Unelma jokaisen saavutettavasta vertaistoinnasta ”Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoiminnan malli”

Sivumäärä: 76 ja 4 liitesivua

Työn ohjaaja(t): Pia Lundbom

Työn tilaaja(t): Aivovammaliitto ry

Tässä opinnäytetyössä kehitetään Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoiminnan malli. Kehittämistyössä ratkaistaan käytännön ongelmia vapaaehtoisten vertaistuki- ja kokemustoimijoiden sekä organisaation työntekijöiden näkökulmasta ja työn tavoitteena on selkeyttää toiminnan rakennetta.

Kehittämistyössä on kuvattu vertaistuki- ja kokemustoiminnan nykytila ja arvioitu toiminnan vahvuuksia ja haasteita benchmarkkaamalla kolmea sosiaali- ja terveysalan järjestöä sekä tekemällä Webropol-kysely vapaaehtoisille vertaistuki- ja kokemustoimijoille. Tulevaisuuden toiminnan mahdollisuuksia ja uhkia on arvioitu teknologian kehityksen näkökulmasta. Opinnäytetyössä yhdistyy kehittämisprosessi, toimijoiden osallisuus ja tiedon tuotanto.

Opinnäytetyössä on toimintatutkimuksellinen ote ja tietoperustan keskeisin elementti on vapaaehtoistoimintaa käsittelevä kirjallisuus sekä teknologian kehityksen näkökulma, joka on yksi globaali megatrendi. Opinnäytetyön tuloksena on syntynyt vertaistuki- ja kokemustoiminnan mielikuvamalli ja se on suunniteltu niin, että toimintaan voi osallistua paikkakunnasta riippumatta. Mallin käyttöä varten on kirjoitus ”unelma jokaisen saavutettavasta vertaistoinnasta”. Vertaistuki- ja kokemustoiminnan mielikuvamallista hyötyvät etenkin sosiaali- ja terveysjärjestöissä työskentelevät ja yhteisöpedagogit, jotka ovat kiinnostuneita kehittämään työtään ja synnyttämään muutosprosesseja. Mielikuvamalli voi toimia esikuvana ja vertailukohteena järjestöille, jotka toteuttavat ja suunnittelevat vertaistoimintaa.

Työ on ajankohtainen, koska teknologisissa ratkaisuissa tulee huomioida toiminnan saavutettavuus ja niiden eteen täytyy tehdä vielä työtä. Opinnäytetyötä hyödynnetään Aivovammaliiton toiminnan suunnittelussa, toteuttamisessa ja edelleen kehittämisessä.

Asiasanat: vapaaehtoistyö, vertaistukitoiminta, kokemustoiminta, osallisuus, kehittäminen, benchmarking, saavutettavuus, prosessi

ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences
Master of Humanities, Community educator

Author: Leena Koivusaari

Title: Vision of accessible peer-action for everyone "Traumatic brain association of Finland's peer support and experiential expertise-based action model."

Number of Pages: 76 and 4 attachment pages

Supervisor(s): Pia Lundbom

Subscriber(s): Aivovammaliiton ry

This thesis develops traumatic brain association of Finland's peer support and experiential expertise-based action model. Development solves practical problems from peer and expert by experience volunteer's and also from organizational workers point of view. Development describes peer support and experience-based volunteers current state and it evaluates it's strengths and challenges by benchmarking three social and health organizations and also by making webropol questionnaire to peer support and experience based volunteers. Future possibilities and dangers are appraised from technological advancement point of view.

Thesis combines development process, participants involvement and information production. It is done by action research and fundamental element of knowledge basis is volunteer action literature and also technological development angle, which is a global megatrend.

As a result, thesis has produced a vision model for peer support and experience based action and it is designed so that one can participate in action regardless of location. For applying the model is written; "dream of accessible peer-action for everyone". Vision model benefits especially social and health organization workers and community educators, who are interested in developing their work and to start transition process. Model can be used as an example and a baseline for organizations that are planning and developing peer action.

Thesis is current because technological solutions must take notice of activities accessibility and more work needs to be done in that area. Traumatic brain association of Finland uses this thesis for planning, executing and further development

Keywords: Peer support, experiential expertise-based action, development process, participation, benchmarking, accessibility, process.

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO	7
1.1	Aivovammaliitto ry	8
1.2	Traumaattinen aivovamma	9
2	AIVOVAMMALIITON VERTAISTUKI- JA KOKEMUSTOIMINTA.....	12
2.1	Toimintaympäristö	13
2.2	Järjestöt sosiaali- ja terveyspalveluiden tukena.....	13
2.3	Verkostoyhteistyö	15
3	VAPAAEHTOISTOIMINNAN MONIPUOLINEN SYSTEEMI	18
3.1	Vapaaehtoistoiminta hyvinvointia vahvistamassa.....	19
3.2	Vertaistuki- ja kokemustoiminta elämän muutoksissa.....	20
4	TEKNOLOGIAN KEHITTYMINEN.....	23
4.1	Verkkopalveluiden saavutettavuus.....	24
4.2	Webinaareilla sosiaalista läsnäoloa.....	25
4.3	Verkkokeskustelut	26
5	TUTKIMUKSELLINEN KEHITTÄMISTOIMINTA	27
5.1	Tutkimuksen tavoite ja tutkimusongelmat	28
5.2	Kehittämistoiminnan eettiset periaatteet	29
5.3	Osallisuus kehittämistyössä	30
5.4	Luotettavuuden arviointi.....	31
6	VERTAISTUKI- JA KOKEMUSTOIMINNAN KEHITTÄMISEN KAARI.....	33
6.1	Benchmarkkaus, vertailukehittäminen	33
6.1.1	Haasteet ja vahvuudet	37
6.2	Kysely vertaistuki- ja kokemustoimijoille	40
6.2.1	Kyselyyn vastanneet	41
6.2.2	Osallistuminen vapaaehtoistoimintaan	45
6.2.3	Vertaistuki- ja kokemustoiminnan hyödyt osallistujille.....	49
6.2.4	Vapaaehtoisten kehitysideat	50
6.3	Vertaistuki- ja kokemustoiminnan kehittämistyöpaja	51
6.3.1	Sosiaalisten ja kulttuuristen rakenteiden muutos	54
6.3.2	Vertaistuki- ja kokemustoiminnan saavutettavuus.....	56
6.3.3	Kertausta, uudelleen opettelua ja väsyvyyttä.....	58

7	VERTAISTUKI- JA KOKEMUSTOIMINNAN MIELIKUVAMALLI.....	60
7.1	Unelma jokaisen saavuttavasta vertaistoiminnasta.....	65
7.2	Mielikuvamallin käyttökelpoisuus	67
8	POHDINTA.....	68
	LÄHTEET	71
	LIITTEET.....	75

ALKUSANAT

Olen käynyt tämän opinnäytetyöprosessin aikana hyviä ja mielenkiintoisia ja omaakin näkemystä laajentavia keskusteluita eri toimijoiden kanssa, niin vapaaehtoisten kuin eri asiantuntijoiden. Suuren kiitoksen ansaitsevat työtoverini, joiden kanssa olemme eläneet jatkuvassa muutoksessa, sekä opiskelijatoverini Humakissa, he samassa tilanteessa ovat ymmärtäneet ja samaistuneet niihin tunteisiin, joita nämä muutos- ja oppimisprosessit ovat meille tarjoilleet.

Kiitos kuuluu työnantajalleni Aivovammaliitolle, joka tarttui kehittämisideaan. On ollut hieno huomata ne muutokset, joita kehittäminen on tuonut tullessaan. Haluan kiittää opinnäytetyöni ohjaajaa yliopettaja Pia Lunblomia, jolta olen saanut tukea ja ohjausta silloinkin, kun en itse ole nähnyt kehittämisen suuntaa ja työni on ollut hajanainen kasa eri aineistoja. Esihenkilöni Päivi Puhakan tuki on antanut opinnäytetyön tekemisen vapautta ja valintoja, joten kiitos siitä.

Ilman puolisoni, perheeni ja ystäväni kannustusta, tukea ja ymmärrystä en kuitenkaan usko, että olisin koskaan edes aloittanut tätä prosessia. Voin todeta, että jokaisella kohtaamisella on suuri merkitys elämässä. Kohtaamiset muokkaavat käsityksiämme elämästä ja antavat meille kokemuksia, joita kannamme mukamme. Tämän opinnäytetyöprosessin jälkeen olen taas hieman myötätuntoisempi ja -intoisempi itselleni ja muille. Nyt mielessäni pyörivät sanat, *”kiitos kun olet ollut matkassa mukana. Namaste.”*

1 JOHDANTO

Tämä YAMK-opinnäytetyö on tehty kehittämään Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoimintaa. Kehittämistä tehdään vapaaehtoisten vertaistuki- ja kokemustoimijoiden sekä organisaation näkökulmasta. Kehittämistoiminnan tavoitteena on selkeyttää toiminnan rakennetta, jotta jokaisella olisi mahdollisuus osallistua toimintaan sijainnistaan riippumatta.

Yhteisöllisyyden toteuttamiseksi järjestöjen on tarjottava ihmisille monipuolisesti mahdollisuuksia vaikuttaa ja osallistua vapaaehtoistoimintaan (Harju & Ruuskanen-Rimma 2016, 45; Järjestöbarometri 2018, 19) ja osallistumisen paikkojen luominen ja sen tekeminen mahdollisimman matalalla kynnyksellä on vapaaehtoistoiminnan ydin. (Särkelä-Kukko 2014, 43). Vapaaehtoisten osallistuminen on antanut lisäarvoa kehittämistyöhön ja tuonut vapaaehtoisten intressejä esiin. Osallistaminen parhaimmillaan sitouttaa ihmiset toimintaan (Joensuu 2016, 138; Toikko & Rantanen 2009, 90). Joten uskon Aivovammaliiton vertaistoiminnan tavoittavan tulevaisuudessa yhä useamman ihmisen mukaan.

Opinnäytetyö on tehty kuvaamalla toiminnan nykytilan ja arvioimalla toiminnan haasteita ja vahvuuksia benchmarkkaamalla kolmea sosiaali- ja terveysjärjestöä, sekä vapaaehtoisille suunnatun Webropol-kyselyn avulla. Tulevaisuuden toiminnan mahdollisuuksia ja uhkia on arvioitu teknologian kehityksen näkökulmasta kehittämistyöpajan aineiston avulla. Opinnäytetyössä on toimintatutkimuksellinen ote (ks. esim. Heikkinen, Rovio & Syrjälä 2008, 81; Kananen 2014, 34) ja opinnäytetyöprosessin aikana olen ollut aktiivinen toimija suhteessa tutkittavaan kohteeseen (Heikkinen ym. 2008,19).

Työn lopussa esittelen työn tuloksena syntyneen Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoiminnan mallin. Malli on suunniteltu niin, että toimintaa voidaan tarjota saavutettavasti paikkakunnasta riippumatta. Mallin ohkeen olen kirjoittanut tekstin

unelma jokaisen saavuttavasta vertaistoiminnasta. Mielikuvamalli voi toimia esikuvana ja vertailukohteena vertaistoimintaa suunnitteleville ja kehittäville organisaatioille.

Tästä opinnäytetyöstä hyötyvät ennen kaikkea sosiaali- ja terveysalan järjestöissä työskentelevät, sekä yhteisöpedagogit, jotka ovat kiinnostuneita kehittämään työtään yhdessä eri toimijoiden kanssa. Myös saavutettavan toiminnan suunnittelusta ja toteuttamisesta kiinnostuneet voivat hyötyä työstä.

1.1 Aivovammaliitto ry

Aivovammaliitto ry on valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalalla toimiva vammaisjärjestö. Aivovammaliitolla on 10 jäsenyhdistystä, joilla on 20 toimintaryhmää ympäri valtakunnan. Yhdistysten toimintaa organisoivat vapaaehtoistoimijat. Aivovammaliiton toiminnan tarkoitus on edistää traumaattisen aivovamman saaneiden sekä heidän läheisten yhdenvertaista osallisuutta tässä yhteiskunnassa. (Aivovammaliitto 2020.)

Aivovammaliitto perustettiin vuonna 1992 ja perustamisajatuksena oli tiedon lisääminen, vertaistuen ja sopeutumisvalmennuksen tarjoaminen. Aivovammaliitossa työskentelee tällä hetkellä 11 työntekijää. Tiedon lisääminen, sopeutumisvalmennuskurssit ja vertaistukitoiminta ovat yhä tärkeä osa Aivovammaliiton toimintaa. (Aivovammaliitto 2020.)

Aivovammaliiton toimintaan kuuluu tiedotus ja koulutus. Viestinnän, tiedottamisen ja koulutuksen tehtävänä on oikean aivovammatietouden lisääminen ja stigman poistaminen. Aivovamma ei useinkaan näy ihmisestä ulospäin ja aivovamman jälkitilan oireet saattavat aiheuttaa ihmetystä ja ennakkoluuloja, joten viestinnän tarkoituksena on antaa oikeanlaista tietoa ja hälventää ennakkoluuloja aivovammasta. (Aivovammaliitto ry 2020.)

Aivovammaliitto tekee vaikuttamistyötä ottamalla kantaa aivovammautuneiden ihmisten oikeuksiin. Usein vaikuttamistyö kohdistuu sosiaali-, terveys- ja kuntoutuspalveluiden epäkohtiin yhteiskunnassa. Sopeutumisvalmennuksen tavoitteena on auttaa aivovamman saanutta ihmistä ja hänen läheisiään sopeutumaan uuteen elämäntilanteeseen. (Aivovammaliitto ry 2020.)

Aivovammaliitto tukee jäsenyhdistysten ja toimintaryhmien toimintaa mm. järjestämällä heille koulutusta, tiedottamalla yhdistystoimintaan vaikuttamista ajankohtaisista asioista ja antamalla ohjausta ja neuvontaa yhdistystoimintaa liittyvissä kysymyksissä. Aivovammaliitto ylläpitää jäsenrekisteriä yhdessä aivovammayhdistysten kanssa.

Aivovammaliitolla on omaa kehittämistoimintaa eri hankkeiden muodossa ja tällä hetkellä on meneillään kaksi kehittämishanketta: Tee kypärätempku -hanke, jossa on tavoitteena kypärän käyttöön liittyvä positiivinen asennemuutos sekä Tukea aivovammautuneen läheiselle hanke, jonka aikana kehitetään voimavaraistavan tuen malli aivovammautuneen läheisten akuuttiin vertaistuen tarpeeseen. Aivovammaliiton tehtävä on myös edistää ja tukea alan tutkimustoiminnan kehittymistä. (Aivovammaliitto ry 2020.)

1.2 Traumaattinen aivovamma

Vuosittain noin 15 000 ihmistä saa sairaalahoitoa vaativan aivovamman ja arviolta noin 100 000 ihmisellä on aivovamman jälkioireita (Käypä hoito -suositus 2020), kun läheiset lasketaan tähän mukaan, niin aivovamma koskettaa noin 500 000 ihmistä (Choustikova 2019). Aivovammojen ilmaantuvuus on yli 75-vuotiailla kasvussa ja huomattava osa aivovamman saajista on alle 25-vuotiaita. Kansainvälisesti yleisimmät aivovamman syyt ovat putoamis- ja kaatumistapaturma ja liikenneonnettomuudet. Suomessa selkeästi suurin syy vammautumiseen on kaatumistapaturmat. (Käypä hoito – suositus 2020.)

Aivovamma luokitellaan lieviin, keskivaikeisiin ja vaikeisiin vammoihin (Käypä hoito -suositus 2020). Neurologian ja traumatologian dosentti Olli Tenovuo (2019) on myös esittänyt, että vammaluokittelusta voitaisiin luopua. Luokittelu on subjektiivinen käsite ja Tenovuo (2019) havainnollistaa asiaa eri asiantuntijoiden näkökulmista seuraavasti:

Neurokirurgi: ”Toipunut hämmästyttävän hyvin vaikeasta vammastaan, tulee itsenäisesti kävellen vastaanotolle”

Neurologi: ”Saanut vaikean aivovamman minkä seurauksena jäänyt vaikeaksi invalidisoituneeksi, laaja-alainen neuropsykologinen jälkioireisto” (Tenovuo 2019.)

Aivovamman jälkitila jättää vamman saaneelle ihmiselle moninaisia oireita ja käyn läpi niistä muutamia. Kognitiiviset muutokset aivovamman jälkitilassa tarkoittavat muun muassa, että aivovamman saaneen ihmisen toiminta ja ajattelu hidastuu ja uuden oppiminen on haasteellista. Vammautuneen muisti on heikentynyt eikä asioiden mieleen painaminen, mielessä säilyttäminen eikä asioiden mieleen palauttaminen samalla tavalla enää onnistu. Kommunikaatio- ja vuorovaikutustilanteissa saattaa esiintyä haasteita, kun esimerkiksi sanoja ei löydy. Aivovamma saattaa aiheuttaa myös keskittymisvaikeuksia ja monet asiat, kuten äänet ja hälinä, valot, hajut voivat heikentää tarkkaavaisuutta. Tunne-elämän ja käyttäytymisen muutokset ovat osa aivovamman jälkitilaa, kun esimerkiksi ennen sosiaalisena tunnettu onkin hyvin vetäytyvä tai toisin päin. Yleisiä aivovamman jälkitilan oireita ovat ärtyneisyys, väsyvyys, unihäiriöt, masennus ja ahdistus myös muita harvinaisempia oireita saattaa esiintyä. (Käypä hoito -suositus 2020.)

Puhun tässä kehittämistyössä aivovamman saaneiden ihmisten erityistarpeista. Erityistarpeilla tarkoitan asioita, joita täytyy ottaa huomioon toiminnan suunnittelussa. Erityistarpeiden huomioiminen edistää vamman saaneiden yhdenvertaisuutta ja oikeudenmukaisessa yhteiskunnassa jokaisella aivovamman saaneella ihmisellä on mahdollisuus kouluttautua ja kehittää itseään (Yhdenvertaisuuslaki 2020). Yhdenvertaisuuslakiin on kirjattu muuan muassa, että koulutuksen järjestäjän on tehtävä asianmukaiset kohtuulliset mukautukset, jotta

vammainen ihminen voi yhdenvertaisesti asioida viranomaisissa ja saada koulutusta, työtä ja yleisesti tarjolla olevia asioita (Yhdenvertaisuuslaki 2020).

2 AIVOVAMMALIITON VERTAISTUKI- JA KOKEMUSTOIMINTA

Aivovammaliiton toiminta pohjautuu aivovammautuneiden ihmisten ja heidän läheisten keskinäiseen vertaisuuteen. Vertaisuus on ollut yksi toimintaa ohjaavista arvoista vuosina 2015-2019. Strategiakauden muita arvoja ovat olleet luottamus ja toimijuus. (Aivovammaliitto ry 2020; Kantola 2019.) Aivovammaliiton strategiatyö on meneillään samalla, kun olen työstänyt opinnäytetyötäni.

Aloittaessani vertaistuki- ja kokemustoiminnan kehittämistyötä työtehtävät olivat jakautuneet kolmen eri työntekijän kesken. Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoimijat ovat melkein tuplaantuneet vuodesta 2012, tuolloin kysely lähetettiin 56 vapaaehtoiselle (Helander 2012, 26). Nyt Aivovammaliitolla on 83 vertaistukitoimijaa, 37 kokemustoimijaa sekä muutama kokemusasiantuntija, toimijoista noin 10 on läheisiä. Useat kokemustoimijat ovat saaneet myös vertaistukikoulutuksen. Aivovammaliitto ylläpitää vertaistuki- ja kokemustoimijoiden tietoja jäsenrekisterissään.

Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoimintaan kuuluu vertaistuki- ja kokemustoimijoiden perus- ja jatkokoulutukset sekä heidän ohjaus ja neuvonta. Vertaistukitoiminnan toiminnassa keskeistä ovat olleet myös vertaistuellisten tapahtumien järjestäminen nuorille ja läheisille. Nuorten vertaistuellinen tapahtuma Pääfest on järjestetty jo vuodesta 2013 alkaen. Pääfestin suunnittelussa ja toteutuksessa ovat vahvasti aivovamman saaneet nuoret aikuiset mukana. Nuorille on myös kehitetty omaa vaikuttamistoimintaa, joka on painottunut pääsääntöisesti verkossa tehtäväksi työksi, nuorten toiminta hakee yhä muotoaan.

Aivovamman saaneiden läheisillä on tarvetta akuutille vertaistuelle. Tällä hetkellä Tukea aivovammautuneen läheiselle -hanke kehittää läheisten vertaistukea. Hankkeen aikana kehitetään voimavaraistavan tuen malli, joka sisältää tiedollista tukea ja vertaistukea aivovammautuneen läheiselle akuutissa vaiheessa. (Aivovammaliitto ry 2020.)

Aivovammaliitto tekee yhteistyötä eri toimijoiden kanssa sekä olemalla mukana eri vertaistuki- ja kokemustoiminnan verkostoissa mukana, joista tarkemmin luvussa 2.3.

2.1 Toimintaympäristö

Suomessa on noin 10 000 rekisteröityä sosiaali- ja terveysalan järjestöä ja noin 200 niistä toimii valtakunnallisesti keskusjärjestönä tai heidän toiminta-alueensa kattaa koko valtakunnan. Sote-järjestöille on ominaista, että ne toimivat jonkin erityisryhmän fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin edistämisen vuoksi. (Järjestöbarometri 2018, 19; Soste 2020.) Vammaisjärjestöille ominaista on, että ne tekevät edunvalvontatyötä tasa-arvon ja osallistumisen edistämiseksi yhteiskunnassa, kehittävät alaa ja tiedottavat jäsentensä etuuksista ja palveluista. Vammaisjärjestöt tarjoavat myös mahdollisuuden vertaistukeen vammaisille ja pitkäaikaissairaille ihmisille ja heidän läheisilleen. (THL 2020) Sote-järjestöt jakavat toimintaympäristön muun muassa julkisen ja yksityisen sosiaali- ja terveyspalveluiden kanssa.

2.2 Järjestöt sosiaali- ja terveyspalveluiden tukena

Suomessa sosiaali- terveyspalveluiden uudistusta on tehty jo 2000-luvun alkupuolelta lähtien. Nykyisen sote-uudistuksen tavoitteena on muun muassa turvata yhdenvertaiset ja laadukkaat sosiaali- ja terveyspalvelut kaikille suomalaisille. Sote-uudistuksella halutaan myös parantaa palvelujen saatavuutta ja saavutettavuutta sekä kaventaa hyvinvointi- ja terveyseroja. Sote-uudistuksen tarkoitus on myös turvata ammattitaitoisen työvoiman saanti sosiaali- ja terveyspalveluihin ja vastata ikääntymisen ja syntyvyyden laskun aiheuttamiin haasteisiin sekä hillitä kustannusten kasvua. (Sote-uudistus 2020; Hallitus-ohjelma 2019.)

Järjestölähtöisen toiminnan tärkeys mainitaan eri raporteissa, kuten Marinin hallitus-ohjelmassa (2019). Hallitus-ohjelmaan osaava ja osallistuva Suomi (2019) on kirjattu, että *sote-järjestöjen toiminnan edellytyksiä tulee vahvistaa, sekä tukea järjestölähtöisen toiminnan uudistumista ja monimuotoisuutta (Hallitus-ohjelma 2019)*. Hyvinvointiala HALI, SOSTE ja Kuntaliitto jättivät helmikuussa (Soste 2020) kannanoton, jossa he vaativat, että tuleviin sote-lakeihin kirjataan järjestöjen työn hyödyntämisen mahdollistavat perusrakenteet. Kannanotossa mainitaan, että vaikka sote-järjestöt eivät teknisesti ottaen kuulu sote-uudistukseen, on se silti nivottava

siihen saumattomasti, koska järjestöt ovat levittäytyneet yhteiskunnan eritasoille ja monille asiakkaille järjestöjen tarjoama apu ja tuki tarjoaa syrjäytymistä ehkäisevää osallisuutta ja toiminta vahvistaa työ- ja toimintakykyä. (HALI, SOSTE ja Kuntaliitto 2020.) Osallisuuden jäljillä julkaisussa Pyykönen (2014, 26) toteaa, että *”Järjestöillä on osaamista ja annettavaa matalan kynnyksen palvelujen kehittämiseen. Järjestöt tavoittavat ruohonjuuritasolla ihmisiä, jotka eivät osaa toimia monimutkaisessa palvelujärjestelmässä”*.

Tulevan hallituskauden aikana lisätään matalankynnyksen elintapaohjausta ja ennaltaehkäisevää työtä. Mielenterveys- ja päihdelainsäädäntö uudistetaan ja ennaltaehkäisevää päihdestrategiaa päivitetään sekä laaditaan mielenterveysstrategia. (Hallitus-ohjelma 2019, 143.) Asia koskettaa osaa aivovammutuneista ihmisistä. Tutkimuksissa, joissa on tutkittu aivovamman ja psykiatristen sairauksien yhteyttä on esitetty, että jopa 27-40% aivovammutuneilla ihmisillä on myös mielenterveyteen liittyviä sairauksia, kuten masennusta. Haasteita mielenterveys-sairauksien tunnistamiseen tuovat muun muassa aivovamman ja masennusoireiden päällekkäisyydet. (Koponen 2007, 1222.)

Vammaisjärjestöt tekevät työtä yhdenvertaisuuden eteen. Hallitusohjelmassa (2019) on mainittu, että vaikka yhdenvertaisuutta on edistetty, täytyy sen eteen vielä tehdä paljon asioita. Sosiaali- ja terveyspalveluiden haasteita ovat niiden oikea-aikaisuus ja yksilöllisten palvelutarpeiden huomioiminen. Tulevassa vammaispalvelulain uudistamisessa tullaan ottamaan yksilöllisiä tarpeita huomioon (Hallitus-ohjelma 2019, 142.) ja lain uudistamistyössä tulee huomioida aivovamman saaneiden erityistarpeet.

Sosiaali- ja terveysministeriö on julkaissut myös oman tulevaisuuskatsauksen. Julkaisussa he toteavat, että tulevaisuudessa sosiaali- ja terveyspolitiikkaan vaikuttavat erityisesti muuttuva väestörakenne, globalisaatio, työn murros, teknologinen kehitys sekä osallistuva yksilö. (ks. Sosiaali- ja terveysministeriö 2018.) Tähän kehittämistyöhön olen koonnut tietoperustaa teknologian kehityksestä sekä käsittelen osallisuutta kehittämisen ehtona.

2.3 Verkostoyhteistyö

Nyky-yhteiskunnassa ei menestytä toimimalla yksin (Harju 2005, 76). Verkostoyhteistyö ja yhteistyökumppanit ovat tärkeässä osassa. Tällä hetkellä yhteistyötä tehdään Jyvä-verkostossa, NV-verkostossa ja Kokemustoitumaverkostossa ja tärkeitä yhteistyökumppaneita ovat Tatu ry sekä Ejy ry:n hallinnoima OLKA-toiminta. Verkostoyhteistyöllä parhaimmillaan jaetaan tietoa ja resursseja kaikkien yhteiseksi hyödyksi (Harju 2005, 76). Aivovammaliiton toiminta on valtakunnallista, joten yhteistyöntekeminen ja toimintaan mukaan tavoittaminen helpottuu, kun useampi toimija on viestimässä ja toteuttamassa toimintaa.

Verkostoitumisen hyödyt ovat myös kiistattomat, kun yhteistoiminnasta on sovittu. Verkostot voidaan rakentaa joko asia sisällön tai rakenteen ympärille. Sisältöön perustuva verkosto toimii niin pitkään kuin asia tai ilmiö pitää verkostoyhteistyötä yllä, kun taas rakenteellisessa verkostossa ovat omat hallinnolliset sääntönsä. Oli lähtökohtana kumpi tahansa, on verkoston hyödynnettävä kaikkia mukana olevia toimijoita ja sen on tuotava toimintaan lisäarvoa. Muuten verkoston ylläpitämiseen ei ole motiivia, koska työskentely vie aikaa ja henkistä energiaa. Verkoston ylläpitämiseksi on myös hyvä, että jokin taho ottaa siitä vetovastuun. Tietotekniikka on myös hyvä apuväline verkostomaisessa toiminnassa. (Harju 2005, 76-78.)

Jyvä-verkosto on erityisesti sairaus- ja vammaisjärjestöjen vertaistukitoiminnan yhteistyöverkosto. Verkostossa toimii tällä hetkellä seitsemän eri järjestöä Tatu ry, Invalidiliitto, CP-liitto, Suomen Kipu ry, Akson ry, Aivovammaliitto ry, Kynnys ry ja Helsingin invalidit ry. Verkosto on yhdessä suunnitellut erilaisia koulutuksia ja virkistyspäiviä vapaaehtoisille vertaistukitoimijoille. Verkoston ajatuksena on ollut jakaa osaamista ja resursseja niin, että myös vapaaehtoistoimijat pääset verkostoitumaan yli järjestörajojen. Jyvä-verkostossa mukana olevat asiantuntijat jakavat myös tietoa keskenään, mikä lisää ammattilaisten yhtenäistä ymmärrystä vertaistukitoiminnasta ja sen toiminnan periaatteista. Verkostosta ei tällä hetkellä löydy tietoa netistä, mutta mukana luetuilta järjestöiltä sitä on saatavissa.

NV-verkosto eli Neurologisten vammaisjärjestöjen oma verkosto toimii valtakunnallisesti sekä alueellisesti. Alueellisten verkostojen toiminta sijoittuu tällä hetkellä OYSin, HYKSin, TAYSin, KYSin ja TYKSin alueille. Alueellisten verkostojen

toiminta-alueet on mukailtu vastaamaan yliopistollisten sairaaloiden erityisvastuu alueita eli erva-alueita. Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoiminnassa yhteistyötä tehdään alueellisissa NV-verkostoissa ja hyviä yhteisiä käytäntöjä alueilla ovat olleet yhteiset tapahtumat mm. oppilaitosyhteistyö (elävä kirja ja kokemustoiminta) ja alueelliset tapaamiset sairaanhoidon ja sosiaalipalveluiden henkilökunnan kanssa. Sote-alan ammattilaisten tapaamiset ovat olleet tärkeitä tiedon ja yhteistyön tekemisen kannalta.

Aivovammaliitto kuuluu myös kokemustoimintaverkostoon. Verkostossa toimii 37 valtakunnallista potilas-, vammais- ja läheisjärjestöä sekä heidän noin 600 kokemustoimijaa eri puolilla Suomea. Verkosto toimii valtakunnallisesti sekä alueellisesti ja sen toimintaa ohjaa ohjausryhmä. (Kokemustoimintaverkosto 2020.) Aivovammaliitto on mukana suunnittelemassa mm. alueellisia ja valtakunnallisia koulutuksia ja virkistystoimintaa kokemustoimijoille.

Omaishoitoverkosto on avoin yhteistyöverkosto ja Aivovammaliitto on kuulunut siihen muutaman vuoden ajan. Verkostosta saadun tiedon avulla olemme voineet huomioida läheisten vertaistuen tarvetta paremmin, sekä jakaa tietoa omaishoitoon liittyvästä asioista. Verkostoon kuuluu 23 valtakunnallista järjestöä ja verkoston tavoitteena on, että vahvistamalla yhteistyötä, voidaan vaikuttaa omaishoidon kehittämiseen ja omaishoitoperheiden aseman vahvistumiseen. (Omaishoitoverkosto 2020.)

OLKAN kanssa tehdään yhteistyötä muun muassa vertaistukikoulutusten parissa sekä Tukea aivovammautuneen läheiselle -hankkeessa. OLKAN toimintaan kuuluu eri vapaaehtoistoiminnan koulutukset, kuten Ilona-valmennus sairaalavapaaehtoisille, Toivo-valmennus vertaistukijoille sekä saattohoidon tukihenkilövalmennus (HUS 2020; Terveyskylä 2020). Aivovammaliiton vertaistukitoimijaksi voi tulla myös, jos on käynyt Toivo-valmennuksen. OLKAN toiminta käytännössä tapahtuu sairaaloissa, jossa on tarjolla matalankynnyksen tukea ja neuvontaa OLKA-pisteillä. Järjestöt voivat myös mennä esittelemään toimintaansa OLKA-pisteelle. OLKA-toiminnan yhtenä tavoitteena onkin antaa tukea sairauteen sopeutumisessa. (HUS 2020.) Myös aivovamman saaneet ovat usein sairaalahoidossa, joten vertaistuen mahdollistaminen heille ja heidän läheisille voi auttaa ja nopeuttaa sopeutumista uuteen tilanteeseen.

Aivovammaliitto ja Tatu ry tekevät yhteistyötä muun muassa järjestämällä yhteisiä vertaistuellisia tapahtumia ja koulutuspäiviä. TATU ry on myös valtakunnallinen järjestö, ja toiminnan keskeisenä lähtökohtana on tukea eri tavoin tapaturmaisesti vammautuneita ja pitkäaikaissairaita lapsia ja nuoria sekä heidän perheitään (Tatu ry 2020). Monet aivovamman saaneet nuoret toimivat ja osallistuvat molempien järjestöjen toimintaan, joten yhteistyö nuorisotoiminnan osalta on isossa roolissa. Aivovammaliitto ry on myös Tatu ry:n jäsen.

3 VAPAAEHTOISTOIMINNAN MONIPUOLINEN SYSTEEMI

Vapaaehtoistoiminta on moninainen ilmiö, kuten esimerkiksi Anne Birgitta Pessi (2010) ja sekä Aaro Harju (2005) mainitsevat. Vapaaehtoistoimintaa on tutkittu monesta eri näkökulmasta. Tässä kehittämistyössä tarkastelen Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoimintaa niin organisaation kuin vapaaehtoisten sekä toimintaan osallistuvien näkökulmasta.

Pessi (2010) tarkastelee artikkelissaan vapaaehtoistoimintaa muun muassa systeemiällyn näkökulmasta. Systeemiällyn käsite yhdistää inhimillisen herkkyyden insinööriajatteluun. Systeemiällyn näkökulmasta vapaaehtoistoinnassa on kolme erityisen arvokasta painotusta: 1. Holistinen näkökulma, jossa fokus on ihmisessä, mutta myös kokonaisuudessa. 2. Konstruktiivinen, positiivinen tapa tarkkailla ilmiöitä, jossa etsitään mahdollisuuksia ja potentiaaleja esteiden sijaan sekä mukana on yksilöitä, jotka haluavat menestyä yhdessä. 3. Painopiste on myös yksilön vastuullisuudella ja vastuuntunnolla. Nämä kolme painotusta näyttävät meille, että vapaaehtoisuudessa sekoittuvat kokonaisuus sekä yksilö ja vapaaehtoistoiminta on areena, jolla on mahdollista edistää niin yhteisöjen kuin yksilöiden hyvää. Nämä kolme näkökulmaa auttavat meitä myös hahmottamaan vapaaehtoistoiminnan monipuolisuuden. (Pessi 2010, 174-177.)

Vapaaehtoistoiminnan sosiaalinen luonne on tarkastelun kohteena ja tutkimuksetkin osoittavat, että juuri sosiaalisuus on yksi toiminnan ydinelementeistä (Pessi 2010, 183). Puhun tässä opinnäytetyössä vapaaehtoistoinnasta ja vapaaehtoistyöstä, ja tarkoitan molemmilla samaa eli toimintaa, joka tarkoittaa, että *sitä tehdään maksutta, toimintaan osallistutaan omasta vapaasta tahdosta, toiminnan hyöty kohdistuu oman perhe- ja ystäväpiiriin ulkopuolelle ja se on jokin tahon organisoimaa* (Pessi 2010, 178). Vapaaehtoistoimintaan sisältäväksi voidaan liittää myös yksilön lähipiiri kuten naapuriapu, sukulaisuus, kuten Harju mainitsee (2005, 58), mutta se jää tarkastelun ulkopuolelle.

3.1 Vapaaehtoistoiminta hyvinvointia vahvistamassa

Vapaaehtoistyöhön osallistumisen on todettu vahvistavan tekijöidensä hyvinvointia, sen on todettu vähentävän alttiutta sairastua masennukseen sekä se voi torjua stressiä (Martela 2014, 87; Pessi 2014, 184). Vapaaehtoistoiminta voi parhaimmillaan antaa tekijälleen hyvää mieltä, iloa, uuden oppimista, taitojen ja tietojen ylläpitoa, merkityksellisyyden kokemusta sekä tyytyväisyyttä eloon, oloon ja myös itseen. (Pessi 2014, 184.) Vapaaehtoisena toimiminen antaa myös mahdollisuuden tarkastella omia kokemuksia vuorovaikutuksessa toiseen ja saada lisäselvyyttä identiteetilleen. Toiminnan kautta vapaaehtoinen voi myös vahvistaa tiettyjä elämän osia, kuten toiminnan kautta saatuja arvoja. Vapaaehtoistoiminta voi antaa suuntaa vapaaehtoisen elämään (Sorri 2005, 130.), esimerkiksi koulutuksien ja erilaisten käytännön harjoitusten avulla voidaan lisätä vapaaehtoistoimijoiden vuorovaikutus- ja ryhmätyöntaitoja ja antaa heidän identiteetilleen vahvistusta (Holm 2010, 51-52; Sorri 2005, 130).

Vuorovaikutus- ja ryhmätyöntaitoja tukemalla vapaaehtoiset osaavat kuunnella, arvostaa ja ymmärtää toisten ihmisten ja ryhmän jäsenten ajatuksia ja toimintaa, vaikka ne poikkeaisivat suurestikin omista näkemyksistä. Vuorovaikutus ja ryhmässä toimimisen taidot auttavat ymmärtämään itseämme sekä toisiamme paremmin. Vuorovaikutustaidot ovat erittäin oleellinen osa vapaaehtoista vertaistuki- ja kokemustoimintaa, joten arvostavassa ja toista ihmistä kunnioittavassa vuorovaikutuksessa on huomioitava, että jokainen ihminen on ainutlaatuinen omineen kokemuksineen ja ajatuksineen. (Holm 2010, 51-52.)

Sote-järjestöjen vapaaehtoistoimijat saadaan usein omasta jäsenistöstä (58% vapaaehtoisista omia jäseniä), joten toiminnassa mukana olevat ihmiset tulee nähdä aktiivisina vapaaehtoistoimijoina (Soste 2020). Vapaaehtoistoimijoiden tarve järjestöissä on selvästi lisääntynyt (Järjestöbarometri 2018, 117), mutta Sote-järjestöjen vapaaehtoistoiminnan haasteita ovat esimerkiksi, että vapaaehtoistoimijat ovat väsyneitä eivätkä jaksaa toimia esimerkiksi iän, jonkin sairauden tai vamman seurauksena ja pitkät välimatkat estävät usein toimintaan osallistumisen. Vapaaehtoistoimijoiden koulutustarpeet ovat lisääntyneet ja vapaaehtoistoimijoita

yhdistyksissä on enemmän (Järjestöbarometri 2018, 117-118), vapaaehtoistoiminta on projekti- ja keikkaluontoista sekä toiminta on jo osin siirtynyt verkkoon (Harju & Ruuskanen-Rimma 2016, 51, 198; Harju 2010, 34; Pessi 2010; Rissanen & Puumalainen 2016, 6).

3.2 Vertaistuki- ja kokemustoiminta elämän muutoksissa

Vertaistuki- ja kokemustoiminnan erityisyys nousee ihmisten sekä heidän läheisten omasta kokemustiedosta ja kouluttautuakseen vertaistuki- tai kokemustoimijaksi on ihmisellä omakohtainen kokemus esimerkiksi sairaudesta tai vammautumisesta. (Vahtivaara 2010, 21; Laimio & Karnell 2010, 16 ja 26; Hyväri 2005, 214.) Kokemustiedon jakajan tulisi pystyä jakamaan oman tarinansa ilman tunne kuohuja ja se on mahdollista silloin, kun prosessi erityispiirteen kanssa on käyty läpi tarpeeksi hyvin (Vahtivaara 2010, 21). Prosessin läpi käyntiä voi edesauttaa vertaistukihenkilöille suunnatut koulutukset ja valmennukset sekä kokemustoiminnan koulutukset.

Vertaistuki perustuu ihmisten keskinäiseen ja tosiaan arvostavaan kohtaamiseen. (Hyväri 2005, 214; Holm 2010, 51) ja vertaistukea annetaan usein kahden kesken tai ryhmässä (Rissanen & Puumala 2016,5), myös verkkovertaistuki on yleistä (Järjestöbarometri 2018, 122). Vertaistoiminnan perusajatuksena on usko ihmisen omiin voimavaroihin ja vertaistoiminta voi myös ennaltaehkäistä arjen haasteita, kun saadaan vertaisilta tukea ja tietoa asioista, joita ei vielä ole osattu ehkä edes ajatella. (Laimio & Karnell 2010, 11-12.) Vertaistukijan oma kohtainen kokemus on hyödyllistä esimerkiksi silloin, kun elämässä tapahtuu jotain yllättävää ja ennalta odottamatonta, kuten esimerkiksi vakava sairastuminen, vammautuminen ja muut elämän kriisitilanteet (Mikkonen & Saarinen 2018, 26; Vahtivaara 2010, 21-22). Näissä tilanteissa usein myös koetaan tarvetta jakaa kokemuksia vertaisen kanssa ja halutaan tietoa siitä, kuinka erityispiirre vaikuttaa elämään (Vahtivaara 2010, 22). Tilanteessa, jossa kohtaamme ihmisen, joka on uudessa ja ennalta odottamattomassa elämäntilanteessa on hyvä muistaa toiminnan hienovaraiset tekijät (Pessi 2010, 191). Vertaistukitoimijoilla on ihan oma asiantuntijuutensa toiminnassa ja toiminnalla on terapeuttisia vaikutuksia ihmisten elämään, mutta meidän on muistettava, että

toiminta ei korvaa terapiaa tai ammattilaisten tekemää työtä. (Mikkonen & Saarinen 2018, 30; Laimio & Karnell 2010,11; Harju 2010, 131.) Toiminnan kannalta on myös tärkeää, että toimintaan on tukea ja ohjausta tarjolla.

Kokemusasiantuntijat ja kokemustoimijat laajentavat toimintakenttäänsä muun muassa palvelujärjestelmän kehittämiseen (Rissanen & Puumala 2016, 5). Kokemustoimijan tai -asiantuntijan tehtävät ovat useimmiten oman sairaus- tai vammautumistarinan jakaminen (Rissanen & Jurvansuu 2019, 3) ja he voivat toimia esimerkiksi sotepalveluiden asiakaslähtöisinä kehittäjinä ja arvioijina (Kokemustoiminta verkosto 2020). Tärkeää kokemusasiantuntijatoiminnassa on halu osallistua palvelujärjestelmän kehittämiseen (Rissanen & Puumala 2016, 5).

Kokemusasiantuntijat, jotka toimivat mielenterveys- ja päihdekuntoutuksessa jäsentävät rooliaan asiakkaan osallisuuden mahdollistajana neljällä eri tavalla. 1. He näkevät toiminnan asiakkaan kokemusmaailman avaajaksi, ja esimerkiksi kokevat, että heidän läsnäolonsa asiakkaan ja ammattilaisen välisissä kuntoutuskeskusteluissa voi auttaa asiakasta avautumaan vaikeaksi kokemistaan tapahtumista ja asiantiloista. Kokemusasiantuntijat kuvaavat muun muassa, että asiakkaat saattavat olla niin lukossa, ettei vuoropuhelu ammattilaisen kanssa pääse alkamaan. Tällöin kokemusasiantuntijan kokemukset ja tarinat voivat toimia lukon avaajina ja edistää yhteistyötä ammattilaisen kanssa. 2. Kokemusasiantuntijat näkevät roolinsa myös asiakkaan esikuvana, jolloin asiakkaan luottamus ja usko omaan kuntoutumiseen vahvistuu. He kokevat, että voivat toimia kannustavana ja rohkaisevana esimerkkinä muutokseen ja tällaista palautetta he ovat myös toiminnastaan saaneet. 3. He kokevat olevansa myös asiakkaiden läheisiä, jolloin he omalla läsnäolollaan tukevat asiakasta heidän kertoessaan omaa tarinaansa päihteidenkäytöstä. Kokemusasiantuntija näyttäytyy myös henkilönä, jolle on helppo puhua, ja jonka asiakas kokee ymmärtävän itseään. Asiakkaan läheisyys kokemusasiantuntijaan voi myös vahvistaa osallisuutta palvelujärjestelmään. 4. Kokemusasiantuntijat jäsentävät itsensä myös välittäjäksi, jolloin asiakkaan kuntoutuskeskusteluissa ammattilaisen on helpompi ymmärtää asiakkaan vaikeaa sosiaalista ongelmaa. Kokemusasiantuntijat näkevät toiminnan niin ikään, että he toimivat tulkkeina, jossa he luovat ymmärrystä asiakkaille palvelujärjestelmästä ja toisaalta ammattilaiselle asiakkaiden kokemista sosiaalisista- ja terveydellisistä ongelmista. (Palukka, Tiilikka & Auvinen 2019, 25-28.)

4 TEKNOLOGIAN KEHITTYMINEN

Verkkomaailma toimii yhdessä niin sanotun fyysisen maailman kanssa (Kangaspunta 2011, 209) ja digitaalisen teknologian käyttö palveluissa ja ihmisten vuorovaikutuksessa on jo useille ihmisille arkea (Sitra 2020). Ihmiset kommunikoivat verkon välityksellä, vaikka näkisivät muutenkin toisiaan ja verkkomaailma sisältää hyvin monitasoisia vuorovaikutuksen ja yhteisyyden muotoja. (Kangaspunta 2011, 30.)

Digitaaliset palvelut tulevat kehittymään yhä nopeammalla vauhdilla tuoden tehokkuutta ja älykkyyttä monille perinteisille aloille (Wilenius 2015, 209). Tämä haastaa ajattelevaan myös vertaistuki- ja kokemustoimintaa uudella tavalla. Harju ja Ruuskanen-Rimma (2016, 51, 198) toteavat, että järjestötoiminnan kehittymisen kannalta innovatiivinen ajattelu sekä vanhoista toimintatavoista luopuminen ovat kehityksen edellytyksiä. Digitaalisuus on ratkaisu moneen ongelmaan, mutta sen on myös vastattava ihmisten tarpeisiin (Wilenius 2015, 69). Teknologian saavutettavuus on huomioitava, jotta se vastaisi muun muassa aivovamman saaneiden ihmisten tarpeisiin. Älykkäiden teknologisten järjestelmien ohella on kiinnitettävä huomiota myös sosiaalisten ja kulttuuristen rakenteiden kehittymiseen, koska emme tee mitään teknologisilla ratkaisuilla, jos ne eivät tavoita ihmisiä (Emt. 2015, 69).

Automatisaatio ja digitalisaatio muokkaavat työtehtäviämme ja työkulttuuriamme. Tekoäly voi jo joissain tapauksissa tehdä sairausdiagnoosin ihmistä paremmin. Tulevaisuudessa yhä harvempi tekee rutiinityötä ja viimeisinä säilyvät ne työt, joiden tekemisen ydin on ihmisten kohtaaminen ja myötätunto. (Juntunen, Pessi, Aaltonen, Martela & Syrjänen 2017, 70,105; Hiila, Tukiainen & Hakola 2019, 35.) Onhan ihan eri asia saada sairastdiagnoosi myötätuntoiselta hoitajalta kuin koneelta. (Juntunen ym. 2017, 105.) Toimijoiden tunnetaidot ja kyky myötäelämiseen ja myötätuntoon ovat keskeisen tärkeitä osaamisalueita ja niitä vahvistamalla ja tukemalla luodaan menestymisen edellytykseksi myös teknologian kehityksen saralla. (Juntunen ym. 2017, 106.)

4.1 Verkkopalveluiden saavutettavuus

Teknologiaa kehittäessä on otettava saavutettavuus huomioon. Käytännön kehittämiseen on otettava myös kohderyhmä mukaan, koska heillä on näkemystä verkkopalveluiden käytöstä ja toimivuudesta (Saavutettavuusvaatimukset 2020). Saavutettavuuden huomioimisen tarkoituksena on lisätä asiakaslähtöisyyttä. Saavutettavuudesta ovat kirjattu digipalvelulakiin joka, koskee myös STM:n eli sosiaali ja terveysministeriön rahoittamia toimijoita. (Digipalvelulaki 2020.) Saavutettavan verkkopalvelun suunnittelussa pitää huomioida kolme osa-aluetta: tekninen toteutus, helppokäyttöisyys ja sisältöjen selkeys. (Saavutettavuusvaatimukset 2020.) Teknisellä saavutettavuudella tarkoitetaan sitä, että verkkopalvelun lähdekoodi on virheetöntä ja loogista, ja että palvelu toimii hyvin erilaisilla päälaitteilla ja avustavilla teknologioilla, kuten puheohjauksella ja ruudunlukuohjelmalla. Helppokäyttöisyys on sitä, että verkkopalvelun navigaatio on selkeä ja etsitty sivu löytyy vaivattomasti sekä sivujen nimet ovat kuvaavia ja selkeitä. Verkkopalveluiden ymmärrettävyys on keskeinen osa saavutettavuutta ja käytännössä se tarkoittaa selkeän ja ymmärrettävän kielen käyttöä ja myös selkokieltä. Tekstin pitää olla helppolukuista ja se on jäsennelty lyhyiksi kappaleiksi ja kuvaavien väliotsikoiden käyttöä suositellaan. Ymmärrettävyys on myös monikanavaisuutta, johon kuuluu, että sisältöjä tarjotaan videoina, kuvina ja äänenä. (Saavutettavuusvaatimukset 2020.)

Digipalvelulain mukaan palvelun tarjoajan on ylläpidettävä saavutettavuus selostetta, joka sisältää ainakin seuraavat asiat: 1. Selvitys siitä mitkä osat eivät täytä saavutettavuus vaatimuksia ja perustelut miksi. 2. Ohjeet siitä miten palvelun käyttäjä voi saada digitaalisen palveluntiedot, jos palvelu tai sen osa ei ole saavutettavassa muodossa. 3. Palvelun tarjoajan sähköiset yhteystiedot, johon käyttäjä voi lähettää palautetta saavutettavuudesta. 4. Linkki valvontaviranomaisen verkkosivustolle, jossa käyttäjä voi tehdä saavutettavuuskantelun- tai selvityspyynnön. (Digipalvelulaki 2020.)

4.2 Webinaareilla sosiaalista läsnäoloa

Vapaaehtoiset kokoontuvat, pitävät yhteyttä ja kouluttautuvat monin eri tavoin (ks. esim. Järjestöbarometri 2018). Reaaliaikaisissa webinaareissa on mahdollisuus sosiaaliseen kanssa käymiseen (Timonen 2018,10). Juuri tuo sosiaalisuus ja sosiaalinen toiminta on vapaaehtoistoiminnan ydintä (Pessi 2010, 183). Reaaliaikaisiin webinaareihin osallistuminen voi tukea sosiaalista läsnäoloa sekä ne voidaan liittää osaksi sosiaalisen median palveluita (Timonen 2018, 10).

Tärkeää on myös, että uuden oppimisympäristön eli webinaarin käytön opetteluun on varattu aikaa. Osallistujia on hyvä ohjeistaa etukäteen ja laitteiden testaamiseen voidaan varata oma aikansa, näin myös kunnioitetaan muita osallistujia eikä viedä itse tilaisuudesta aikaa laitteiden testaamiseen. Ohjaajan, opettajan tms. on myös pidettävä kiinni aikatauluista ja taukoja on hyvä olla joihin osallistujia voi ohjeistaa esimerkiksi niin, että tehkää pieni taukojumppa. (Timonen 2018, 16-17.)

Osallistujia on hyvä ohjeistaa tekemään muistiinpanoja webinaarin aikana, ja niitä voidaan tuottaa myös yhteisesti. Opiskelijan motivaatiota lisää myös se, että avoimia kysymyksiä tulee näkyville ja niihin voi saada vastauksia jo webinaarin aikana. Digistressiä voidaan lieventää myös huomioimalla osallistujien toiveita. (Timonen 2018, 17-18)

Webipedagogiikka vaatii suunnittelua (Timonen 2018, 18). Webinaarien suunnitteluun on panostettava ja niihin on luotava käsikirjoitus ja mitä enemmän haluamme panostaa yhteisölliseen oppimiseen sitä enemmän se vaatii suunnittelua. Vuorovaikutusta ja ajattelua voidaan syventää webinaarin pienryhmissä eri oppimistehtävillä. Perinteisen luennon pitäminen ei ole yhteisöllistä, ellei siihen ole lisätty osallistavia elementtejä. Timonen ehdottaakin, että aiheesta tehdään erillinen video, jonka osallistujat katsovat etukäteen. Sen jälkeen osallistujat kokoontuvat yhteen keskustelemaan tallenteesta eli omaksutaan ja syventämään tietoa aiheesta. Webipedagogiikka sisältää myös opastuksen tarvittavaan teknologiaan ja sen käyttöön ja myös siitä voidaan tehdä erillinen opastusvideo. (Timonen 2018.)

4.3 Verkkokeskustelut

Chat-palvelut ovat osassa sote-järjestöissä arkea (Järjestöbarometri 2018). Nuorisopuolella chat-palveluita ja verkkonuorisotyötä on tehty jo useamman vuoden ajan. Joten hyviä käytäntöjä ja toiminnan periaatteita chat-palveluista ja niiden käytöstä nuorisotyössä on kehittynyt.

Chat-palvelu mahdollistaa matalan kynnyksen kohtaamisen verkossa. Verkkokeskustelu antaa nuorelle mahdollisuuden keskustella asioista omassa tahdissa sekä hänellä on aikaa valmistautua tilanteeseen eri tavalla kuin mitä kasvokkaisessa kohtaamisessa. Chat-palvelun luonne, nimettömyys ja reaaliaikaisuus mahdollistavat vaikeista asioista puhumisen suoraan ja luontevasti. (Parikka & Saukko 2010, 5)

Anonyymiyden merkitystä keskustelufoorumeilla on tarkasteltu ja näyttäisi siltä, että anonymiteetti tai nimimerkki mahdollistavat intiimeistä asioista keskustelun ja niiden politisoinnin tai esipoliittisen pohdinnan ilman, että se muuttaa omaa julkista kuvaa. Anonymiteetti voi myös helpottaa keskustelua omista henkilökohtaisista ongelmista, kuten esimerkiksi sosiaalisten tilanteiden pelosta. (Vainikka & Harju 2019, 101)

Carrier ym. (2015) osoittavat, että verkossa (ja puhelimessa) tarvitaan vielä suurempaa huomiota oikeiden sanavalintojen ja äänensävyn käyttöön sekä tunteiden oikeaan tulkintaan. Empiiristä tutkimustietoa tunteiden välittymisestä digitaalisessa vuorovaikutuksessa on vielä vähän, mutta esimerkiksi se tiedetään, että toisen tunnetilojen ymmärtäminen on vaikeaa digitaalisissa ympäristöissä. Tilanne johtuu siitä, että niistä puuttuvat vihjeet, kuten ilmeet, eleet ja äänenpainot. On myös arvioitu, että yhtä todellisen elämän empaattista vuorovaikutustilannetta kohden tulisi verkossa saada viisi tai kuusi empaattista kommenttia, jotta syntyisi yhtä vahva sosiaalisen tuen kokemus. (Seppänen & Kuusela 2017, 229.)

5 TUTKIMUKSELLINEN KEHITTÄMISTOIMINTA

Opinnäytetyön tekeminen on ollut monivaiheinen kehittämisprosessi ja toimintatutkimuksellinen ote on pysynyt mukana koko kehittämisprosessin ajan. Toimintatutkimuksessa tutkija on vaikuttamassa muutosprosessiin ja tutkijan rooli on aktiivinen suhteessa tutkimuskohteeseen, kun perinteisessä tutkimuksessa tutkija yrittää olla huomaamaton ja objektiivinen, jotta tutkittavaa aihetta voitaisiin kuvata todenmukaisesti. (Heikkinen ym. 2008, 27; Kananen 2014, 27-28). Toimintatutkimuksessa kehittämisen syklejä esiintyy useampia ja niihin kuuluu suunnitelma, toiminta, reflektointi, havainnointi ja paranneltu suunnitelma ja edellisten asioiden toisto (Heikkinen ym. 2008, 81). Tässä työssä arviointia on tehty koko tutkimusprosessin ajan, mutta vasta työn loppu puolella systemaattisesti.

Tammikuu 2019	Tammikuu 2019	Helmikuu 2019	Maaliskuu 2019	Huhtikuu 2019	Huhtikuu 2019
Opinnäytetyön aiheen pohtiminen ja keskustelu toiminnanjohtajan kanssa	Vertaistuki- ja kokemustoiminnan nykytila	Kehittämisidean esittely Aivovammaliiton hallitukselle	Nykytilan läpikäyminen Aivovammaliiton henkilökunnan kanssa. Ideointi benchmarkkaukselta	Sote-järjestöjen benchmarkkaus (n=3)	Kysely vertaistuki- ja kokemustoimijoille. (n=34) Vastausprosentti 40%
	Toukokuu 2019	Joulukuu 2020	Joulukuu 2019- Tammikuu 2020	Helmikuu 2020	Kevät 2020
	Rahoitushaku nykytilaan, benchmarkkaukseen, kyselyyn ja muuhun toiminnasta kerättyyn palautteeseen perustuen.	Myönteinen päätös toiminnan rahoituksesta.	Työpajan suunnittelu yhdessä vapaaehtoisen kanssa sekä kommentteja, ideoita, vinkkejä työyhteisöstä, verkostoista	Kehittämistyöpaja vertaistuki- ja kokemustoimijoille (n=15)	Kehittämistoiminnan arviointi ja loppuraportti.

(Kuvio 1. Kehittämisprosessin aikajana.)

Tässä opinnäytetyössä tutkimusta ja kehittämistoimintaa lähestytään kehittämisprosessin, toimijoiden osallisuuden ja tiedon tuotannon näkökulmista. Tutkimuksen tekoa ovat ohjanneet käytännön ongelmat ja kysymykset. (Toikko & Rantanen 2009, 9, 22.)

Opinnäytetyön tietoperusta on pääsääntöisesti vapaaehtoistoiminnasta sekä teknologian kehityksestä, joka on yksi globaali megatrendi. Tietoperustan avulla tehdään systemaattista arviointia Aivovammaliiton vertaistuki- ja

kokemustoiminnasta sekä ennakoidaan toiminnan kehittymistä teknologian kehityksen näkökulmasta. (Wilenius 2015 s. 17-21; Virtanen 2007, 93, 144, 149). Tietoperusta avulla voidaan tehdä päätelmiä toiminnan vahvuuksista ja kehittämisen kohteista. (Virtanen 2007, 93, 144, 149).

5.1 Tutkimuksen tavoite ja tutkimusongelmat

Työn tavoitteena on selkeyttää toiminnan rakennetta (Virtanen 2007, 145) ja osallistaa vapaaehtoistoimijat mukaan kehittämiseen. (Toikko & Rantanen 2009, 14.)

Kehittämistyötä tehdään benchmarkkaamalla toisia sosiaali- ja terveysjärjestöjä sekä tekemällä kysely Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoimijoille. Benchmarkkauksen ja kyselyn avulla arvioidaan toiminnan nykytilaa, resurssit sekä analysoidaan vertaistuki- ja kokemustoiminnan vahvuuksia ja kehittämiskohteita.

Kehittämistyöpajan tavoitteena on lisätä vertaistuki- ja kokemustoimijoiden osallisuutta toiminnan kehittämiseen sekä syventää tietoa koulutukseen ja teknologian kehitykseen liittyvistä haasteista ja mahdollisuuksista kohderyhmän näkökulmasta.

Henkilökohtaisesti tärkeimmät motiivini ovat olleet halu kehittää vertaistuki- ja kokemustoimintaa vastaamaan paremmin vapaaehtoistoimijoiden, aivovammutuneiden ihmisten, heidän läheisten ja alan ammattilaisten tarpeisiin sekä laajentaa näkemystäni järjestötyöstä ja oppia yhteisöllisten prosessien johtamista.

Tutkimuskysymykset ovat muokkautuneet ja tarkentuneet kehittämisprosessin aikana ja lopullisiksi tutkimuskysymyksiksi eli tutkimusongelmiksi ovat muotoutuneet seuraavat:

1. Mikä on Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoiminnan nykytila?
2. Millaisia vahvuuksia ja haasteita vertaistuki- ja kokemustoiminnasta löytyy?
3. Mitä mahdollisuuksia ja uhkia teknologian kehitys tuo vertaistuki- ja kokemustoimintaan?
4. Millainen on Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoiminnan tulevaisuuden malli?

5.2 Kehittämistoiminnan eettiset periaatteet

Aivovamman saaneiden ihmisten erityistarpeiden huomioiminen on olennainen eettinen lähtökohta suunniteltaessa ja toteuttaessa Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoimintaa. Etiikka sisältää aina jotakin sellaista, mitä pidetään oikeana sekä hyvänä toimintana, ja etiikan mukaan ihmisiä on kohdeltava kunnioittavasti. Etiikka onkin moraalisia valintoja tutkimuksen alusta loppuun ja se kulkee mukana koko tutkimusprosessin. (Kuula 2011, 11; Varantola, Launis, Helin, Spoof & Jäppinen 2013, 4.)

Työn eri vaiheissa olen kertonut osallistujille, miten tutkimusta tehdään ja olen tuonut esille, että kehittämistyöhön osallistuminen on vapaaehtoista, ja että tietoa hyödynnetään Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoiminnan kehittämisessä ja tieto on meille arvokasta. Kehittämistyöhön osallistuneille järjestötyöntekijöiltä ja vapaaehtoistoimijoilta kysyin luvan tapaamisten ja työpajojen keskusteluiden äänittämiseen ja kerroin, että litterointivaiheessa tiedot tehdään tunnistamattomiksi. Kukaan tutkittavista ei ollut nauhoitusta vastaan. (Kuula 2011,11-12, 110-119; Opinnäytetyön eettiset ohjeet.)

Tutkimuseettinen neuvottelukunnan (TENK 2019) Ohjeistuksessa painotetaan, että tutkimus voi olla eettisesti hyväksyttävää, luotettavaa ja tulokset uskottavia, jos tutkimus on suoritettu hyvän tieteellisen käytännön ohjeistuksia noudattamalla. Ohjeistuksessa on 9 kohtaa, joissa korostetaan tutkimuksen avoimuutta, rehellisyyttä, tutkimuksen aineiston keräämiseen ja säilyttämiseen liittyviä asioita, ohjeistuksessa on esitetty myös tutkimuksen sidonnaisuuksiin ja esteellisyyteen liittyvät asiat. (Varantola ym. 2013, 4-7.) Olen pyrkinyt kuvaamaan kehittämisprosessia mahdollisimman realistisesti ja avoimesta, sekä dokumentoimaan työtä ja tietoa niin, että se on kaikkien nähtävissä. Olen pyrkinyt tekemään tutkimuksesta helposti lähestyttävän ja ymmärrettävän, jotta jokainen lukija saa käsityksen, kuinka siinä on edetty (Varantola ym. 2013 8-9; Kuula 2011, 36).

Tutkimuksellisen kehittämistoiminnan eettiset periaatteet:

- Toimintaan osallistuminen on vapaaehtoista
- Toiminta on luottamuksellista
- Toiminta on kaikille saavutettavaa ja yhdenvertaista
- Toiminnassa mukana olevalla on oikeus saada lisätietoa kehittämistyöstä
- Ihmisten kohtaaminen on kehittämistoiminnan keskiössä
- Osallistujan yksityisyys ja tietosuoja on turvattu
- Jos kohtaan tutkimuksen aikana ihmisen, jota en voi auttaa ohjaan hänet toisaalle.

(Varantola 2013; Kuula 2011; Opinnäytetyön eettiset ohjeistukset 2019.)

5.3 Osallisuus kehittämistyössä

Osallistumisen paikkojen luominen ja sen tekeminen mahdollisimman matalalla kynnyksellä on vapaaehtoistoiminnan ydin. (Särkelä-Kukko 2014, 43.) Vapaaehtoistoimijat ovat myös keskeisessä roolissa toimintaa organisoitaessa (Harju & Ruuskanen-Rimma 2016, 45.) Toimintaa kehittäessä on otettava omien jäsenten, vapaaehtoisten, mutta myös järjestön ulkopuolisten ihmisten kokemustieto huomioon. Kansalaisyhteiskunnalla, johon vapaaehtoistoiminta kuuluu, on suuri osallisuuden vahvistajan rooli, ja esimerkiksi vapaaehtoistoiminnassa osallistuja saa kohtaamisen kautta osallisuuden tunteen ja parhaimmillaan innostuksen ja tarpeen vaikuttaa oman lähiyhteisön tai yhteiskunnan toimintaan. (Särkelä-Kukko 2014, 43.) Joten ihmiset jäseninä ja vapaaehtoistoinijoina muodostavat ja määrittävät järjestön tarkoituksen ja päämäärän. (Harju & Ruuskanen-Rimma 2016, 45.) Yhteisöllisyyden toteuttamiseksi järjestöjen on tarjottava ihmisille monipuolisesti mahdollisuuksia vaikuttaa ja osallistua esimerkiksi vapaaehtoistoimintaan. (Emt, 45; Järjestöbarometri 2018, 19)

Osallisuus on ennen kaikkea tunne tai kokemus, että on kuultu (Särkelä-Kukko & Rouvinen-Wilenius 2014, 9; Harju 2004, 69). Helpoimmin osallisuuden tunteen saa, kun ihminen osallistuu eri toimintoihin, kuten esimerkiksi vapaaehtoistoimintaan. (Harju 2004, 69.) Mika Joensuu (2016 138) on nostanut esiin, että nuorten mukaan ottaminen toiminnan koko palveluprosessiin sitouttaa nuoret toimintaan.

Osallistamisella voidaan varmistaa toiminnassa mukana olevien eri intressien esille tuominen ja sillä tavoin heidän voidaan saada sitoutettua mukaan toimintaan (Toikko & Rantanen 2009, 90). Toki on muistettava, että osallistuminen tapahtuu aina jokaisen ihmisen omasta valinnasta ja päätöksestä lähteä toimintaan mukaan (Harju 2004, 68). Ihmisten osallistaminen, aktivointi ja kannustaminen mukaan toimintaan on osallisuustyön ytimessä ja koska osallistuminen tapahtuu tänä päivänä paljon verkossa, on se otettava myös vapaaehtoistoiminnassa huomioon. Toiminnassa mukana oleville ihmisille on luotava se tunne, viestein ja sanoin, että he ovat tärkeitä ja heidän aikansa on meille hyvin merkityksellistä. (Pessi 2010, 190)

5.4 Luotettavuuden arviointi

Tämän opinnäytetyön luotettavuuden lisäämiseksi olen pyrkinyt kuvaamaan eri työvaiheet mahdollisimman avoimesti, jotta lukijalla on käsitys mitä kehittämistyössä on tehty (ks. Toikko & Rantanen 2009, 123). Opinnäytetyön aineistoa (benchmarkkaus, kysely, kehittämistyöpaja) on verrattu systemaattisesti opinnäytetyön tietoperustaan.

Opinnäytetyöhön on vaikuttanut moni eri asia. Luotettavuutta tässä kehittämistyössä ei kannata arvioida validiteetin ja reliabiliteetin avulla. Validiteetin tekee hankalaksi, että ne rakentavat sosiaalista todellisuutta ja reliabiliteetti on mahdoton, koska toimintatutkimuksella pyritään muutokseen eikä samaan tulokseen (Heikkinen & Syrjälä 2008, 147-148). Eikä samanlaisen ryhmäprosessin aikaansaaminen ole uudella ryhmällä itsestään selvyys, vaikka ohjeistukset ja tehtävän anto pysyisi samanlaisina (Toikko & Rantanen 2009, 123).

Eri aineistojen käyttö ja niiden analysointi on kuitenkin vahvistanut mielestäni kehittämistyön luotettavuutta. Aineisto alkoi toistamaan itseään ja monet benchmarkkauksessa ja kyselyssä nousseet asiat saivat vahvistusta kehittämistyöpajassa. Aineistotriangulaation hyödyntäminen olisi ollut mielenkiintoinen lisä analysointivaiheessa (Ks. Toikko & Rantanen 2009, 123).

Opinnäytetyössä jotkin asiat ovat tapahtuneet enemmän intuition varassa kuin toiset (Toikko & Rantanen 2009, 41), mutta tässä työssä avataan prosessin eri vaiheita ja pyrin kuvaamaan niitä mahdollisimman avoimesti. Joitain vaiheita on irrotettu tästä työstä, koska aika on rajallinen, mutta toivon, oleelliset asiat ovat esitetty työssä.

6 VERTAISTUKI- JA KOKEMUSTOIMINNAN KEHITTÄMISEN KAARI

Kehittäminen on edennyt toiminnan perustelusta ja organisoinnista varsinaiseen toteutukseen sekä toiminnan arviointiin (Toikko & Rantanen 2009, 10). Opinnäytetyö- ja kehittämisprosessi alkoi, kun olimme keskustelleet aiheesta toiminnanjohtajan kanssa. Toiminnanjohtajan pyynnöstä esittelin vertaistuki- ja kokemustoiminnan nykytilan sekä kehittämistarpeen taustaa myös Aivovammaliiton hallitukselle.

Aivovammaliiton hallituksen myönteisen päätöksen jälkeen kehittämisprosessi jatkui ensin henkilökunnan yhteiseen palaveriin, jossa keskusteltiin tarpeesta kehittää toimintaa sekä mietimme yhdessä järjestöjä, joiden kanssa voisimme vertailla toimintaa. Toiminnan kehittäminen saakin usein virallisen luonteen, kun se saa organisaation johdon hyväksynnän ja kehittämistoiminta edellyttää koko työyhteisön yhteistä käsittelyä (Toikko & Rantanen 2009, 58).

Kehittämisprosessin aikajanaan (Kuvio 1) olen kirjannut kehittämiseen oleellisesti vaikuttaneet tapahtumat ja opinnäytetyössä käytetyt aineistot. Aineisto on koottu sote-järjestöjen benchmarkkauksesta (n=3), vertaistuki- ja kokemustoimijoille suunnatusta kyselystä (n=34) ja kehittämistyöpajasta (n=15).

Vertaistuki- ja kokemustoiminnan nykytilaa, benchmarkkausta ja kyselyä hyödynnettiin myös Stean rahoitushaussa ja vertaistuki- ja kokemustoimintaan saatiin myönteinen rahoituspäätös joulukuussa 2019. Vaikka toiminnan kehittämistyöstä oli suunnitelma tehtynä, niin työelämän ennakoimattomuus nousi esiin (Toikko & Rantanen 2009, 10) ja monien organisaatioissa tapahtuvien muutosten takia kehittämistyö oli tauolla kesäkuusta 2019 aina joulukuuhun 2019 asti.

6.1 Benchmarkkaus, vertailukehittäminen

Benchmarkkaus, vertailukehittäminen, parastaminen on menetelmä, jossa opitaan hyviltä vertailukumppaneilta ja siinä on tavoitteena saada aikaan mitattavissa olevia parannuksia toimintaan (Strömmer 2005, 55). Käytän rinnakkain käsitteitä benchmarking ja vertailukehittäminen.

Vertailukehittämisessä on useita eri vaiheita ja vertailukehittäminen on prosessi, joka on tärkeä aloittaa oman organisaation kehittämiskohteen tai kohteiden paikantamisella ja sen jälkeen voidaan aloittaa vertailukohteen eli vertailukumppanin hakeminen ja sopia vertailuprosessista. Prosessin ensimmäisessä vaiheessa rajataan ja paikannetaan kehittämisen kohde, alku vaiheessa on tärkeä muistaa myös, että mihin kehittämisongelmaan halutaan vastaus (Virtanen 2007, 185; Strömmer 2005, 59.) Vertailukehittämisen tavoitteena tässä opinnäytetyössä on toisilta organisaatioilta oppiminen ja heidän hyväksi havaittujen käytäntöjen soveltaminen omaan käyttöön (Vuorinen 2013, 159; Toikko & Rantanen 2009, 11), tavoitteena on myös tarkastella toiminnan resursseja ja selkeyttää toiminnan rakennetta ja prosesseja.



(Kuvio 2. Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoiminnan lähtötilanne eli nykytila)

Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoiminnan nykytilaa varten kirjasin auki vapaaehtoistoimijoiden määrän, vertaistuki- ja kokemustoiminnan palvelut ja toiminnot, verkostot, joissa vertaistuki- ja kokemustoimintaa tehdään. Tietoa vertaistuki- ja kokemustoiminnasta keräsin mm. edellisten työntekijöiden tallennetuista dokumenteista, saamastani perehdytyksestä, keskusteluista henkilökunnan ja yhdistys- sekä vapaaehtoistoimijoiden kanssa.

Nykytilan kuvaamisen jälkeen kehittämisidea esiteltiin Aivovammaliiton hallitukselle, joka antoi myönteisen päätöksen toiminnan kehittämiseksi. Sen jälkeen kokoonnuimme Aivovammaliiton työntekijöiden kanssa, jossa keskustelimme vertaistuki- ja kokemustoiminnan nykytilasta. Toiminnan kehittäminen sai virallisen luonteen, kun se sai Aivovammaliiton hallituksen hyväksynnän, ja tässä tilanteessa asian yhteinen käsittely työyhteisön kanssa oli tärkeää, koska toiminnan kehittäminen vaikuttaisi monen työntekijän työhön (ks. Toikko & Rantanen 2009, 58). Yhteisen keskustelun perusteella tein vielä muokkauksia vertaistuki- ja kokemustoiminnan nykytilaan (kuvio 2). Palaverissa muodostui kuitenkin yhteinen käsitys siitä, että toimintaa on hyvä lähteä kehittämään ja toimintaa selkeyttämään. Vertaiskehittämisessä oleellista on, että olemme tietoisia omista työkäytännöistämme, kehityksen kohteistamme ja halukkaita oppimaan toisilta kehittyäksemme paremmaksi (Noro 2005, 65).

Kehittämispalaverissa kävimme työntekijöiden kanssa yhteisesti läpi kriteerit, jotka ohjaisivat vertailukumppanin valintaa. Työyhteisö tai organisaatio valitsee itse kehittämiskumppaninsa, eikä kumppanin ei tarvitse olla samalta alalta vaan hyödyllistä on, että kumppani on onnistunut ratkaisemaan saman kehittämisongelman (Virtanen 2007, 185). Kumppaneiden valintaan vaikuttavat kriteerit olivat, että järjestöjen tulee olla valtakunnallisia toimijoita, heillä on jäsenyhdistyksiä ja vertaistuki- ja kokemustoimintaa erillisenä toimintana ja he näyttävät meille edelläkävijöinä. Mukaan oli tarkoitus valita sote-järjestöjä niin, että saataisiin mukaan yksi mielenterveysjärjestö, yksi sairaus/vammaisjärjestö ja yksi neurologinen vammaisjärjestö.

Kriteerien läpi käymisen jälkeen jokainen työntekijä tutustui eri sosiaali- ja terveysalan järjestöihin ja teki post-it lapulle kaksi-kolme ehdotusta järjestöistä, joita voitaisiin

benchmarkata. Viimeiseksi äänestimme ehdotuksista kolmea omasta mielestä parasta vertailukohdetta. Eniten ääniä saaneisiin järjestöihin otettaisiin yhteyttä ja valitsimme varalle myös toiset kolme järjestöä, jos vertailukehittäminen ei jollekin järjestölle kävisi.

Kriteerit benchmarkkaukseen:

- Järjestö on valtakunnallinen toimija
- Järjestöllä on jäsenyhdistyksiä
- Järjestöllä on vertaistuki- ja kokemustoimintaa
- Järjestö näyttäytyy meille edelläkävijänä
- Yksi mielenterveysjärjestö, Yksi sairaus/vammaisjärjestö ja yksi neurologinen vammaisjärjestö

Vertailukohteita lähestyin sähköpostitse, jossa kerroin itsestäni ja missä työskentelen ja että teen opinnäytetyötä Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoiminnan kehittämisestä ja haluaisimme vertailla meidän vertaistuki- ja kokemustoimintaamme heidän toimintaansa. Kerroin, että tapaaminen kestäisi noin kaksi tuntia, ja että tapaaminen voitaisiin toteuttaa myös etäyhteydellä. Kerroin myös, että heidän ja organisaation anonymiteetti säilyisi. Ohjeistin järjestöjen asiantuntijoita vertailukehittämisestä niin, että jos heillä on vertaistuki- ja kokemustoiminnan prosesseja, materiaalia, kuten esitteitä, julkaisuja yms. niin niistä on vertailussa hyötyä.

Kolmannessa vaiheessa on varsinaisen kehittämisen aika. Tässä vaiheessa päästään konkreettisesti tarkastelemaan sitä, miten vertailukehittämiseen mukaan lähtenyt organisaatio on onnistunut määrittelemään, rajaamaan ja arvioimaan kehittämisongelmaa. (Virtanen 2007, s. 185.) Vertailu tehtiin kolmen valtakunnallisen sosiaali- ja terveysalan järjestön kanssa. Jokaisella järjestöllä oli jäsenyhdistyksiä. Kahden valtakunnallisen järjestön jäsenyhdistyksillä oli työntekijöitä ja yhden järjestön yhdistykset toimivat täysin vapaaehtoisvoimin. Kaksi tapaamisista tehtiin etätapaamisina hyödyntäen Microsoft Teamsiä, ja sain vertailukohteiden luvalla tallentaa tapaamiset, jotta voin myöhemmin palata keskusteluihin. Yhden tapaamisen

toteutin kasvokkain ja äänitin keskustelun puhelimella, tämä tallenne jälkikäteen kuitenkin avautunut, joten tapaamisen yhteenveto tehtiin omien muistiinpanojen ja heidän nettisivuiltaan löytyvän tiedon perusteella. Mukaan tapaamisiin otin tekemäni nykytilan ja apukysymykset, jotka olin tehnyt sujuvoittaakseni vertailua.

Vertailuprosessin loppuun saattamiseksi loin jokaiselle kehittämiskumppanille mielikuvamallit heidän vertaistuki- ja kokemustoiminnastaan. Mielikuvamallit loin äänitteiden, muistiinpanojeni sekä organisaatioiden materiaalin ja nettisivujen tiedon perusteella. Mielikuva mallien avulla pystyin tekemään vertailua systemaattisesti Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoimintaan (kuvio 3.) (Virtanen 2007, 185).

6.1.1 Haasteet ja vahvuudet

Vertailukehittämisen aineistoa analysoidessani loin jokaiselle vertailukumppanille mielikuvamallit miten heidän toimintansa rakentuu mielessäni. Järjestöjen mielikuvamalleihin tein huomioita heidän toiminnan vahvuuksista ja kehitysehdotuksista, joita järjestötyöntekijät itse nostivat esiin sekä kirjasin Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoiminnan haasteita ja vahvuuksia suhteessa näihin kolmeen järjestöön.

Vertailussa otin huomioon myös järjestöjen erot verrattuna Aivovammaliittoon. Kahden vertailukumppanin melkein jokaisessa paikallisyhdistyksessä oli työntekijöitä. Tämä asia selvästi lisäsi paikallisyhdistysten vastuuta vapaaehtoisten rekrytoimiseen, peruskoulutuksien, vertaistoiminnan ja työnohjauksen järjestämiseen. Vertailua erot eivät mielestäni haitanneet vaan tämä kasvatti ymmärrystä vapaaehtoisvoimin toimivan yhdistyksen haasteista. Mielenkiintoista oli myös, että kokemustoimintaa hallinoivat lähes kaikki liitot vielä itse, kun taas vertaistukitoiminta oli vahvasti osa paikallisyhdistysten toimintaa.

Yksi haaste mikä nousi esiin aineistoa läpi käydessä, oli, että toiminnan käsitteitä, ei ole määritelty. Toiminnan käsitteiden tarkastelu voi auttaa työyhteisöä hahmottamaan työtä paremmin (Toikko & Rantanen 2009, 132). Aineistoa analysoidessa selvisi, että

kaikkien vertailukumppaneiden toiminta oli vapaaehtoisuuteen perustuvaa, joten vapaaehtoistoiminnan tietoperusta nousi aineistosta.

Vapaaehtoistyötä eli toimintaa tehdään maksutta ja siihen osallistutaan omasta vapaasta tahdosta ja se on jokin tahon organisoimaa, vapaaehtoistoiminnan hyöty kohdentuu perhe- ja ystäväpiiriin ulkopuolelle (Pessi 2010, 178; Harju 2005). Vapaaehtoistoimintaa voisi tarkastella seuraavasta näkökulmasta:

- *Toiminnan motivaatio: altruismin ohella, tai pikemminkin tilalta, motivaatiossa korostetaan oma-apua, vertaisapua, apua toinen toisilleen. Ihmisillä on kykyä ja halua toimia yhdessä jaettujen tavoitteiden ja yhteisten asioiden edestä.*
- *Toiminta-alueet: erityisen laajat – auttamisen ja tuen ohella esim. vertaistukiryhmät, kampanjat, luonnonsuojelu. Vapaaehtoistoiminta kattaa myös kaikenlaisen aktivismin.*
- *Organisatorinen konteksti: muodollisten järjestöjen ohella runsaasti moninaisia muotoja: epävirallisia ryhmiä, kokonaan vapaaehtois pohjaisia ryhmittyä ja järjestöjä.*
- *Vapaaehtoistojen roolit: tehtävät eivät ole etukäteen järjestön tarkasti rajaamia, vaan toimijat voivat tuoda omia ideoitaan, intressejään ja lahjojaan.*
(Pessi 2010,180).

Vertailussa nousi esille (Kuvio 2, toiminnan nykytila), että Aivovammaliitolla on vertaistuki- ja kokemustoimintaa monipuolisesti ja eri kohderyhmät huomioitu. Toimintaa on aivovammautuneille nuorille, läheisille ja vapaaehtoistomijoille. Toiminnan laajuus ja monipuolisuus nousi esiin, kun kaksi vertailukumppania mainitsi asiasta. Aivovammaliiton toiminta on monipuolistunut ja kehittynyt, mutta resurssit eivät juurikaan, joten toiminnan laajuuden ja toiminnasta kerätyn tiedon perusteella vertaistuki- ja kokemustoimintaan olisi tärkeä saada lisäresursseja.

Toiminnan suunnitelmallisuus ja selkeys oli myös haaste. Vertaistuki- ja kokemustoiminta ei ollut pitkäjänteistä, vaan toimintaa oli suunniteltu vuodeksi eteenpäin, sekä uusia muotoja on kehitetty vanhojen päälle, eikä mistään ole luovuttu. Toiminnan tavoitteet oli hajautettu ja tavoitteet vertaistukitoiminnassa olivat

suunnattu suoraan vertaistoimintaan osallistujille eikä vapaaehtoisten toimintaan. Harjun & Ruuskanen-Himma (2016, 48) toteavat, että tuloksia ei synny, ellei käytettävissä olevia resursseja ole keskitetty ydintehtävän ja olennaisten tavoitteiden saavuttamiseen. Organisaatiot, joilla on vapaaehtoistoiminnan strategia saavuttaa tutkitusti toiminnalle asetetut tavoitteet paremmin ja laadukkaaseen vapaaehtoistoimintaan pyrkiminen vaatii resursseja sekä henkilökunnan paneutumista asiaan. (Pessi 2010, 192).

Vertaistoiminnan startti-ilta herätti mielenkiintoa kahdessa vertailukumppanissa. Vertaistukitoiminnan voi käynnistää kuka tahansa joko vapaaehtoinen tai ammattilainen tai he yhdessä, toiminnan käynnistäminen on helpompaa, kun tietää miten toimia ja edetä (Jyrkämä 2010, 25). Joten uuden toiminnan tukeminen voi madaltaa kynnystä aloittaa toiminta.

Vertailukehittämisessä selvisi myös, että 2/3 benchmarkkaus järjestöstä tarjosi vapaaehtoisille työnohjausta ja yhdessä työnohjauksen organisoivat paikallisyhdistykset. Yksi järjestöistä puhui vapaaehtoisten toiminnanohjauksesta, koska toiminta on vapaaehtoista, eikä työtä. Yhdessä järjestössä hyödynnettiin työnohjauksessa etäyhteyksiä, jotta saavutettaisiin toimijat mukaan.

Yhdessä vertaistapaamisessa keskusteltiin vapaaehtoistoimijoiden tehtävistä. Olin kokenut, että on jokseenkin turhauttavaa kouluttaa ihmisiä, jos heille ei ole tehtäviä tarjolla, koska monet vapaaehtoiset odottavat ja toivovat, että pääsisivät heti toimimaan.

Järjestö 2 - ”Ei voida kouluttaa ihmisiä, jos ei ole tehtäviä, tämä on haaste!”

- ”Me painitaan sen saman asian kanssa, että pitäisi olla tehtäviä jo koulutetuille ja nykyiset toimijat turhautuvat, kun niitä ei meillä ole”

Järjestö 2 - ”Tämä on ihan yleinen ongelma järjestöissä”

Aivovammaliitolla ja aivovammayhdistyksillä on hyvä olla valmiita ja vaikka yhdessä luotuja vapaaehtoistehtäviä, joihin rekrytoidaan ja koulutetaan toimijoita. Vapaaehtoistehtävien laajuus ja monipuolisuus on rajaton. Jäsenet vapaaehtoistoiminnan resurssina on suurempi, jos yhdistyksillä ei ole palkattua työvoimaa (Järjestöbarometri 2018, 80) ja yksi vapaaehtoisten vertaistuki- ja

kokemustoimijoiden paikka toimia on paikalliset yhdistykset. Pessi & Oravasaaren (2010, 27) tutkimuksen mukaan sote-järjestöissä yleisimmin toimitaan vapaaehtoisena vertaistukitoiminnassa, eri tapahtumissa, virkistystoiminnassa, terveyden edistämisen työssä ja vaikuttamistyössä.

Vertaistapaamisissa puhuimme toiminnan viestinnästä ja eri esitteiden ja oppaiden tekemisestä vapaaehtoistoimijoiden tueksi. Kahdessa järjestössä vapaaehtoiset osallistuivat viestinnän ja esitteiden kehittämiseen. Yhden järjestön työntekijä kertoi, että heidän toimintansa esitteestä tuli paljon *”radikaalimpi ja ajatuksia herättävämpi,”* kuin jos järjestön työntekijät itse olisivat sen tehneet. Toiminnan kehittämiseen osallistuminen antaa vapaaehtoisille mahdollisuuden luoda jotain sellaista, johon he ovat valmiita ja halukkaita sitoutumaan (Joensuu 2016, 138; Toikko & Rantanen 2009, 90).

Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoimintaan kaivattaisiin selkeyttä ja ohjeistuksia vapaaehtoisille. Jäsenillä, vapaaehtoisilla ja työntekijöillä on erilaisia toiveita ja haluja, eivätkä kaikki ole toiminnan kannalta kannatettavia, joten yhteiset säännöt ja toiminnan linjaukset auttavat määrittämään kuinka järjestössä toimitaan (Harju & Ruuskanen-Himma 2016, 39).

6.2 Kysely vertaistuki- ja kokemustoimijoille

Kehittämistyön alkuvaiheessa oli myös tärkeä saada ammattilaisilta kerätyn tiedon vastapainoksi Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoimijoiden kokemuksia toiminnasta. Tiedonkeräämistä varten tein kyselyn vapaaehtoisille vertaistuki- ja kokemustoimijoille ja muodostavat kyselyn perusjoukon (Vehkalahti 2019, 43).

Kyselyn saate kirjeessä kerrottiin muun muassa, että Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoimintaa kehitetään ja vertaistuki- ja kokemustoimijoiden kokemukset ovat tärkeässä osassa kehittämistä. Vehkalahti (2009, 47) esittääkin, että saatekirjeellä voi olla suuresti merkitystä ja sen perusteella vastaaja voi joko motivoitua tai hylätä koko vastauksen.

Kyselyn testaaminen jäi uupumaan kokonaan, ja lähetettyäni kyselyn sain yhteydenottoja vastaajilta, ettei jokin osa toiminut ja viimeisenä ollut kysymys, jossa

sai vapaaehtoisesti jättää yhteystiedot, jos oli kiinnostunut jatkossa olemaan kehittämisesä mukana tai jos halusi Aivovammaliiton tuubihuivin, oli vastaajan mielestä epälooginen. Näihin ongelmiin tein muutoksia heti kyselyn alkuvaiheessa, mutta jatkossa tällaiset ongelmat voidaan ehkäistä etsimällä kyselylle testikäyttäjiä (Vehkalahti 2019, 48).

Kyselyn kysymysten muotoilussa hyödynsin Kuntoutussäätiön ARTSI-toiminnan vapaaehtoistoiminnan vaikuttavuuden selvitys lomakkeita, joita muokkasin omaan käyttöön sopivaksi. ARTSI-toiminta ja sen lomakkeet on suunnattu pienille sosiaali- ja terveysalan järjestöille toiminnan systemaattiseen arviointiin ja kehittämiseen (ARTSI 2020).

Kyselylomake luotiin Webropoliin ja se lähetettiin sähköpostitse Aivovammaliiton rekisterissä oleville vertaistuki- ja kokemustoimijoille (84 kpl). Kyselyyn oli mahdollista vastata myös puhelimitse ja yksi henkilö vastasi kyselyyn puhelimen välityksellä. Puhelimella kysely toteutettiin niin, että esitin Webropol-lomakkeen kysymykset ja kirjasin vastaukset lomakkeeseen samalla, kun puhuimme.

Kyselyn kysymykset sisälsivät valintakysymyksiä, toimintaan liittyviä väitteitä, eli arvoasteikkokysymyksiä sekä avoimia kysymyksiä toiminnasta. Avoimet kysymykset olen analysoinut teemoittelemalla vastauksia aineistolähtöisesti.

Vastauksia kyselyyn tuli yhteensä 34 kpl (n=34) ja vastausprosentti kyselyyn oli 40%. Vastausprosentti on yksi tapa mitata kyselyn luotettavuutta ja tyypilliset kyselytutkimuksen vastausprosentit lienevät alle 50% suuruusluokkaa, joten tämän kyselyn vastausprosentti lienee melko tavallinen (Vehkalahti 2009, 44).

Kyselyn vastaukset luin läpi muutamia kertoja, jotta saisin kokonaiskuvan kyselystä. Toiminnan vahvuuksien ja heikkouksien paikantamiseksi olen hyödyntänyt apuna SWOT-analyysiä (Liite 1), jotta voin arvioida toimintaa ja paikantaa kehittämisen kohteita.

6.2.1 Kyselyyn vastanneet

Kyselyyn vastanneista oli 50% naisia ja 50% miehiä. Kyselyyn vastanneista suurin osa oli 30-62 vuotiaita (76%) ja 63-79-vuotiaita oli 24%. Huomattavaa on, että nuoria alle 29-vuotiaita ei kyselyyn on vastannut, joten nuorten kokemukset toiminnasta puuttuvat kokonaan. Pessi & Oravasaaren (2010, 35) tutkimuksesta selviää, että sote-järjestöt kaipaavat toimintaansa eniten nuoria ja nuoria aikuisia ja syitä siihen oli toiminnan jatkuvuus, uuden oppiminen, imago ja innovaatiot.

Kyselyyn vastanneiden sukupuolijakauma (n=34)	
Nainen	50%
Mies	50%
Muu	0%

Toki on myös huomattava, että tästä kyselystä ei selviä kuinka moni vapaaehtoinen on nuori aikuinen (alle 35-vuotias), koska ikä jaottelu on tehty 7-17 vuotta, 18-29 vuotta, 30-62 vuotta ja 63-79 vuotta ja yli 80 vuotta. Jatkossa jakaisin kyselyn 30-62 ikäluokan kahtia niin, että esimerkiksi 30-45 vuotiaat ja 45-62-vuotiaat olisivat omina ryhminä sekä harkitsisin 7-17 vuotta kohdan poistoa, koska alle 18-vuotiaden vapaaehtoistoimintaa ei ole, ja lasten vapaaehtoistoiminta vaatii mielestäni oman erityisosaamisen.

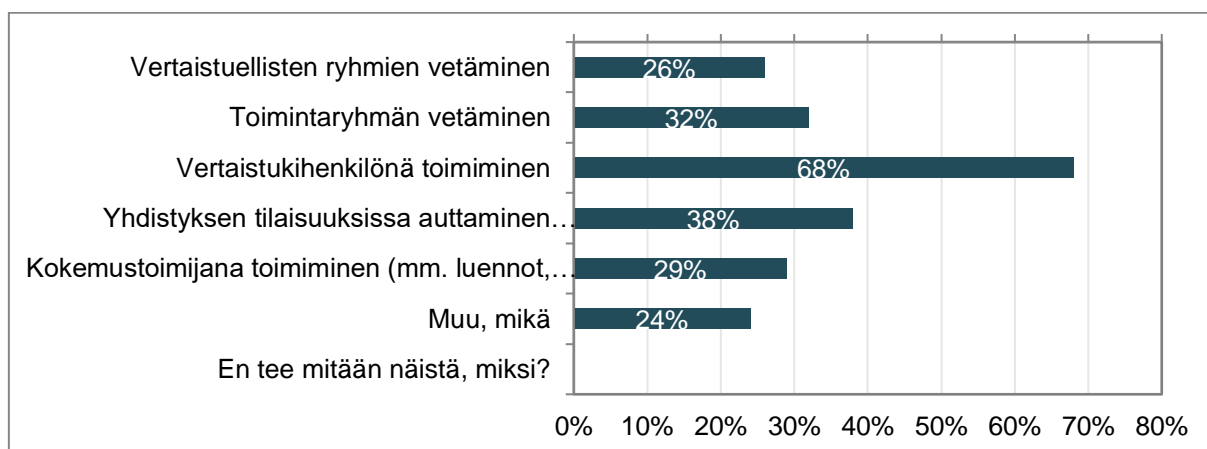
Kyselyn ikäjakauma (n=34)	
7-17 vuotta	0%
18-29 vuotta	0%
30-62 vuotta	76 %
63-79 vuotta	24 %
yli 80 vuotta	0%

Uudenmaan ja Pohjois-Pohjanmaan alueelta vastaajia oli eniten, molemmista kyselyyn vastaajia oli 20%. Huomattavaa on myös, että 6 maakunnasta vastaajia ei

ollut. Tarkasteluun jää, että löytyykö niiltä alueilla koulutettuja vertaistuki- ja kokemustoimijoita ja mikä on pois jäännin syy.

Kyselyyn vastanneet maakunnittain (n=34)	
Uusimaa 20%	Keski-Pohjanmaa 3%
Pohjois-Pohjanmaa 20%	Päijät-Häme 3%
Varsinais-Suomi 12 %	Etelä-Pohjanmaa 0%
Satakunta 9%	Kymenlaakso 0%
Pohjois-Savo 9%	Pohjois-Karjala 0%
Keski-Suomi 6%	Etelä-Karjala 0%
Etelä-Savo 6%	Pohjanmaa 0%
Lappi 6%	Kainuu 0%
Häme 3%	Ahvenanmaa 0%
Pirkanmaa 3%	

Kyselyyn vastanneista vertaistukihenkilönä toimi (68%), sote-järjestöissä vertaistukitoiminta onkin yleisin vapaaehtoisuuden muoto (Pessi & Oravasaari 2010, 27). Huomattavaa on myös, että Pessin ja Oravasaaren (2010) tutkimuksessa ei vielä puhuttu kokemustoiminnasta mitään.



Muu, mikä vastauksissa oli avoin vastauskenttä, johon kolme vapaaehtoista oli vastannut, että oli osallistunut useampaan eri vapaaehtoistehtävään. Myös Elävä kirjasto mainittiin kaksi kertaa avoimissa vastauksissa.

”Lähes kaikkiin mutta ei voi valita kuin yhden tässä”

”Toimintaryhmän vetäminen ja vertaistukihenkilönä toimiminen”

”Olen tehnyt kaikkia yllä olevia jokaikistä”

Vapaaehtoistoimintaan osallistuttiin useammiten kuukausittain, viikoittain vapaaehtoistyötä teki 21% vastaajista. Osa toimijoista osallistui toimintaan muutamia kertoja vuodessa 30%. Vapaaehtoistoiminta on yhä enemmän projekti- ja keikkaluontoista ja toiminta on jo osin siirtynyt verkkoon (Harju & Ruuskanen-Rimma 2016, 51, 198; Harju 2010, 34; Pessi 2010). Joten tarvetta projektimaisille ja satunnaisille vapaaehtoistehtäville on myös tulevaisuudessa.

Kuinka usein teet vapaaehtoistyötä?	(n=33)
Viikoittain	21%
Kuukausittain	49%
Vuosittain	30%

Kyselyyn vastaajien mukaan vertaistuki- ja kokemustoiminta vastaa tarpeeseen ja keskiarvo oli korkein 3,26 (4 korkein), jokseenkin samaa mieltä oli 47,06% ja samaa mieltä oli 41,18% vastaajista. Vertaistuki- ja kokemustoimijat kokivat, että heillä oli mahdollisuus vaikuttaa toiminnan sisältöön ja toteuttamistapaan, jokseenkin samaa mieltä oli 44,12 % ja samaa mieltä 38,24%. Hajontaa oli vastauksissa jo huomattavasti enemmän.

Mitä ajattelet vertaistuki- tai kokemustoiminnan sisällöstä ja toteuttamistavasta, jossa olet mukana? (n=34)

	1= Eri mieltä	2=Jokseenkin eri mieltä	3=Jokseenkin samaa mieltä	4=Samaa mieltä	Keskiarvo	Mediaani
Toiminta vastaa tarpeeseen	2,94 %	8,82 %	47,06 %	41,18 %	3,26	3
Toiminta on hyvin organisoitua	2,94 %	23,53 %	55,88 %	17,65 %	2,88	3

Toiminta tavoittaa kohderyhmän	5,88 %	32,35 %	47,06 %	14,71 %	2,71	3
Minulla on mahdollisuus vaikuttaa toiminnan sisältöön ja toteuttamistapaan	5,88 %	11,76 %	44,12 %	38,24 %	3,15	3
Toiminnan laadukkaaseen ylläpitoon on tarpeeksi resursseja (henkilöt/talous)	17,65 %	41,18 %	32,35 %	8,82 %	2,32	2

”Toiminnan laadukkaaseen ylläpitoon on tarpeeksi resursseja (henkilöt/talous)” väite sai selkeästi huonoimman keskiarvon 2,32 (korkein 4) ja eri mieltä asiasta oli 17,65% ja jokseenkin erimieltä oli 41,18%. ”Toiminta tavoittaa kohderyhmän” keskiarvo oli 2,71 ja 32,35% vastaajista oli jokseenkin erimieltä asiasta. ”Toiminta on hyvin organisoitua” väitteen keskiarvo oli 2,88, mikä jäi alle mediaanin.

6.2.2 Osallistuminen vapaaehtoistoimintaan

Kyselyn vastaajien mukaan vapaaehtoisena toimiminen on vaikuttanut myönteisesti heidän elämäänsä (52,94%). Tutkimukset vahvistavat sen, että vapaaehtoistyöhön osallistumisen vahvistaa tekijöidensä omaa hyvinvointia ja sen on todettu vähentävän muun muassa alttiutta sairastua masennukseen ja vapaaehtoistyö torjuu stressiä (Martela 2014, 87; Pessi 2014, 184). Vapaaehtoistoiminta voi parhaimmillaan antaa tekijälleen hyvää mieltä, iloa, uuden oppimista, taitojen ja tietojen ylläpitoa, merkityksellisyyden kokemusta sekä tyytyväisyyttä eloon, oloon ja myös itseän. (Pessi 2014, 184.) Kyselyn mukaan suurin osa vapaaehtoisista haluaa myös jatkossa toimia vapaaehtoisena (58,82%).

Kyselyn väite ”saan riittävästi tukea vapaaehtoisena toimimiseen” keskiarvo oli matalin (2,94) ja väitteeseen ”koen, että Aivovammaliitossa arvostetaan vapaaehtoistyötäni” sai eniten eri mieltä vastauksia (8,82%). Vapaaehtoisia voidaan tukea ja kannustaa olemalla aidosti kiinnostuneita: jaksaminen, intressit, ideat. Heidän toimintaansa arvostetaan ja heitä kiitetään. Vapaaehtoisen panostusta pidetään tärkeänä ja se osoitetaan. Vapaaehtoisen muutostarpeita kuunnellaan; miten

huomioidaan vapaaehtoisen muuttuvat elämäntilanteet ja elämänkaari. Vapaaehtoiset nähdään osana yhteisöä, ja jos hän jättäytyy pois, kysytään hänen voinnistaan. (Pessi & Oravasaari 2010, 178; Pessi 2010,198.) Vastaajista 14,71% koki olevansa jokseenkin eri mieltä siitä, että vapaaehtoisille on riittävästi koulutusta tai että perehdytystä olisi ollut riittävästi tarjolla

Ota kantaa seuraaviin vapaaehtoistyöhön liittyviin väittämiin. (n=34)

	1= Eri mieltä	2=Jokseenkin eri mieltä	3=Jokseenkin samaa mieltä	4=Samaa mieltä	Keskiarvo	Mediaani
Olen saanut riittävästi perehdytystä vapaaehtoisena toimimiseen	2,94 %	14,71 %	44,12 %	38,23 %	3,18	3
Saan riittävästi tukea vapaaehtoisena toimimiseen	5,88 %	17,65 %	52,94 %	23,53 %	2,94	3
Koen, että tuettavani/osallistujat arvostavat vapaaehtoistyötäni	0 %	0 %	47,06 %	52,94 %	3,53	4
Koen, että Aivovammaliitossa arvostetaan vapaaehtoistyötäni	8,82 %	11,76 %	41,18 %	38,24 %	3,09	3
Vapaaehtoisena toimiminen on vaikuttanut myönteisesti omaan elämään	0 %	0 %	47,06 %	52,94 %	3,53	4
Haluan toimia vapaaehtoisena jatkossakin	2,94 %	11,77 %	26,47 %	58,82 %	3,41	4
Olen saanut riittävästi koulutusta vapaaehtoisena toimimiseen	5,88 %	14,71 %	50 %	29,41 %	3,03	3

Aivovammaliiton vertaistoiminnan tavoitteena on, että aivovammautuneilla henkilöillä ja heidän läheisillä on vertaistukea tarjolla, joka vahvistaa heidän voimavaroja ja osallisuutta. Tähän tavoitteeseen pyritään alla olevien toimintamuotojen avulla. Arvioi, kuinka tärkeäksi koet kunkin toimintamuodon tavoitteen toteutumiseksi.

	1= Ei lainkaan tärkeä	2=Jonkin verran tärkeä	3= Melko tärkeä	4=Tärkeä	5= En tunne toimintaa	Keskiarvo	Mediaani
Valtakunnalliset vertaistuelliset tapahtumat (mm. PääFest, Läheisten tapahtuma)	0 %	2,94 %	5,88 %	73,53 %	17,65 %	4,06	4

Yhdistysten vertaisryhmätoiminta	0 %	2,94 %	5,88 %	88,24 %	2,94 %	3,91	4
Yhdistysten virkistysillat	0 %	2,94 %	26,47 %	61,77 %	8,82 %	3,76	4
Toimintaryhmien toiminta	0 %	0 %	11,77 %	76,47 %	11,76 %	4,00	4
Verkossa saatava vertaistuki	2,94 %	11,76 %	23,53 %	44,12 %	17,65 %	3,62	4
Yksilöllinen vertaistuki	0 %	0 %	5,88 %	88,24 %	5,88 %	4,00	4

Vapaaehtoiset tekivät arvioita, kuinka tärkeäksi he kokevat eri toimintamuodot. Mielenkiintoista oli, että verkossa saatavaa vertaistuki koettiin vähiten tärkeäksi. Verkossa saatavaa vertaistoimintaa ei 17,65% vastanneista tuntenut. Toisaalta kyselyyn vastanneiden ikä ja nuorten puuttuminen voi vaikuttaa tuloksiin. Tärkeimmiksi toimintamuodoiksi koettiin yhdistysten vertaisryhmätoiminta jota 88,24% piti tärkeänä sekä yksilöllistä vertaistukea 88,24% piti tärkeänä. Toimintaryhmien toimintaa piti 76,47% vastaajista tärkeänä.

Aivovammaliiton vapaaehtoisilla on motivaatiota ja halu auttaa toisia samassa tilanteessa olevia ihmisiä. Useimmiten vapaaehtoistoimijat nostivat esille (15 kertaa) sen, että toiminta antaa hyvänolon ja mielen, sekä tarjoaa onnistumisen kokemuksia ja jopa rohkeutta. Vapaaehtoistoiminta ja auttaminen voi tutkitusti edistää ihmisen elämänlaatua, kuten hyvää mieltä, iloa, merkityksellisyyden kokemusta, uuden oppimista, tietojen ja taitojen ylläpitoa (Pessi 2014, 184).

”Joka kerta kun olin mukana näissä jutuissa koin saavani hyvän olon. Tunsin tehneeni jotain tärkeää ja toisia vammaisia auttavaa. Valitettavasti viime vuodet ovat olleet niin hiljaisia, että alkaa jo vähän toiminta unohtua.”

”Hyvän mielen kun olin olla vertaistukihenkilönä ihmiselle, joka on saanut jossain elämän vaiheessa aivovamman ja joutuu elämään vamman kanssa ja minä saan auttaa arjesta selviytymisessä. Saan hyvänmielen, kun voin auttaa ja samalla saan itsekin vertaistukea, kun sitä annan koska se ei saa olla ikinä yksipuolista eli vaan antamista kun sinun on itse saatava samalla myöskin tukea omaan arjesta selviytymiseesi ja tulet onnelliseksi ko tuen antamisesta ihmiselle.”

”Saan mahdollisuuden auttaa ja vaikuttaa toisia vammaisia jaksamaan arjessa ja motivoimaan parantamaan omaa arkea. Saan auttaa jaksamaan vertaistuen keinoin.”

”Antaa hyvän mielen, jos on pystynyt tarjoamaan hyvän kohtaamisen vammautuneen tai läheisen kanssa.”

Aivovammaliiton vapaaehtoiset ovat halukkaita kouluttautumaan ja osallistumaan heille suunnattuihin koulutuksiin, tapahtumiin ja virkistyspäiviin. Kyselyssä kysyttiin, että millä tavoin kehittäisit Aivovammaliiton vapaaehtoisten tukea, niin useimmiten vastaus oli, että lisää vapaaehtoisten koulutuksia, tapahtumia ja virkistäytymistä.

”Toivoisin vähintään vuosittaisia valtakunnallisia kokoontumisia, esim. viikonloppuja, joissa voisi jakaa kokemuksia, tietoa ja saisi virkistystäkin”

Vapaaehtoistoiminnan ydinelementti ja keskeisin vetovoimatekijä on sen sosiaalinen luonne. Toimintaan sitoutumista voidaan tukea luomalla osallistumisen, koulutusten ja kohtaamisten paikkoja. Elämän muutostilanteissa toive uusista, sosiaalisista verkostoista voi korostua. (Pessi 2014, 182-186.) Vapaaehtoisten avoimista vastauksista selviää, että toiminnan kautta on luotu merkityksellisiä uusia ystävyssuhteita (8 kertaa) ja vapaaehtoisena toimiminen on tuonut merkityksellisuuden tunteen elämään (8 kertaa).

”Elämälle sisältöä ja olon, että voi olla taas kanssaihmisille hyödyksi. Saanut taas ”työtä ja työpiiriä”. Sosiaaliset ympyrät suurentuneet”

”Hyvinvointia ja osallisuutta yhteiskuntaan, sekä onnistumisen tunnetta. Epäonnistumiset ovat myös merkityksellisiä ja luovat kasvualustaa miettiä toisia ratkaisuja.”

Toiminnan saavutettavuus herätti ajatuksia vapaaehtoisissa (2 kertaa).

”Ongelmana saada ihmiset aktivoitumaan, myös välimatkat hankaluutena, kun julkisetkaan ei liiku kuten etelässä.”

”Tasapuolisuus ja yhdenvertaisuus kaikille jäsenille paikkakunnasta riippuen.”

6.2.3 Vertaistuki- ja kokemustoiminnan hyödyt osallistujille

Toiminnasta näyttäisi hyötyvän niin vapaaehtoiset kuin osallistujat. Avoin ja luottamuksellinen kokemusten jakaminen vertaisten välillä kahden kesken tai ryhmässä on antoisaa sen kaikille osapuolille (Vahtivaara 2010, 22). Vapaaehtoiset kokivat muuan muassa, että osallistujat arvostavat heidän työtään. Toiminnasta saatu kiitos ja positiivinen palaute mainittiin 11 kertaa.

”Vammautuneet henkilöt saavat tietoa siitä, että he eivät ole yksin. Palaute on ollut pelkästään positiivista.”

”Olen saanut KIITOSa.”

”Ovat itse sanoneet että tuesta on heille todella suuri apua ja ovat kiittäneet, kun olen kuunnellut ja neuvonut heitä.”

Osallistujat saivat toiminnasta toivoa ja uskoa tulevaan (7 kertaa). Kokemustiedon antaja voi omalla esimerkillään toivoa ja uskoa tulevaan ja siihen, että elämä voi jatkua muuttuvasta tilanteesta huolimatta (Vahtivaara 2010, 22). Palukka, Tiilikka & Auvinen (2019, 25-28) mainitsevat, että kokemusasiantuntijat voivat toimia vertaistensa esikuvana, kannustajana ja rohkaisevana esimerkkinä, jolloin he alkavat luottamaan ja uskomaan omaan kuntoutumiseen.

”Vasta vammautuneille on suurin hyöty. Saa tunteen, ettei ole yksin ja kuulee, että toisilla on samanlaisia oireita.”

”Tietoa, lohtua, tukea, uskoa huomiseen, valoa ja iloa mullistuneeseen arkeen.”

Tieto, että asian kanssa ei ole yksin nousi vastauksissa esille (10 kertaa).

”Kuulla miten toiset ovat selvinneet. Paranemista tapahtuu vielä pitkänkin ajan kuluttua.”

”Samanlaisen kokemuksen jakaminen lisää ymmärrystä muuttuneeseen itseen ja elämään. Vertaiset puhuvat samaa kieltä.”

6.2.4 Vapaaehtoisten kehitysideat

Kysyttäessä, että kuinka kehittäisit vertaistuki- ja kokemustoimintaa ehdotuksia tuli eniten vapaaehtoisten yhteistapaamisista, koulutuksia sekä virkistyspäivistä (12 ehdotusta).

”Voisi olla kerran tai kaksi vuodessa tapaamisia. Tavataan yhdessä ja puhutaan ja jaetaan kokemuksia vertaistoiminnasta. Ja olisi mahtavaa jos joku pääsisi paikan päälle käymään ja tukemaan toimintaa.”

Enemmän koulutusta ja kertausta, kun muisti on mikä on. Henkilökohtaiset tapaamiset tärkeitä ,ts.naamatusten, ei ainoastaan netin välityksellä.

Kyselyssä ehdotettiin ja toivottiin työnohjausta ja kokemustenvaihtoa toiminnasta toisten vapaaehtoisten sekä Aivovammaliiton työntekijöiden kanssa (5 ehdotusta). Vapaaehtoiset kohtaavat tehtävässään usein ihmisen, jolla on sopeutuminen omaan uuteen elämäntilanteeseen vielä kesken tai jonka läheinen on tapaturman johdosta sairaalassa tai tehohoidossa. Nämä taustalla vaikuttavat asiat ja kyselyn vastaukset huomioiden on meidän pohdittava kuinka voimme tukea vapaaehtoisia paremmin.

”En tiedä. Olen itse vähän väsynyt toimintaryhmän vetämiseen, joka vie energiaa. Kaikki kaatuu yhden niskaan. Toivottavasti jotenkin saataisiin jaettua vastuuta. Minulla ei ole sen enempää tietoja kuin muillakaan, mutta joudun opettajan rooliin. Tätä asiaa tietenkin pitää minun itseni kehittää, muttei ole ihan helppoa.”

”Vaikkeiden tilanteiden purkukanava olisi tarpeen.”

Vapaaehtoistoimintaan tarvittaisiin enemmän työohjauksellista otetta (Pessi & Oravasaari 2010, 178; Pessi 2010, 198.) ja vapaaehtoisten jaksamiseen ja heidän tukemiseen on panostettava tulevaisuudessa.

Vapaaehtoiset toivoivat tukea viestintään ja markkinoimiseen (5 ehdotusta).

”Markkinointia esim. kokemusasiantuntijuudesta”,

”Tukea toiminnan tiedottamisessa vammautuneille ja läheisille.”,

”Näkyvyyden saaminen toiminnalle”,

”Enemmän tapaamisia ja/tai tietoja niistä.”

Kyselyn vastauksissa oli yksi toive verkkovertaistuesta.

”Kehittäisin puhelinpäivystyksen esim. Kerran viikossa, jossa vertaistukija ottaisi toimistolla puheluita vastaan, auttaisi ja tukisi. Myös vertaistuki-chat olisi hyvä. Vertaistukijoille kerran kuussa työnohjaus.”

Kyselyssä nousi esille myös, että vapaaehtoistehtäviä kaivataan.

”Kun ei ole vertaistukitoimintaa, niin ei tarvitse myöskään tukea. Myös silloin vuosia sitten kun keikkoja oli, niin koin saaneeni ihan riittävästi tukea liitosta. Mutta siitä on jo kauan.”

”Vertaistukitoiminnassa kokee auttavansa vammaista siinä tilanteessa, jossa apu on tärkein, eli usein silloin, kun vammainen on alkanut ymmärtää tilanteensa vaikeuden ja maailma alkaa kaatua päälle. Valitettavasti itselläni tämä toiminta on jäänyt aika vähälle, vain yksi liiton kautta välitetty tuettava, joten eipä tästä enempää.”

6.3 Vertaistuki- ja kokemustoiminnan kehittämistyöpaja

Alkuperäisen suunnitelman mukaan kehittämistyöpajan piti järjestää, jo vuoden 2019 puolella, mutta Aivovammaliiton henkilöstömuutokset vaikuttivat suunnitelmaan ja kehittämistyöpaja siirtyi vuoden 2020 helmikuuhun. Työpajaa suunnittelin yhdessä Aivovammaliiton vapaaehtoisen kanssa ja suunnittelutyössä hyödynsimme etäyhteyksiä. Taustatyötä varten kävin myös keskusteluita työpajasta kollegoideni, sekä kanssa tutkijoiden kanssa. Learning cafe on menetelmä, jossa painotetaan tiedonvaihtoa ja keruuta. (Haukijärvi, Kangas, Knuutila, Leino-Richert & Teirasvuo 2014, 34.)

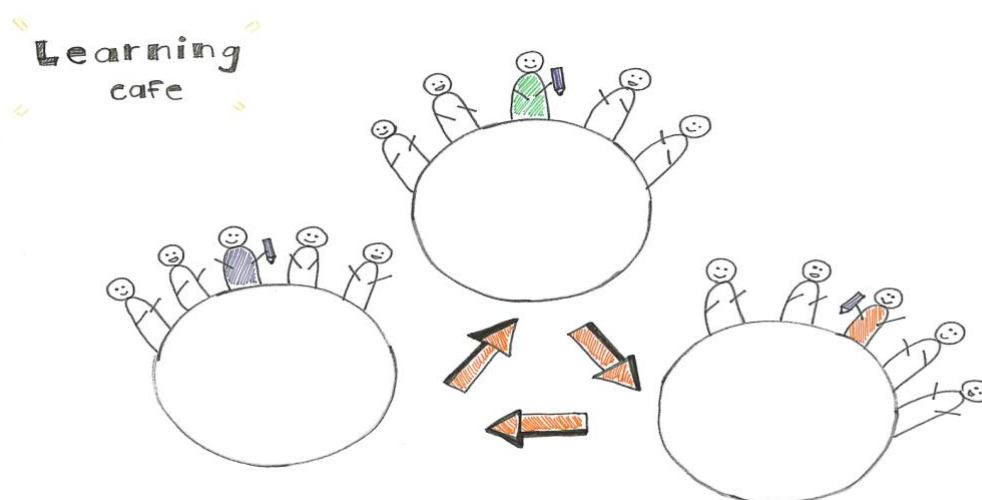
Huomioimme seuraavissa asioissa aivovamman saaneiden erityistarpeet: koulutuspaikan saavutettavuus ja esteettömyys, koulutuspäivän pituus ja taukojen määrä, sisällön esittäminen ja luento osuuden pituus, työpajan menetelmä ja

kehittämistyöpajan viestintä. Kehittämistyöpajaan valitsimme paikkakunnan, johon olisi helppo saapua julkisilla kulkuneuvoilla ja työpaja järjestettiin Tampereella esteettömässä hotellissa. Esteettömyyden olin jo muutama vuosi aikaisemmin testannut erään nuorisoryhmän kanssa (ks. Esteettömän tapahtuman tarkistuslista). Kehittämispäivän pituus oli 4 tuntia ja 30 minuuttia ja siihen sisältyi tauot. Tunne jälkikäteen oli, että päivä oli juuri sopivan pituinen.

Kutsu kehittämistyöpajaan lähetettiin kaikille vapaaehtoisille vertaistuki- ja kokemustoimijoille, joita oli 91. Ilmoittautumisaikaa tilaisuuteen oli noin 3 viikkoa. Kutsussa kerrottiin tarkemmin työpajasta (Liite 2) ja että siellä on tarkoitus kehittää Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoimintaa, ja työpajassa työskennellään ryhmissä, keskustelut äänitettäisiin, ja osallistujien yksityisyyden säilyttämiseksi litterointi vaiheessa keskustelut anonymisoidaan, joten henkilöitä ei voi niistä tunnistaa.

Kehittämistyöpajaan osallistui 15 (n=15) ihmistä ympäri suomen. Ilmoittautuneista 36% oli kokemustoimijoita ja 57% vertaistukitoimijoita ja 7% osallistujista oli molempia. Ilmoittautuneille lähetettiin sähköinen infokirje viikkoa ennen, työpajan väitteet lähetettiin osallistujille infossa ja kerrottiin, että tarkemmat ohjeistukset tehtävää varten annetaan kehittämispäivässä. Päivää ennen tilaisuutta lähetettiin tervetuloviesti sähköpostitse.

Kehittämistyöpajan alustuksessa kävimme ensin tutustumiskierroksen, jossa jokainen lyhyesti esittäytyi ja kertoi missä roolissa on (vertaistukija, kokemustoimija vai



molemmat). Sen jälkeen oli alustus työpajaan, jossa esiteltiin mitä on tehty (toisten sote-järjestöjen benchmarkkaus ja kysely vertaistuki- ja kokemustoimijoille), miksi (käytännön ongelmat ja haasteet) sekä innostimme suunnitteluun osallistuneen vapaaehtoistoimijan kanssa ihmisiä ideoimaan ja jakamaan ajatuksiaan väitteistä, puolesta ja vastaan. Kehittämistyöpajan jälkeen (noin pari päivää) lähetin palautelomakkeen osallistujille sähköisesti, johon sain 10 vastausta. Palautelomakkeessa hyödynnettiin ARTSI-toiminnan palautelomakkeiden pohjia (ARTSI 2020).

(Kuvio 3. Learning cafe -menetelmä. Kuva: Pihla Putkonen)

Learning cafe -menetelmässä (Liite 3) jokaiseen pöytään valitaan kirjuri, joka tekee muistiinpanoja ja esittää apukysymyksiä. Pöydissä on tarkoitus keskustella, kuunnella ja ideoita. Jokaisen mielipiteet otetaan huomioon. Yhteen pöytään on varattu noin 15 minuuttia aikaa. Keskustelut päättyvät, kun jokainen kirjuria lukuun ottamatta on kiertänyt pöydät. Lopuksi käydään yhteisesti läpi jokaisen pöydän keskustelut ja kirjurit voivat toimia esittelijöinä. (Haukijärvi, Kangas, Knuuttila, Leino-Richert & Teirasvuori 2014, 37-40.)

Työpajassa oli kolme väitettä, ja kahdessa väitteessä otettiin kantaa teknologian kehitykseen ja yhdessä vapaaehtoisten koulutukseen ja vuorovaikutustaitoihin. Työpajan väitteet olivat:

VÄITE 1. Tulevaisuudessa Aivovammaliiton vapaaehtoistoimijoiden vuorovaikutus- ja ryhmätyötaitojen koulutuksiin tulee panostaa enemmän.

VÄITE 2. Tulevaisuudessa Aivovammaliiton vapaaehtoistoimijat koulutetaan ja heitä tuetaan vain verkossa.

VÄITE 3. Tulevaisuudessa aivovamman saaneet ihmiset, heidän läheiset sekä alantoimijat tavoitetaan mukaan vertaistuki- ja kokemustoimintaan vain verkossa.

Työpajan jokaisessa pöydässä oli nauhuri ja keskustelut nauhoitettiin ja jälkikäteen litteroitiin. Litteroinnissa jätin jotain keskusteluita kirjoittamatta puhtaaksi, koska ne

eivät liittyneet työpajan aiheeseen. Väitteen yksi nauhoitus oli osin epäselvä, eikä keskusteluista saanut selvää, muiden väitteiden kohdalla litterointi oli laadultaan hyvä. Työpajan muistiinpanot ja työpöytien keskusteluiden materiaalit hyödynnettiin analysoinnissa. Väitteessä kaksi ja kolme keskusteltiin verkossa saavutettavasta toiminnasta. Väitteet herättivät osallistujissa selkeästi vahvempia mielipiteitä ja reaktioita.

Luin litteroinnit läpi muutamia kertoja, jotta saisin kokonais kuvan, työpajoissa tehdyt muistiinpanot sekä omat muistiinpanot toimivat apuna. Toiminnan mahdollisuuksien ja uhkien paikantamiseksi olen hyödyntänyt apuna SWOT-analyysiä (Liite 1), jotta voin arvioida toimintaa ja paikantaa kehittämisen kohteita.

6.3.1 Sosiaalisten ja kulttuuristen rakenteiden muutos

Vapaaehtoisten vuorovaikutus- ja ryhmätyöntaitojen koulutukseen liittyvä väite valikoitui kyselyn (n=34) perusteella, jossa toivottiin koulutuksia ja tapaamisia (12 kertaa), mutta konkreettisia ehdotuksia, ajatuksia ja keskustelua koulutuksista oli tärkeä vielä käydä. Aivovamman saaneet ihmiset voivat joutua olemaan pitkiäkin aikoja poissa työelämästä tai he ovat pysyvästi työkyvyttömiä johtuen aivovamman jälkitilan oireista. Järjestöjen koulutuksiin ja vapaaehtoistoimintaan osallistuminen voi tuoda sisältöä elämään. Huttunen (2020) toteaa, että tulevaisuudessa ne ihmiset, jotka ovat työelämän ulkopuolella oppivat järjestöissä, harrastuksissa ja vapaa-ajalla.

Väitteen 1. keskusteluissa vahvistui, että verkostoituminen ja toisten vapaaehtoisten tapaaminen on vapaaehtoistoimijoille tärkeää.

Ryhmä 1: ”Jos mää saan aloittaa, niin täällä me päästään verkottumaan ja näkee ihmisiä. Pääsee henkilökohtaisella tasolla muodostamaan omaa asiantuntijaverkostoa. Tää on niinku edustaa niitä pehmeitä arvoja.”

Ryhmä 2: ”Täällä koko ajan esimerkiksi verkostoidutaan. Sitten näitä yhteistapaamisia täytyy olla, niin motivaatio säilyy. Myös alueelliset tapaamiset tärkeitä, että siellä olisi koulutettu vastuuhenkilö, jolta saisi ja joka välittäisi sitä tietoa mitä esimerkiksi näistä valtakunnallisista koulutuksista saa. Oman alueen paikallisten kouluttaminen.”

Ryhmä 3

–”Koulutukset on tärkeitä, koska juuri niissä verkostoidutaan ja kuulet toisten kokemuksia”

–”Tuntee, että ei ole yksin tässä hommassa vaan tietää, että on muitakin.”

–”Tämä on itsellekin vertaistukea, tietää että ei ole yksin, tapaa muita samassa tilanteessa olevia (vapaaehtoisia).”

Vapaaehtoistoiminta tuo ihmisen elämään hyvinvointia (Pessi 2014, 184; Martela 2014, 87) merkityksellisyyden kokemusta, sosiaalisia suhteita ja uusien asioiden oppimista (Pessi 2014, 184; Pessi 2010, 185). Vapaaehtoisena toimiminen antaa mahdollisuuden tarkastella kokemuksiaan vuorovaikutuksessa toiseen (Sorri 2005, 130) ja eri koulutuksien ja käytännön harjoitusten avulla mahdollistetaan vuorovaikutus-, ryhmätyöntaitojen ja identiteetin vahvistuminen (Holm 2010, 51-52; Sorri 2005, 130).

Vapaaehtoistoiminnan koulutusten ja eri harjoitusten kautta mahdollistetaan avoin keskustelu ja omien kokemusten jakaminen esimerkiksi teknologian kehitykseen liittyen. Kokemusten jakaminen ja ideointi on tarpeellista, koska organisaation on kiinnitettävä huomiota sosiaalisten ja kulttuuristen rakenteiden kehittymiseen, älykkäiden teknologisten järjestelmien ohella (Wilenius, 2015, 69).

Yhden osallistujan mielipide jalostui ja muuttui työpajan aikana niin, että alkuun ensimmäisessä väitteessä (väite 2) hän ei nähnyt mahdollisuuksia toimia verkossa vapaaehtoisena, mutta viimeiseen väitteeseen osallistuessaan hän pohti avoimesti ja innostuneesti mahdollisuuksiaan.

(Väite 2) ”Henkilökohtaisesti verkko ei toimi itelle ja meillähän on kaikkein tärkeintä vertaistukijoina, niin sehän on korva. Kuuntele

kuuntele ja kuuntele ja toinen mikä on tärkeintä, niin muista olla oma itsesi.”

(Väite 2) ”Verkko homma on itelle tosi hankala, mua on muutamaan paikkaan pyydetty ja mä en ossaa sitä, niin en oo lähtenyt.”

(Väite 1) ”Tosi hyviä juttuja tässä. Just kun toi nuoriso on noita verkkoon meneviä ja sitten itse ei osaa sen verkon kanssa toimia silleen. Hyvä, että on näitä jotka pitää näitä verkkoja esillä.”

(Väite 1) ”Esimerkiksi nää skypekoulutukset ja muut, niin nehän on hyviä, kuitenkin kun näkee sen toisen naaman. Ei aina joka päivä ole mahdollista, että lähdetäämpä Helsinkiin.”

6.3.2 Vertaistuki- ja kokemustoiminnan saavutettavuus

Vertaistuki- ja kokemustoimijoille tehdyn kyselyn perusteella (n=34) vapaaehtoiset eivät kokeneet teknologisten ratkaisujen hyödyttävän toimintaa tai esimerkiksi lisäävän toiminnan saavutettavuutta, lukuun ottamatta yhtä ehdotusta chat/puhelinpalvelusta ja muutamaa kommenttia toiminnan saavutettavuudesta (2 kertaa). Kyselyn väitteissä verkossa saatava vertaistuki koettiin vähiten tärkeäksi toiminnaksi. Vastaajista **44,12** % koki verkossa saatavan vertaistoiminnan olevan tärkeää, kun esimerkiksi **88,24** % vastaajista koki, että yhdistysten vertaistukiryhmät ja yksilöllinen vertaistuki on tärkeää. Väitteessä kolme keskusteltiin toiminnan saavutettavuudesta.

- *”Monessa suhteessa se auttaa, jos on tuolla verkossa (toimintaa). Ei niitä ihmisiä tahdo saada liikkeelle, jos on 100 km matkaa”*
- *”Ei niin”*
- *”Väittäsin myös, että ajokorttittomuus aivovammaisten keskuudessa on yleistä.”*
- *”Niin sekin joo”*

- ”Joo ja toisaalta se jaksaminen, kun sun pitää liikkua sinne, ettei sun voiman menee jo siihen.”
- ”Mun mielestä oikeestaan toimenpiteenä, että kannattaa kannustaa ihmisiä.”
- ”Kaikilla ei ole varaa (laitteisiin), tai motivaatiota”
- ”No joo toi on just, jos ei halua tai ei pysty niin...”
- ”Miten sää sen sanoit, ku sanoit niin hyvin, että eikö pikkuhiljaa ihmisiä vois patistaa sinne verkkoon.”
- ”Joo just niin. ”
- ”Eikö kannustaa olis parempi?”
- ”Ei kyllä niitä pitää patistaa (naurua).”

Myös väitteessä kaksi keskusteltiin välimatkoista.

- ”No mulla oli kerran toiselta puolelta suomea tuettava. Siinä tulee hyvin just nää etäisyydet”
- ”Mullakin oli sama, muute ei pystyis tukee, jos ei olis näitä (välineitä)”

Teknologian hyödyntäminen arjessa on jo kuitenkin useille ihmisille arkea (Sitra 2020) ja verkkomaailma toimii yhdessä niin sanotun fyysisen maailman kanssa (Kangaspunta 2011, 30), digitaalisen ratkaisut kehittyvät nopealla tahdilla tuoden älykkyyttä ja tehokkuutta mukanaan (Wilenius 2015, 209). Teknologian kehitys voi lisätä eriarvoisuutta (Sitra 2020, 37,42), joten keskustelu aiheesta ja ihmisten kokemusten esiin tuominen on tärkeää, jotta voidaan suunnitella teknologiaa, joka on jokaisen saavutettavissa. Väitteessä kaksi keskusteltiin verkkokoulutuksen haastavuudesta sekä saavutettavuudesta.

- Verkkokoulutus liian vaativa
- Voi olla että se on nuorelle helpompaa, mutta se on haasteellista.
- Perinteiseen koulutukseen verrattuna siinä ei oo mittään hyvää.
- Onhan siinä se saatavuus, että voi valita millon osallistuu.
- Ja se on just niille jotka on kauempana ja omaiset niille se on tärkeä. Omaiset pystyy siellä toimimaan.
- Ei tarvi lähteä mihinkään kun voi olla vaan kotikoneella
- Verkossa toimivalle vertaisryhmälle on hyvä se saatavuus, ei tarvitse odottaa kahden kuukauden päähän. Ehtii unohtaa. Saa tukea heti.
- Sopii läheisille mun mielestä tämä hyvin
- Niin tapauskohtaisesti.
- Sä eka käyt kurssin ja sitten voi verkossa kerrata ja muistella
- Niin kertaus verkossa toimii myös vammaiselle.
- Kun se tulee silmille uudelleen niin se muistuu mieleen.

6.3.3 Kertausta, uudelleen opettelua ja väsyvyyttä

Aivovamman erityispiirteet nousivat keskusteluissa esiin. Esimerkiksi muisti ja muistamattomuus asettaa vammautuneille vapaaehtoistoimijoille haasteita. Väitteen yksi keskusteluissa ideoitiin esimerkiksi vertaistoiminnan kertauskurssi.

-”Näitä kysymyksiähän voi lähteä ajattelemaan myös sen kautta, että on eri mieltä.”

-”Ehdottomasti olis tarve kertauskurssille.”

-”Tarvittaisiin herättelyä, että miten on mennyt. Itse kävin 2015 vertaistukikurssin, niin pääsis liikkeelle paremmin. Ei tahdo jaksaa yksin lähteä liikkeelle.”

-”Kevyt muotoinen tilaisuus, ei tarvitse olla raskas. Armeijassakin on kertauskursseja niin sellaisia 1-2 vuodenvälein.”

-”Kertaus pitää yllä motivaatiota.”

Väsyvyys on aivovamman jälkitilan oire ja sen koettiin tuovan haasteita toimintaan. Ote väitteestä kaksi ja kolme.

- *”Voimat menee matkustamiseen”*
- *”Itse matkustaminen on kyllä raskasta”*
- *”Itäki kävi eilen jääkiekkoa kattomassa niin nyt on oon erittäin väsynyt”*

- *”Tämä (matkustaminen) on äärimmäisen vaivalloista menee koko päivä, kun käyn täällä muutaman sanan sanomassa.*
- *Hyvinhän se sujuu, kun on ravintolassa*
- *Mullakin menee kokopäivä*
- *Eiköhän tässä oo aika tässä digitalisoituvassa maailmassa siirtyä pikkuhiljaa enemmän verkkoon. Se on vaan tosi asia. Pitää uudistua tässä touhussa.*
- *Se pitää olla sekotettuna. Pidetään kasvokkain ja verkossa. Sillon se toimii.*

Verkon käyttöön liittyvät haasteita ja toiveita väitteessä kolme ja kaksi.

- *Itseasiassa se on vaikeeta jo se pelkkä laitteen käyttäminen ja ylitse pääsemättömän vaikeeta. Sehän siinä siinä on, että tulevaisuudessa laitteiden pitäis olla niin helppoja, että parilla napin painauksella pitäis päästä käyttämään sitä ja siirtyä sinne mihin sä haluat.*
- ***Koulutusta ohjelmien käyttöön!***
- *Paikallisjärjestöltä löytyy aina joku osaaja.*

7 VERTAISTUKI- JA KOKEMUSTOIMINNAN MIELIKUVAMALLI

Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoiminnan mielikuvamalli on kehittynyt koko kehittämisprosessin matkan ajan. Malli tulee elämään käytössä ja sen toimivuutta ja selkeyttä arvioidaan myös jatkossa. Mallia voi hyödyntää paikallisyhdistykset, mutta malli on luotu valtakunnallisen vertaistuki- ja kokemustoiminnan toteuttamiseksi. Mallin pohjaa voi hyödyntää tarkastellessa oman organisaation vertaistuki- ja kokemustoimintaa (Liite 3). Malli on luotu benchmarkkauksen, vapaaehtoisten kyselyn ja kehittämistyöpajan aineiston sekä tietoperustan tiedon avulla.

Mielikuvamallia on jalostettu ja siitä on jätetty pois esimerkiksi vertaistuelliset tapahtumat ja ainoastaan vapaaehtoisille suunnatut koulutukset on jätetty omiksi yksiköiksi.

Vapaaehtoistoiminnan käsitteiden avaaminen antoi kehittämiseen uusia näkökulmia. Käsitteiden avaaminen on myös keskeinen osa tutkimuksellista toimintatapaa ja avaamisella voidaan pyrkiä jäsentämään ja selkeyttämään työtä (Toikko & Rantanen 2009, 131). Käsitteiden avaaminen auttaa ymmärtämään vapaaehtoistoiminnan ideologiaa. Yksi osallistuja työpajassa toi esille vapaaehtoistoiminnasta, että *”Tää niinku edustaa niitä pehmeitä arvoja”*. Mielikuvamallin toiminnan periaatteet perustuvat vapaaehtoisten vertaistuki- ja kokemustoimijoiden kokemuksiin vapaaehtoistoiminnasta ja benchmarkkaus järjestöjen sekä opinnäytetyön tietoperustaan.

Mallissa toiminta on vapaaehtoista, jolloin se perustuu ihmisen omaan henkilökohtaiseen valintaan ja haluun toimia vapaaehtoisena (Pessi 2010). Toiminta on luottamuksellista, tarkoittaen, että jokainen toimintaan osallistuja on tasavertainen ja jokaisen kokemukset ovat tärkeitä. Vertaistuki- ja kokemustoimintaan osallistuminen perustuu omakohtaiseen kokemukseen ja toiminta tukee sosiaali- ja terveyspalveluiden toimintaa. Yhdenvertaiseen toimintaan on jokaisen mahdollisuus osallistua.

Vapaaehtoisten koulutukset on jaettu omiksi yksiköiksi, jotta voidaan selkeästi nähdä mitä koulutuksia vapaaehtoisille on tarjolla. Vapaaehtoisten koulutuksissa on tärkeä huomioida tiedollinen ja eri asiantuntijoiden käyttäminen. Ryhmätehtävät ovat tärkeässä roolissa ja eri koulutuksien ja käytännön harjoitusten avulla mahdollistetaan vapaaehtoisten vuorovaikutus-, ryhmätyöntaitojen ja identiteetin vahvistuminen (Holm 2010, 51-52; Sorri 2005, 130). Vapaamuotoiseen keskusteluun on hyvä varata aikaa, koska kokemuksen perusteella kahvi- ja lounastauoilla käydään epävirallisia keskusteluita toiminnasta ja joskus parhaat ideat nousevatkin niistä keskusteluista.

Viestinnän osuus on tulevaisuudessa tärkeässä osassa ja yksi suuri oivallus oppinäytetyötä tehdessäni olikin, että *”kaikki kohtaaminen ihmisten kanssa on viestintää ja kaikki viestintä on kohtaamista”* (Pessi 2011, 175). Viestintään on hyvä nostaa vertaistuki- ja kokemustoimijoiden tarinoita esiin, niiden tarinoiden avulla voimme kohdata ja tavoittaa uusia ihmisiä mukaan toimintaan. Tarinoilla voidaan antaa vertaistukea, joka antaa kyselyn mukaan ihmisille toivoa tulevaan, ymmärrystä omaan tilanteeseen ja ystäviä.

Matalan kynnyksen toimintaa tarjotaan erilaisissa chat- ja verkkokeskusteluissa. Verkkotoimintaa varten on hyvä päivittää eettiset ohjeet (Ks. Eettiset ohjeet kohtaaville palveluille.). Anonyymiyys voi joissain tilanteissa madaltaa kynnystä aloittaa keskustelu. Esimerkiksi chat-palvelun luonne, nimettömyys ja reaaliaikaisuus mahdollistavat vaikeista asioista puhumisen suoraan ja luontevasti (Parikka & Saukko 2010, 5) ja esimerkiksi keskustelufoorumeilla anonyymiteetti tai nimimerkki mahdollistavat intiimeistä asioista keskustelun (Vainikka & Harju 2019, 101). *”Chatissä on tosi kiva, että voi anonyymisti jutella.”* Sanoi kehittämistyöpajaan osallistunut, joten nimettömyys voi madaltaa kynnystä osallistua toimintaan.

Vapaaehtoisten tuki ja ohjaus voi olla yhteisiä vapaaehtoisten verkostopäiviä, joissa heillä on mahdollisuus tavata toisia vapaaehtoisia ja kokea olevansa osa yhteisöä. Toisten vapaaehtoisten kokemukset voivat auttaa jaksamaan ja motivoida toimimaan

vapaaehtoisena, kuten kyselyssä ja työpajassa selvisi. Verkostopäivät toimivat vapaaehtoisille vertaistukena, kun he tapaavat toisia vapaaehtoisia.

Vapaaehtoistoimintaan tarvittaisiin enemmän työohjauksellista otetta (Pessi & Oravasaari 2010, 178; Pessi 2010, 198.) ja kuten yksi vapaaehtoinen sanoi, että *”Vaikeiden tilanteiden purkukanava olisi tarpeen.”* Mielikuvamallissa vapaaehtoisten jaksamiseen kiinnitetään huomiota etänä tehtävällä toiminnanohjauksella, jota tarjotaan esimerkiksi joko kerran kuukaudessa ympäri vuoden tai eToiminnanohjaus voidaan paketoita esimerkiksi 4 kerran kokonaisuudeksi. Neljän kerran kokonaisuus on käsikirjoitettu ja sen toimintaa ohjaa webipedagogiikan käytännöt (Timonen 2018).

Aktiivinen osallistuminen webinaareissa ja verkko-opetuksessa mahdollistetaan pienryhmän avulla, pienryhmissä osallistujan on mahdollista tutustua ja sanoa ääneen mielipiteensä ja ryhmätehtävien tekeminen on mielekkäämpää pienryhmässä kuin isossa ryhmässä. Isot ryhmät on myös mahdollista jakaa pienempiin ryhmiin, jossa osallistujat itsenäisesti keskustellen käyvät oppimistehtävää läpi ja lopuksi palataan suureen ryhmään ja esitellään tuotokset. (Timonen 2018, 15-16.)

Sisäisen viestinnän tärkeys nostettava esiin. *”On pohdittava millaista viestiä järjestön toiminnan eritilat viestittävät vapaaehtoisille, millaista palautetta annamme sanoillamme ja silmillämme, pysähdymmekö kohtaamaan vapaaehtoiset arjessamme? Tärkeä kysymys järjestön pohdittavaksi on myös, että kenen vastuulla koemme viestinnän ja kohtaamisen olevan?”* (Pessi 2010, 175.)

Verkostoyhteistyötä tehdään niin, että yhteistyöstä hyötyy jokainen. Verkostoyhteistyöllä parhaimmillaan jaetaan tietoa ja resursseja kaikkien yhteiseksi hyödyksi (Harju 2005, 76). Sosiaali- ja terveysjärjestöt tekevät usein yhteistyötä toisten sote-järjestöjen kanssa (Pessi & Oravasaari 2010). Mallissa verkostojen määrä vaihtelee ja verkostoja on useampia mitä tässä mallissa, ne ovat muuttuvia ja kehittyviä. Tehokkaimpana olen kokenut, että joku taho ottaa toiminnasta veto

vastuun (Harju 2005, 76-78), mutta spontaanille ja jonkin ajan ja hetken kestäväälle verkostoyhteistyölle on jätettävä tilaa.

Yhdistysten ja vertaisryhmien toiminnan aloittamisen tukea voidaan madaltaa toiminnan startti-illoilla. Startti-ilta herätti mielenkiintoa kahdessa benchmarkkaus järjestössä. Toiminnan käynnistäminen on helpompaa, kun tietää miten toimia ja edetä (Jyrkämä 2010, 25). Toiminnan aloituksen tuki voi madaltaa kynnystä aloittaa vapaaehtoisena. Vertaistukitoiminnan voi käynnistää kuka tahansa joko vapaaehtoinen tai ammattilainen tai he yhdessä (Jyrkämä 2010, 25).

Vertaistuki- ja kokemustoiminnan vapaaehtoiset voidaan nähdä tiedonvälittäjinä, kun he toimivat tulevaisuuden sote-keskuksissa tiedottamassa vertaistoiminnasta. Sote-keskuksissa on tärkeä olla aivovammautuneiden ihmisten tarinoita ja tietoa, missä ja miten vertaistoimintaan voi osallistua. Oppaat ja materiaali tukee vapaaehtoisten ja yhdistysten toimintaa. Oppaissa on esimerkkejä ja vinkkejä toimintaan ja oppaita voi hyödyntää, silloin kun toimii esimerkiksi vertaisryhmän vetäjänä. Oppaat voivat olla kirjallisia tai video-oppaita.

Vapaaehtoiset on tärkeä ottaa mukaan kehittämiseen ja toiminnan arviointiin. Osallistumisen paikkojen luominen ja sen tekeminen mahdollisimman matalalla kynnyksellä on vapaaehtoistoiminnan ydin (Särkelä-Kukko 2014, 43). Ihmiset jäseninä ja vapaaehtoistojoina muodostavat ja määrittävät järjestön tarkoituksen ja päämäärän (Harju & Ruuskanen-Rimma 2016, 45.) ja nuorten ottaminen mukaan palveluprosessiin sitouttaa nuoret toimintaan (Joensuu 2016, 138) ja osallistamisella voidaan varmistaa toiminnassa mukana olevien eri intressit ja sillä tavoin heidät saadaan sitoutettua toimintaan (Toikko & Rantanen 2009, 90). Toiminnassa mukana oleville ihmisille on luotava se tunne, viestein ja sanoin, että he ovat tärkeitä ja heidän aikansa on meille hyvin merkityksellistä. (Pessi 2010, 190)

Vapaaehtoistoiminnan koordinoimista varten vapaaehtoistojoukosta on tärkeä ja perusteltua luoda oma rekisteri, josta selviää mitä koulutuksia on käynyt. Rekisterissä

vapaaehtoisen voi laittaa nukkuvaksi, ja sitä voidaan hyödyntää toiminnan viestintään.

Aivovammaliitto ry	
10 jäsenyhdistystä ja 20 toimintaryhmää. Jäsenyhdistysten toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen	
Vertaistuki- ja kokemustoiminta osa vapaaehtoistoimintaa	
Toiminnan periaatteet: Toiminta on vapaaehtoista Luottamuksellista Perustuu omakohtaiseen kokemukseen sekä Ihmisten keskinäiseen yhdenvertaiseen ja myötätuntoiseen kohtaamiseen Toiminta tukee sosiaali- ja terveystalvveluita, mutta ei korvaa niiden toimintaa Toiminta on jokaisen ihmisen saavutettavissa	
Kokemustoiminta	Vertaistukitoiminta
<ul style="list-style-type: none"> Peruskoulutukset <ul style="list-style-type: none"> a. Kokemustoimintaverkoston yhteinen Jatkokoulutukset <ul style="list-style-type: none"> a. Kehittäjä-vaikuttaja (Kokemustoimintaverkosto) b. Kokemuspuheenvuoron esityksen tekokurssi (UUSI) 	<ul style="list-style-type: none"> Peruskoulutukset <ul style="list-style-type: none"> a. Vertaistukihenkilön peruskoulutus b. Toivo-valmennus (OLKA®) Jatkokoulutukset <ul style="list-style-type: none"> a. Vertaisryhmänohjaajien koulutus b. Kertauskurssi vertaistukijoille (UUSI)
<ul style="list-style-type: none"> Viestintä <ul style="list-style-type: none"> o Tilaa kokemustoimija eLomake o Kokemustoimijoiden videoita ja tarinoita o Yhteydenottolomake "vertaistuen tarve eLomake" o Vertaistukijoiden tarinoita blogi Matalan kynnyksen vertaistoimintaa <ul style="list-style-type: none"> o Ryhmächatit o Yksilöchat o Keskustelu ryhmät verkossa o Paikalliset vertaisryhmät 	
<ul style="list-style-type: none"> Vapaaehtoisten rekrytointi, tuki ja ohjaus <ul style="list-style-type: none"> a. Rekrytointi b. Virkistys- ja verkostopäivät c. eToiminnanohjaus (Eri vapaaehtoistoimijoille omia ryhmiä, kokemustoimijoiden ryhmä, vertaistukihenkilöidenryhmä, ryhmänohjaajien ryhmä) d. Sisäinen viestintä "vapaaehtoisten kohtaaminen arjessa" 	
<ul style="list-style-type: none"> Verkostoyhteistyö <ul style="list-style-type: none"> a. Kokemustoimintaverkosto b. Jyvä-verkosto c. Omaishoitoverkosto d. OLKA-toiminta e. Tatu ry f. Neurologiset vammaisjärjestöt verkosto g. Sote-palvelut 	
<ul style="list-style-type: none"> Yhdistysten ja vertaisryhmien toiminnan tuki <ul style="list-style-type: none"> a. Vertaistoiminnan startti-illat b. Kokemustoimijoiden ja tukihenkilöiden välitys sairaaloihin "liitto- ja paikallisyhdistys infot, oma tarina luennot" c. Oppaat ja materiaali (Vertaistoiminnan esitteet, Vertaisryhmän ohjaajan opas) 	
<ul style="list-style-type: none"> Kehittämistyö (Vapaaehtoisten osallisuus) <ul style="list-style-type: none"> a. Toiminnan arviointi b. Kehittäminen Vapaaehtoistoiminnan rekisteri <ul style="list-style-type: none"> a. Voidaan hyödyntää sisäiseen viestintään b. Vapaaehtoinen voidaan laittaa "nukkuvaksi" c. Rekisteristä selviää mitä koulutuksia on käynyt 	

Esimerkiksi tekstiviestien lähettäminen voi tavoittaa koulutuksiin ihmisiä, jotka eivät aktiivisesti käytä tai lue sähköpostia.

(Kuvio 3, Vertaistuki- ja kokemustoiminnan mielikuvamalli)

7.1 Unelma jokaisen saavuttavasta vertaistoiminnasta

”Tämän unelman kirjoittamiseen ovat vaikuttaneet vahvasti opinnäytetyön aineisto ja lähteet.”

Tätä kehittämisprosessia eläneenä olen saanut olla mukana monissa Aivovammaliiton tapahtumissa ja päässyt tapaamaan monia vapaaehtoisia. Mieleeni ovat jääneet ihmisten innostus toimia vapaaehtoisena, halu osallistua kehittämiseen ja tehdä yhdessä helpommin saavutettavan vertaistuki- ja kokemustoiminnan kokonaisuuden.

Jos tulevaisuudessa saamme yhtä innokkaita ja sydämellään mukana olevia vapaaehtoisia uskon, että toiminta jatkuu hyvin monipuolisena ja mukaan uskalletaan tulla matalalla kynnyksellä. Yhdessä vapaaehtoisten kanssa saamme luotua sellaista toimintaa, joka tavoittaa aivovamman saaneet ihmiset ja heidän läheiset silloinkin, kun omalla paikkakunnalla ei ole toimintaa. Meidän on kuitenkin tarjottava vapaaehtoisille vertaistuki- ja kokemustoimijoille enemmän koulutusta, paikkoja verkostoitua, joissa heillä mahdollisuus jakaa kokemuksia vapaaehtoistoiminnasta.

Aivovammaliiton vapaaehtoistoiminnan haasteet liittyvät teknologian nopeaan kehitykseen ja sen saavutettavuuteen. Unelmissamme saavutamme jokaisen aivovammautuneen ihmisen ja hänen läheiset toimintaan mukaan, mutta uhkakuvissa iso osa heistä jää ulkopuolelle. Ulkopuolelle jääneillä ihmisillä, ei ole tarvittavia teknologisia välineitä tai he eivät osaa käyttää niitä. Heillä ei ole läheisiä, jotka auttaisivat tai opettaisivat heitä käyttämään niitä.

Tarvitsemme vapaaehtoisia, jotka haluavat toimia ja antaa vertaistukea verkossa. Verkossa voidaan antaa vertaistukea hyvin moninaisesti, tapoja on monia. Vertaisen

tarinan lukeminen, kuuleminen tai näkeminen voi antaa uskoa ja toivoa elämään. Tarina voi antaa tietoa, ettei asian kanssa ole yksin. Verkkokeskustelut ovat paikka, jossa voidaan jakaa kokemuksia vammautumisesta matalalla kynnyksellä ja anonyymisti.

Verkossa toimiminen vaatii yhteisiä periaatteita toimia ja ne on tehtävä näkyväksi niin toimintaan osallistujille kuin vapaaehtoisille ja työntekijöille. Toiminnan periaatteet ohjaavat meitä eettisesti ja auttavat meitä toimimaan vaikeissa tilanteissa. Uusien toimintojen kokeilu ja testaus matalalla kynnyksellä voi tavoittaa ihmisiä, joita emme muuten saisi mukaan.

Tarvitsemme myös niitä vapaaehtoisia, jotka vetävät vertaisryhmiä ja antavat vertaistukea ja kokemustietoa paikallisesti. Tulevaisuuden sote-keskukset ovat tärkeä paikka, josta aivovammautuneet ihmiset ja heidän läheisten löytävät vertaistukea. Vertaistuki antaa toivoa, tukea, ymmärrystä ja uusia ystäviä aivovamman saaneen ihmisen ja läheisten elämään. Vertaistukiryhmät voivat kokoontua sote-keskuksissa ja niissä on kaikille avoimia yleisötilaisuuksia ja kokemuspuheenvuoroja aivovammasta ja elämästä vamman kanssa.

Verkkotyö voidaan edelleen nähdä kilpailevana ja vastakkaisena kasvokkain tapahtuvan kohtaamisen kanssa, mutta koen että osalle ihmisistä verkossa toimiminen on luonnollista. Anonyymiyys voi myös madaltaa kynnystä ottaa yhteyttä. Me ihmiset olemme erilaisia, toisille kasvokkain tapahtuvat kokoontumiset ja keskustelut voivat olla ainoa oikea tapa saada vertaistukea. Tärkeintä toiminnassa on, että haluamme ymmärtää toisiamme ja toistemme tarpeita.

Yhdessä paikallisyhdistysten ja vapaaehtoisten kanssa voimme tavoittaa aivovamman saaneet ihmiset mukaan laajemmin vertaistuen ja kokemustoiminnan piiriin ja toiminta on näkyvämpää, kun sitä on saatavissa verkossa sekä paikallisesti.

7.2 Mielikuvamallin käyttökelpoisuus

Aineiston ja tutkitun tiedon avulla voidaan kehittää vapaaehtoistoimintaa vastaamaan paremmin ihmisten tarpeisiin. Malli on kehitetty selkeyttämään Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoimintaa, jotta voidaan esimerkiksi tukea vapaaehtoisten hyvinvointia paremmin. Malli voi toimia sosiaali- ja terveysjärjestöille esikuvana ja vertailukohteena, kun toimintaa kehitetään.

Malli perustuu ennen kaikkea työn yksinkertaistamiseen ja siinä on pohdittu eri osien tarpeellisuutta sekä yhdistetty osia. (lisätietoa ks. Toikko & Rantanen 2009.) Mallin on hyödynnettävissä ja edelleen kehitettävissä ja mallin keskeisin elementti on, että sen toiminta voidaan tarpeen mukaan toteuttaa etänä. Etänä tehtävä toiminta vaatii vain erityistä huomiota ja suunnittelua (Timonen 2018). Eikä se vähennä kasvokkain tapahtuvan vapaaehtoistyön merkitystä.

Mallin toimivuutta täytyy arvioida ja sen soveltuvuudesta otetaan mielellään palautetta vastaan, koska hyviä käytäntöjä, kehitysehdotuksia ja uusia näkökulmia löytyy aina.

8 POHDINTA

Olen tätä kehittämistyötä tehdessäni tiedostanut, että yamk-opiskelijalla on selvästi enemmän vastuuta opinnäytetyön tekemisestä ja eettisen toiminnan noudattamisessa, kuin esimerkiksi amk-opiskelijalla (Ks. esim. Kettunen, Kärki, Näreaho & Päällysaho 2017, 3-4). Ohjausta ja apua opinnäytetyön tekoon olen aina saanut, kun sitä olen tarvinnut. Opinnäytetyön ohjaajani, työtoverini ja kanssa tutkijat Humakista ovat jakaneet kanssani suuren määrän tietoa, jonka sulattamiseen menee todennäköisesti pidempi aika mitä mieleni ehtii prosessoida. Uskon ja tiedän, että tästä kaikesta on apua ja hyötyä vielä monessa asiassa, niin arjessa kuin työssä.

On myös hieno ollut huomata, että miten toimintaa vertailemalla toisten järjestöjen kanssa voidaan oppia ja luoda parempia käytäntöjä ja toimintamalleja. Järjestöjen asiantuntijoiden kanssa oli luonnollista toimia ja oli hieno nähdä, kuinka järjestötyöntekijät arvostavat työtään ja nauttivat yhteistyöstä vapaaehtoistoimijoiden kanssa. Aloittaessa kehittämistyötä olin tavannut vasta kourallisen toimijoita, mutta nyt työn loppu puolella voin aidosti sanoa, että työn tekeminen vapaaehtoisten kanssa on rikastuttanut toimintaa, opettanut paljon. Vapaaehtoisilta olen saanut etenkin innostusta ja motivaatiota tehdä tätä työtä. Erityisesti olen ollut onnellinen siitä, että vapaaehtoiset ovat aidosti sydämellään mukana, innostuneita kokeilemaan, kehittämään ja oppimaan uutta.

Kehittämisprosessin aikana olen huomannut, kuinka paljon tietoa yhdelle työntekijälle voi kertyä ja sen dokumentointi ja esiin tuominen ei aina ole itsestäänselvyys. Itsellänikin on paljon tietoa omassa päässä ja omissa muistiinpanoissa ja sen tiedon dokumentointi ei aina ole ollut helppoa. Muistiinpanot ovat olleet väliin piirustuksia, mind mappejä, excel-taulukoihin piirreltyjä prosessin osia tai kännykkään kirjoitettuja huomioita tai itselle lähetettyjä tekstiviestejä. Olen myös tallentanut ja kerännyt tietoa eri paikkoihin, joten tulevaisuudessa minun on hyvä pohtia mihin tietoa tallennetaan

ja miten. Yksi mahdollisuus on tehdä oma kansio esim. ”Vertaistukitoiminta -> muistiinpanot”, johon voi kerätä kaikkea epämääräiseltä tuntuva ja jatkotyöstöä vaativaa. Monet työtehtävät ja prosessit ovat ajallisesti pitkiä ja ensimmäinen muistiinpano saattaa matkalla muuttua monta kertaa, kun asiasta saadaan tietoa niin teoreettista kuin kokemukseen pohjautuvaa.

Vertaisuus ja kokemustieto on ollut tässä tutkimuksellisessa kehittämistoiminnassa keskiössä. Olen ollut itse vertainen ja saanut vertaistukea työhöni, opintoihini sekä olen saanut jakaa omaa järjestötyöstä kertynyttä kokemustietoa eteenpäin niin työssä kuin koulussa. Vertaistyöskentelyn ydin on peilaamista ja reflektointia, ja tämä kehittämisprosessi on toiminut myös itselleni omien vahvuuksien ja kehittämiskohteiden havainnointina (Seppänen-Järvelä 2005, 13). Peilinäni ovat toimineet kollegani Aivovammaliitossa, kanssa tutkijat Humakissa sekä vertaiskehittämisessä mukana olleet kolmen sote-järjestön työntekijät.

Seppänen-Järveläisen (2005, 13) mainitsema rutinoituminen ja sokeutuminen omalle työlle on omalla kohdalla tapahtunut mielestäni salakavalasti. Olen työskennellyt eri sote-järjestöissä vuodesta 2013 lähtien ja huomaamattani olen kantanut monia toimintatapoja mukanaan. Koen, että sote-järjestöissä tietynlainen hierarkkisuus ja omista rooleista kiinnipitäminen näkyy vielä, myös minussa, mutta esimerkiksi prosessien avaamisella, selkeyttämisellä ja kehittämisellä sekä prosessien sekä osaprosessien vastuuhenkilöiden määrittelyllä voidaan ehkä lisätä toiminnan autonomiaa ja työntekijöiden itseohjautuvuutta. Toki on muistettava, että innovatiiviset kehittämisprosessit ovat usein ennalta arvaamattomia (Toikko & Rantanen 2009, 10), ja koen tämänkin kehittämisprosessin hakenneen paikkaansa loppumetreille asti. Nyt kuitenkin meillä on toimintamalli, joka pohjautuu tutkittuun sekä kokemustietoon. Uskon, että toimintamallikin tulee vielä kehittymään, mutta toimintamallin avulla voimme hahmottaa ja arvioida työtämme paremmin.

Tässä työssä on kehittymisen paikkoja, jotka ovat häirinneet minua toisinaan. Olen tiedostanut, että olisi hyvä tutustua myös kansainvälisiin tutkimuksiin, mutta niihin

en ole löytänyt aikaa, mutta olen rahoittanut itseni sillä ajatuksella, että ehdin tutustua niihin tämän prosessin jälkeen. On ihana kuitenkin tietää, että on vielä paljon opittavaa eikä oppiminen elämässä pääty koskaan. Parhaimpiin tuloksiin päästään kuitenkin vapaaehtoistoimijoiden, sote-järjestöjen ja julkisen sektorin yhteistyöllä (Mikkonen & Saarinen 2018, 30; Choustikova & Koivusaari 2019).

LÄHTEET

Aivovammat. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin, Suomen Neurologisen yhdistys ry:n, Societas Medicinae Physicalis et Rehabilitationis Fenniae ry:n, Suomen Neurokirurgisen yhdistyksen, Suomen Neuropsykologisen yhdistyksen ja Suomen Vakuutuslääkärien yhdistyksen asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2017 Viitattu 16.2.2020.
<https://www.kaypahoito.fi/hoi18020?tab=suositus#s4>

Aivovammaliiton toiminta. Aivovammaliitto ry, 2020 Viitattu 18.2.2020.
<https://www.aivovammaliitto.fi/aivovammaliitto/>

ARTSI-Toiminta 2020, Tukea oman toiminnan arviointiin ja kehittämiseen. Viitattu 17.3.2020: <http://hankkeet.kuntoutussaatio.fi/artsi/tutustu-hankkeeseen/>

Choustikova, Julia, 2019. Tukea aivovammautuneen läheiselle -hankkeen hoitohenkilökunnan info-tilaisuus 03.09.2019. Helsinki.

Eske, Invalidiliiton Esteettömyyskeskus, ”Esteettömän tapahtuman tarkistuslista.” Viitattu 21.3.2020
<https://drive.google.com/file/d/1aPqZqlojaQx18MB39oXqyaI4Yx927QwW/view>

Harju, Aaro, 2005. Nylynd, Marianne & Yeung, Anne Birgitta (Toim.) Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. ”Kansalaisyhteiskunta vapaaehtoistoiminnan innoittajana.” Sivut 58-82. Jyväskylä: Gummerrus kirjapaino Oy.

Harju, Aaro, 2010. Puheenvuoro kansalaisyhteiskunnan tulevaisuudesta. Sivistysliitto Kansalaisfoorumi SKAF ry. Satakunnan Painotuote. ISBN 978-951-9461-42-7

Harju, Aaro & Ruuskanen-Rimma, Eila, 2016. Onnistu muutoksessa. Järjestöjohtajan ja -kehittäjän käsikirja. Eura: Sivistysliitto Kansalaisfoorumi SKAF ry.

Haukijärvi, Noora & Kangas, Anna & Knuuttila, Henna & Leino-Richert. Ellinoora & Teirasvuo Nina 2014. Tavoitteena aktiivinen ja työelämälähtöinen oppiminen. Käytännön opetusmenetelmiä opiskelija- ja työelämälähtöiseen opetukseen ja koulutukseen. Sivut 37-40, Viitattu 21.3.2020:
<http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522165107.pdf>

Heikkinen L. T., Hannu & Esa, Rovio & Syrjälä, Leena 2008. Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. 3. painos. Helsinki: Hansaprint Direct Oy.

Hiila, Ilona & Tukiainen, Marketta & Hakola, Ida, 2019. Opas muuttuvaan työelämään. Tiimiäly. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Huttunen, Tapio 13.3.2020 Muistiinpanot Sitran tutustumiskäynnistä.

Hyväri, Susanna. Nylynd, Marianne & Yeung, Anne Birgitta (Toim.) 2005. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. ”Vertaistuen ja ammattiauttamisen muuttuvat suhteet.” Jyväskylä: Gummerrus kirjapaino Oy.

Kananen, Jorma 2014. Toimintatutkimus kehittämistutkimuksen muotona. Miten kirjoitan toimintatutkimuksen opinnäytetyönä? Jyväskylä: Suomen Yliopistopaino Oy.

Kantola, Seppo, 2019. Aivoitus-lehti. Puheenjohtajan palsta, ”Luottamus, Toimijuus, Vertaisuus.” Viitattu 15.4.2020: http://www.aivovammaliitto.fi/wp-content/uploads/2019/10/Aivoitus-3_19-netti.pdf

Kokemustoimintaverkosto ABC-opas alueelliseen toimintaan. Klaukkala: Kokemustoimintaverkosto. Viitattu 27.4.2019. http://www.kokemuskoulutus.fi/wp-content/uploads/2019/03/Kokemustoimintaverkosto_ABC-opas.pdf

Koponen, Salla, 2007. Artikkel: Aivovamman jälkeiset psykiatriset häiriöt ja niiden hoito s. 1221-1227. <https://www.ebm-guidelines.com/xmedia/duo/duo96487.pdf>

Mikkonen, Irja & Saarinen, Anja 2018. Vertaistuki sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tietosanoma Oy.

Munnukka, Terttu & Kiikkala, Irma & Valkama, Katri Nylynd 2005. Marianne & Yeung, Anne Birgitta (Toim.). Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. ”Vertaiset verkossa. Nettiäidit virtuaalihiekkalaatikolla.” Jyväskylä: Gummerrus kirjapaino Oy.

Nieminen, Ari 2014. Artikkel: Kokemustiedon määritelmä ja muodot – kohti uutta kokemuksen politiikkaa? Sivut 14-27 Viitattu 25.4.2019 <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522164353.pdf>

Noro, Aili 2005. Seppänen-Järvelä, Riitta (Toim.). Vertaismenetelmät kehittävän arvioinnin välineinä. ”Tunnusluku benchmarkig” Viitattu 10.5.2020 <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77163/vertaismenetelmat.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Nylynd, Marianne & Yeung, Anne Birgitta (Toim.) 2005. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Gummerrus kirjapaino Oy.

Paavilainen Eeva & Choustikova Julia 2019. s. 41-43 ”Läheisten ääni kuuluviin. ”Aivoitus 4/2019 https://www.aivovammaliitto.fi/wp-content/uploads/2020/01/Aivoitus-4_19.pdf

Tatu ry:n Palvelupolkumalli. Viitattu 19.3.2020. <https://www.palvelupolkumalli.fi/>

Toikko, Timo & Rantanen, Teemu. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Näkökulmia kehittämisprosessiin, osallistamiseen ja tiedon tuotantoon. 3. painos. Tampere: Tampereen Yliopistopaino - Juvenes Print.

- Palukka, Hannele & Tiilikka, Tiina & Auvinen, Petra 2019. Artikkel: ”Kokemusasiantuntija mielenterveys- ja päihdepalveluissa. Osallisuuden mahdollistaja vai osallistamispolitiikan väline?” Viitattu 4.5.2020 https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/116213/kokemusasiantuntija_sosiaali_2019.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Peltosalmi, Juha & Eronen, Anne & Litmanen, Tapio & Näättänen, Ari-Matti & Ruuskanen, Petri & Selander, Kirsikka. Järjestöjen toimintaedellytykset. Järjestöbarometri 2018. Kuopio: Grano Oy
- Pessi, Anne Birgitta, 2011. Artikkel: Vapaaehtoistoiminta – unelmia ja uhkakuvia systeemiälyn näkökulmasta. Kansalaisyhteiskunta 2 (2011), 174–214 Viitattu 11.2.2020. https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/51770/KY_2011-2_art_pesti.pdf;jsessionid=Do6DBB5E1CF5080CD7B1AE2072B079F3?sequence=1
- Pessi, Anne & Martela, Frank & Paakkanen, Miia (toim.) 2017. Myötätunnon mullistava voima. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Rissanen, Pekka & Parhiala, Kimmo & Hetemaa, Tiina & Kekkonen, Raimo & Knappe, Nina & Ridanpää, Hannele & Rintala, Eija & Sihvo, Sinikka & Suomela, Tuuli & Kannisto, Ritva. 2020. Sosiaali- ja terveyspalvelut Suomessa 2018: Asiantuntija-arvio. Viitattu 25.3.2020: http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/139289/URN_ISBN_978-952-343-474-5.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Rissanen, Päivi & Jurvansuu, Sari 2019. Artikkel: ”Haluan olla hyödyllinen ja aktiivinen yhteisön ja yhteiskunnan jäsen”. Vertais- ja kokemusasiantuntija-toiminnan suhde mielenterveys- ja päihdekuntoutujien hyvinvointiin. Viitattu 11.2.2020. https://tiedostot.a-klinikkasaatio.fi/Tietopuu Tutkimussarja 1-2019_Rissanen_ja_Jurvansuu.pdf
- Rissanen, Päivi & Puumalainen, Jouni 2016. Katsaus: Kokemuksen kautta osaamiseen: Vapaaehtoisuus, vertaisuus, kokemusasiantuntijuus.
- Seppänen-Järvelä, Riitta (Toim), Strömmer, Päivi, Noro, Aili 2005. Vertaismenetelmät kehittävän arvioinnin välineinä. <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77163/vertaismenetelmat.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sorri, Hannu 2005. Nylynd, Marianne & Yeung, Anne Birgitta (Toim.) Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. ”Elämän käänneet. Arvojen ja identiteetin muutokset.” Sivut 126-142. Jyväskylä: Gummerrus kirjapaino Oy.
- Soste, 2020. Sosiaali- ja terveysjärjestöt suomessa. Viitattu 2.2.2020 <https://www.soste.fi/sote-jarjestot/sosiaali-ja-terveysjarjestot-suomessa/>
- Soste, 2020. Sosiaali- ja terveysjärjestöt ovat keskeinen kansalais- ja vapaaehtoistoiminnan kenttä. Viitattu 4.3.2020. <https://www.soste.fi/sote-jarjestot/sosiaali-ja-terveysjarjestot-ovat-keskeinen-kansalais-ja-vapaaehtoistoiminnan-kentta/>

Soste, 2020. Kannanotto: ”Sote-uudistuksen lakeihin saatava selkeät kirjaukset sote-järjestöjen osalta” Viitattu 25.3.2020 https://www.soste.fi/wp-content/uploads/2020/02/Yhteiskannanotto_HALI_SOSTE_Kuntaliitto.pdf ja <https://www.soste.fi/uutinen/kannanotto-sote-uudistuksen-lakeihin-saatava-selkeat-kirjaukset-sote-jarjestojen-osalta/>

Strömmer, Päivi, Seppänen-Järvelä, Riitta (Toim.)2005. Vertaismenetelmät kehittävän arvioinnin välineinä. ”Vertailukehittäminen: Virtuaali kypärä nimeltä benchmarking. Viitattu 10.5.2020 <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77163/vertaismenetelmat.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Sutinen, Teija 9.3.2019 Helsingin Sanomat. ”Jättimäistä sote-uudistusta on tehty neljätoista vuotta, eikä loppua näy vielääkään” Maksullinen uutinen. Viitattu 25.3.2020: <https://www.hs.fi/politiikka/art-2000006029410.html>

Särkelä-Kukko Mona, 2014. Osallisuuden jäljissä julkaisussa: ”Osallisuuden eriarvoisuus ja eriarvoistuminen. Mistä puhumme, kun puhumme osallisuudesta?” Sivut 34-50. Viitattu 18.3.2020: <https://www.pksotu.fi/pksotu/wp-content/uploads/2018/02/oSallisuuden-jaljilla-verkkoversio-pakattuna-16052014.pdf>

Tatu ry. Viitattu 19.3.2020. <https://www.tatury.fi/>

Toikko Timo & Rantanen Teemu, 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Näkökulmia kehittämisprosessiin, osallistamiseen ja tiedon tuotantoon. Viitattu 17.3.2020: https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/100802/Toikko_Rantanen_Tutkimuksellinen_kehittamistoiminta.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Vainikka, Elisa, Harju, Auli. 2019. Artikkel. Anonyymien keskustelupalstojen julkisuus. Marginaaliin jääneiden vertaistukea ja yhteiskuntakritiikkiä. Viitattu 10.5.2020: https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/117416/Anonyymien_keskustelupalstojen_julkisuus_2019.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Virtanen Petri, 2007. Arviointi. Arviointitiedon luonne, tuottaminen ja hyödyntäminen. 1. Painos. ISBN 978-951-37-4612-4

Valtionvarainministeriö 2020. Saavutettavuus. Viitattu 25.3.2020: <https://vm.fi/saavutettavuusdirektiivi>

Wilenius Markku, 2015 Tulevaisuuskirja. Metodi seuraavan aikakauden ymmärtämiseen. Keuruu: Otavan Kirjapaino

LIITTEET

Liite 1, Swot-analyysi

SWOT-Analyysi

sisäiset

Vahvuudet

Heikkoudet

Ulkoinen ympäristö

Mahdollisuudet

Uhat

(Liite 2)

**Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoiminnan kehittämistyöpaja
8.2.2020 Tampere klo 12.00-16.30****Ilmoittautuminen tilaisuuteen tämän linkin kautta viimeistään 30.1.2020**<https://webropol.com/s/kehittamistyopaja>**Tilaisuus järjestetään:**

TAMPERE

Tervetuloa mukaan kehittämään Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoimintaa.

Kehittämistyöpajan tarkoituksena on **keskustella ja ideoida**, miten Aivovammaliitto voi kehittää vertaistuki- ja kokemustoimintaa kohderyhmän tarpeita paremmin huomiovaksi kokonaisuudeksi tulevaisuudessa. **Kehittämistyöpajassa työskennellään ryhmissä.**

Työpaja on osa Leena Koivusaaren Humanistisen Ammattikorkeakoulun yamk-opinnäytetyötä sekä Marge Miettisen JAMK Ammattikorkeakoulun kehittämistehtävää. Ryhmäkeskustelut tullaan äänittämään nauhurilla sekä jälkikäteen kirjoittamaan puhtaaksi. Myös tilaisuudessa tuotetut tekstit kirjoitetaan puhtaaksi. Työpajaan osallistujien yksityisyys säilytetään, joten kaikki tekstit tehdään tarvittaessa tunnistamattomaksi.

Tietoa kehittämistyötä varten on kerätty vertaamalla Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoimintaa kolmen muun valtakunnallisen järjestön toimintaan. Lisäksi vertaistuki- ja kokemustojen osallistujille on tehty kysely. Muun muassa näiden selvitysten pohjalta olemme luoneet esityksen miltä Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoiminta **nyt näyttää**.

Kehittämispäivässä **haluamme saada teiltä ideoita** siitä, millaista **Aivovammaliiton vertaistuki- ja kokemustoiminta tulevaisuudessa on**.

Mukaan kehittämistyöpajaan mahtuu 20 osallistujaa. Paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä. Aivovammaliitto tarjoaa kehittämispäivän osallistujille lounaan, kokouskahvit ja pientä purtavaa. Osallistujien matkat korvataan halvimman julkisen kulkuneuvon mukaan.

Lisätietoa tilaisuudesta saat:

Elina Perttula
Järjestösuunnittelija
Aivovammaliitto ry
p. 050 306 4181
elina.perttula@aivovammaliitto.fi

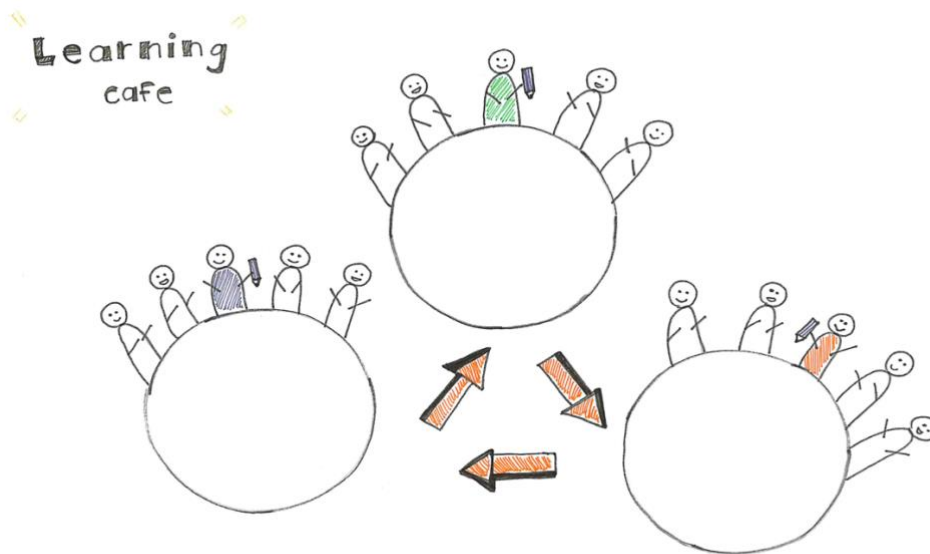
tai
Leena Koivusaari
leena.koivusaari@humak.fi

(Liite 3)

Learning café – oppimiskahvila

1. Kolme pöytää, joissa jokaisessa **eri väite tai aihe, josta keskustellaan**
2. Jokaisessa pöydässä on **kirjuri eli kahvilan pitäjä**, joka kirjoittaa ja tekee apukysymyksiä
3. Pöydissä keskustellaan, kuunnellaan ja kysytään **jokaisen ryhmäläisen** mielipide asiaan.
4. Jokaiseen pöytään on varattu n. 7-15 minuuttia aikaa, jonka jälkeen **kaikki** kirjuria lukuun ottamatta vaihtavat pöytää.
5. Uudessa pöydässä **kirjuri eli kahvilan pitäjä** esittelee mitä pöydässä on jo keskusteltu.
6. Oppimiskahvila päättyy siihen, kun **jokainen ihminen**, kirjuria luukuunottamatta on kiertänyt pöydät.
7. Lopuksi käydään yhteisesti läpi jokaisen pöydän keskustelut ja **kirjurit** voivat toimia esittelijöinä.

(Haukijärvi, Kangas, Knuuttila, Leino-Richert & Teirasvuori 2014, 37-40)



(Kuva 1. Learning café – menetelmä. Kuva Pihla Putkonen)

Liite 3, Mielikuvamalli benchmarkkauksen jälkeen

Aivovammaliitto ry	
10 jäsenyhdistystä, joissa 20 toimintaryhmää. Toimivat vapaaehtoisesti	
Kaksi suunnittelijaa	
Toiminta on vapaaehtoistoimintaa (Käsitteen avaaminen)	
Arvot ja toiminnan periaatteet	
Kokemustoiminta	Vertaistukitoiminta
1. Perus- ja jatkokoulutukset	1. Perus- ja jatkokoulutukset
2. Viestintä	2. Matalan kynnyksen vertaistuki- ja kokemustoiminta
3. Vapaaehtoisten tukeminen Toiminnanohjaus, Virkistys- ja verkostopäivät	3. Vapaaehtoisten tukeminen Toiminnanohjaus, Virkistys- ja verkostopäivät
4. Verkostoyhteistyö	4. Verkostoyhteistyö
5. Jäsenyhdistyksien vertaistuki- ja kokemustoiminnan toiminnan tuki (toiminnan startti-illat, oppaat, mainokset, muu)	
6. Kehittämistyö, Arviointi (Osallisuus)	
7. Rekisteri vapaaehtoistoimijoille (Voi olla osa jäsenrekisteriä)	