

VAPAAEHTOISTOIMINTA ON KANSALAIKKEUS

Erityisryhmien motiivit tuetussa vapaaehtoistoiminnassa

Tiivistelmä

Tekijä(t) Lehikoinen Nina	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK Sivumäärä 33+1	Valmistumisaika Syksy 2020
Työn nimi VAPAAEHTOISTOIMINTA ON KANSALAIKKEUS Erityisryhmien motiivit tuetussa vapaaehtoistoiminnassa		
Tutkinto Sosionomi (AMK)		
Tiivistelmä <p>Opinnäytetyössä selvitettiin Lahden Diakonialaitoksen tuettuun vapaaehtoistoimintaan osallistuneiden erityistä tukea tarvitsevien vapaaehtoistojien motiiveja toimintaan osallistumiselle. Tällä oli tarkoitus lisätä edellytyksiä tuettuun vapaaehtoistoimintaan ja siten vahvistaa toiminnan mielekkyyttä vapaaehtoistojien näkökulmasta. Vapaaehtoistoiminnan tarjonnan kohdatessa vapaaehtoistojien osaamisen ja tarpeet, toteutuu jokaisen oikeus mielekkääseen vapaaehtoistyöhön.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin laadullisin tutkimusmenetelmin. Viittä vapaaehtoistojaa haastatettiin puhelimitse toteutetuun lomakekyselyin. Aineistot analysoitiin teorialähtöisesti. Haastatteluiden perusteella löydettiin 135 vapaaehtoisuuttaan liittyvää tekijää. Nämä motivaatiotekijät saatiin jaoteltua teorialähtöisen sisällönanalyysin mukaisesti kahdeksaan motivaatioääripäähän sekä kahteen välimotiiviin. Nämä motivaatioääripäät kuvaavat vapaaehtoistoiminnan itsestään poispäin suuntautuneisuutta – itse suuntautuneisuutta. Löydetyt motivaatiotekijät ja kautuivat tasaisesti vapaaehtoistoiminnan ulospäin suuntautuneisuuden sekä sisäisen pohdiskelun ja itselle saamisen kesken.</p> <p>Tuettuun vapaaehtoistoimintaan osallistuneiden vapaaehtoistojien todettiin hakevan vapaaehtoistoiminnasta yhtä aikaa sosiaalisuutta, uusia toimintoja ja toisille antamista sekä tuttuutta, pohdintaa ja itselleen saamista. Vapaaehtoistojien todettiin olevan pääasiassa sisäisesti motivoituneita toimintaan. Työntekijöiltä saadun tuen merkitys nousi esiin kaikkien haastateltujen kohdalla.</p>		
Asiasanat tuettu vapaaehtoistoiminta, erityisryhmät, motivaatio, perustarpeet		

Abstract

Author(s) Lehikoinen Nina	Type of publication Bachelor's thesis	Published Autumn 2020
	Number of pages 33+1	
Title of publication VOLUNTEERING IS CIVIL RIGHT Special groups motivation in supported volunteering		
Name of Degree Bachelor of Social Services		
Abstract <p>The purpose of the thesis was to clarify motives of the persons who has participated in supported volunteering in Lahti Deaconess Institute's. The aim was to increase preconditions of supported volunteering and in this way strengthen meaningfulness in the perspective of volunteers. When the selection meets the know-how and the needs, everyone's right for meaningful volunteer work will be realized.</p> <p>Thesis was implemented by qualitative research methods. Five of the volunteers were interviewed form inquiry which was made by the phone. The material was analyzed by theory-based content analysis. Based on the interviews, 135 factors related to voluntary motivation were found. These motivational factors were divided according to theory-based content analysis into eight motivational extremes and two intermediate motives. These motivational extremes describe the outgoing-orientation – self-orientation of volunteering. Motive factors which was founded divided equally between the outward orientation of volunteering and internal reflection and self-acceptance.</p> <p>Volunteers who participated in supported volunteering were found to be simultaneously seeking sociality, new activities and giving to others, as well as acquaintance, reflection and self-reliance. Volunteers were found to be mainly internally motivated. The importance of support from the employees was highlighted for all the interviewees.</p>		
Keywords supported volunteering, special groups, motivation, basic needs		

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	VAPAAEHTOISTOIMINTA	2
2.1	Vapaaehtoistoiminnan määrittelyä	2
2.2	Tuettu vapaaehtoistoiminta	2
2.3	Motivaatio vapaaehtoistoiminnassa	3
2.4	Vapaaehtoismotivaation timanttimalli	5
3	TARVE OSALLISTUA JA VAIKUTTAA	8
3.1	Aktiivisen kansalaisuuden toteutuminen	8
3.2	Psykologiset perustarpeet	9
4	TARCOITUS JA TAVOITE	11
5	TILAAJAN ESITTELY	12
5.1	Lahden Diakonialaitos	12
5.2	Tukea vapaaehtoisuuteen -hanke	12
6	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN	14
6.1	Laadullinen tutkimusmenetelmä	14
6.2	Aineistonkeruu	14
6.3	Haastatteluiden toteuttaminen	16
6.4	Aineiston analysointi	17
6.5	Luotettavuus ja eettisyys	20
7	TULOKSET	22
7.1	Tulosten jakautuminen timanttimallin pohjalle	22
7.2	Saaminen – Antaminen ulottuvuus	23
7.3	Jatkuvuus – Uuden etsintä	23
7.4	Etäisyys – Läheisyys	24
7.5	Pohdinta – Toiminta	25
8	JOHTOPÄÄTÖKSET	26
9	POHDINTA	29
	LÄHTEET	30
	LIITTEET	34

1 JOHDANTO

Vapaaehtoistoiminta nähdään kansalaisoikeutena, eli jokaisella ihmisellä tulisi olla mahdollisuus osallistua vapaaehtoistoimintaan riippumatta esimerkiksi terveydentilasta, kieli- taidosta tai elämäntilanteesta (Laimio 2017, 4). Marjovuori (2014, 30) nostaa väitöstudiumuksessaan esiin vapaaehtoistoiminnan merkityksiä osallistujille Suomessa tehtyjen vapaaehtoistoimintaa koskevien tutkimusten perusteella. Vapaaehtoistoiminnan on hänen mukaansa tutkittu esimerkiksi nostavan hyvinvoinnin tasoa ja itsetuntoa sekä vaikuttavan syrjäytymisen ehkäisyyn ja antavan mahdollisuuden vertaistukeen. Tukea vapaaehtoisuuteen tarvitsevien näkökulmasta toimintaan osalliseksi pääseminen voi Laimion (2017, 4-5) mukaan olla keino päästä kiinnittymään yhteiskuntaan, edistää maahanmuuttajan kotoutumista, tukea kuntoutumista tai olla väylänä työllistymiselle. Vapaaehtoistoiminnan voidaan siis todeta olevan merkityksellistä myös yhteiskunnallisesta näkökulmasta unohtamatta heitä, joiden arkea vapaaehtoistoiminnan voimin pyritään parantamaan. Tuetusta vapaaehtoistoiminnasta tietoa etsiessä kävi ilmi, että Suomessa tällaista toimintaa on viime vuosina vasta lähdetty kehittämään erilaisten hankkeiden puitteissa. Tuettua vapaaehtoistoimintaa koskevia julkaisujakin on löydettävissä vähänlaisesti.

Laimion ja Välimäen (2011, 20) mukaan vapaaehtoistoimintaan sitoutumista edistää se, että vapaaehtoinen tunnistaa omat motiivinsa. Vapaaehtoisten motiivien selvittäminen edesauttaa löytämään vapaaehtoisille sellaisia tehtäviä, joissa he viihtyvät ja joihin he haluavat panostaa (Kaila 2014, 63). Willbergin (2015, 11) mukaan vapaaehtoistoimintaa voidaan kokea väsyttävänä, mikäli vapaaehtoisuus ei anna tekijälleen mitään. Mielekkään ja sopivan tehtävän löytäminen on siis erittäin arvokasta. Tukea vapaaehtoisuuteen -hankkeen työntekijät toivat esiin motiivien tutkimisen tärkeyttä siitä näkökulmasta, että toimintaa voitaisiin vielä entistä paremmin kohdentaa ja näin ollen vaikuttaa toiminnan mielekkyyteen. Diakonialaitoksen näkökulmasta tätä selvitystyötä voidaan hyödyntää mahdollisesti myös hankkeen jatkon hakemisen arvioinnissa.

Opinnäytetyön tarkoituksena on lisätä edellytyksiä tuettuun vapaaehtoistoimintaan ja siten vahvistaa toiminnan mielekkyyttä erityistä tukea tarvitsevien vapaaehtoistoimijoiden näkökulmasta Lahden Diakonialaitoksen tukea vapaaehtoisuuteen -hankkeessa. Vapaaehtoistoimintaa on mahdollista muokata vapaaehtoistoimijoiden osaamista ja tarpeita vastaavaksi, niin että vapaaehtoistoiminnan lähtökohdat jokaisen oikeudesta tehdä itselleen mielekkästä ja sopivaa vapaaehtoistyötä toteutuisivat (Ansio 2017, 8). Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää, millaisia motiiveja Lahden Diakonialaitoksen tuettuun vapaaehtoistoimintaan osallistuneilla erityistä tukea tarvitsevilla vapaaehtoistoimijoilla on.

2 VAPAAEHTOISTOIMINTA

2.1 Vapaaehtoistoiminnan määrittelyä

Nylundin ja Yeungin (2005, 15) mukaan vapaaehtoistoiminta perustuu nimensä mukaisesti vapaasta tahdosta kumpuavaan tarpeeseen päästä osallistumaan yleishyödylliseen toimintaan, jota tehdään palkattomasti, ja useimmiten toiminta on käytännössä organisoitu erilaisien tahojen avustuksella. Vapaaehtoistoiminta voidaan nähdä myös merkinä halusta osallistua ja vaikuttaa (Laimio & Välimäki 2011, 10). Vapaaehtoistoiminnan ilmiöstä on aikojen saatossa, yhteiskunnan muuttuessa käytetty erilaisia ilmauksia, kuten talkootyö, armeliaisuus, vapaahuoltotyö, hyväntekeväisyys ja viime vuosi kymmeninä vapaaehtoistoiminta, vapaaehtoisuus ja vapaaehtoistyö (Jaakkola, 1991; Markkola, 2005, Nylundin & Yeungin 2005, 14 mukaan). Laimio ja Välimäki (2011, 11) nostavat esiin myös tukihenkilötoiminnan ja lähimmäispalvelun vapaaehtoistoimintaa kuvaavina ilmauksina. Edellä mainitut ilmaukset kertovat kukin omasta ajastaan: silloisesta yhteiskunnasta, mutta toisaalta ilmausten moninaisuus kuvastaa vapaaehtoistoiminnan moninaisuutta (Nylund & Yeung 2005, 15).

Sipola (2019, 5-6) viittaa tutkielmassaan Salomonin (2017) kollegoineen tekemään tutkimukseen vapaaehtoistoiminnasta. Vapaaehtoistoimintaa on tutkittu 41 maassa, Suomi mukaan luettuna. Tutkimuksessa on muun muassa selvitetty työikäisten osallisuutta vapaaehtoistoimintaan, suomalaisista tämä osuus oli noin 54 prosenttia. Vapaaehtoisuuteen ja vertaistukeen perustuvaa toimintaa yhdistää auttaminen, mutta erottaa se, että vapaaehtoistoiminnassa auttaminen perustuu erilaisista lähtökohdista tulevien ihmisten kohtaamiseen ja vertaistoiminnassa puolestaan saman kokeneiden kohtaamisiin (Hokkanen 2003, Nylundin & Yeungin 2005, 14-15 mukaan). Nylundin ja Yeungin (2005, 15) mukaan vapaaehtoistoiminnan voidaan nähdä tarjoavan pysähdys- ja levähdyspaikka erilaisia elämänvaiheita ja elämäntilanteita eläville henkilöille.

Kalmari (2018, 6) toteaa vapaaehtoistoiminta nyt ja tulevaisuudessa julkaisun avaussanoissa, että ilman vapaaehtoistoimintaa yhteinen Suomemme voisi olla moninkertaisesti karumpi paikka elää. Samassa yhteydessä hän toi esiin vapaaehtoistoiminnan rahallisen arvon olleen vuonna 2018 Suomessa kuusi miljardia euroa. Yritysetiikkaan perehtynyt tutkija Anne Seppänen toteaa, että vapaaehtoistyöllä voidaan paikata sellaisia tarpeita, joita viranomaistyöllä ei tavoiteta (Mäkilä 2018).

2.2 Tuettu vapaaehtoistoiminta

Tuettu vapaaehtoistoiminta mahdollistaa vapaaehtoistoimintaan osallistumisen myös heille, jotka tarvitsevat enemmän perehdytystä, apua ja neuvoja kuin muut (Ansio 2017,

7). Tällaista tukea voi olla esimerkiksi se, että kokeneempi vapaaehtoinen kulkee rinnalla tai työntekijä pyrkii madaltamaan kynnystä yksilöllisten, tunnistettujen tarpeiden mukaan, jotta vapaaehtoiseksi haluavalle syntyy mahdollisuus olla mukana toiminnassa omilla edellytyksillään. Näin toimimalla voidaan edistää esimerkiksi maahanmuuttajan kotoutumista, pitkäaikaissairaahan kuntoutumista tai työttömän työllistymistä. Tuettu vapaaehtoistoiminta voi tarjota keinon yhteiskuntaan kiinnittymiselle silloin, kun työtä ei ole. (Laimio 2017, 4-5.) Tuetussa vapaaehtoistoiminnassa syntyy myös keino muuttaa rooleja, yleensä avun kohteena olleesta voi tulla auttaja. Tällöin toimintaa voidaan kutsua myös esteettömäksi. (Ansio 2017, 7-9.)

Brunoun (2020, 9) mukaan tuetun vapaaehtoistoiminnan käsitettä on yleisesti käytetty vasta muutamia vuosia. Tuetun vapaaehtoistoiminnan kaltaiseen toimintaan voidaan mielestäni nähdä pyrittävän puhuttaessa vapaaehtoistyön inklusiivisuuden lisäämisestä. Rochester, Payne, & Howlett (2010, 190-197) ovat tutkimuksessaan huomanneet, että on tiettyjä ryhmiä, jotka ovat aliedustettuina vapaaehtoistoiminnassa. He ovat painottaneet inklusiivisuuden lisäämistä osana tutkimustaan. Rochester kollegoineen viittaa aikaisempaan tutkimukseen, jonka mukaan esteitä vapaaehtoistoimintaan osallistumiselle ovat esimerkiksi byrokraattisuus, huoli riskeistä tai vastuusta, puuttuva tieto toimintaan mukaan pääsemisestä, kokemuksen tai taitojen puute, pelko siitä, miten tulee muiden kanssa toimeen, sairaus, vamma tai vanhuus. Tutkimukseen osallistuneet eivät olleet viimeisen vuoden aikana osallistuneet vapaaehtoistoimintaan, mutta olisivat halukkaita aloittamaan. Keinoja inklusion edistämiseksi on Rochesterin ym. (2010, 201-204) mukaan tunnistaa aliedustettujen kohderyhmä tarpeineen sekä huolehtia siitä, että vapaaehtoistoiminnan mahdollisuudet vastaavat vapaaehtoisten toiveisiin ja tarpeisiin eikä päinvastoin organisaatiolähtöisesti.

2.3 Motivaatio vapaaehtoistoiminnassa

Motivaatiota on tutkittu paljon, ja siihen liittyviä teorioita on runsaasti. Tunnetuimpia motivaatioteorioita lienee Maslowin tarvehierarkia, jossa seuraavat tarpeet: fysiologiset, turvallisuuden, yhteenkuuluvuuden, itsensä kunnioittamisen ja itsensä toteuttamisen tarve muodostavat tarvehierarkian (Nurmi & Salmela-Aro 2017, Johdanto). Yeung (2005a, 86) on sitä mieltä, että vapaaehtoistutkimuksen näkökulmasta motivaatiotekijöiden luokittelun ei tulisi sisältää hierarkisuutta, vaan ajatuksen siitä, että ihmisten motivaatiota ohjaavat useat samanaikaiset päämäärät. Hänen mukaansa siis motivaation määrä kasvaa, mitä enemmän syitä toimintaan osallistumiselle on.

Motivaatiot vapaaehtoistoimintaan osallistumiseen vaihtelevat. Vapaaehtoistoiminnan tulisi mukautua vastaamaan vapaaehtoisten tarpeita, osaamista ja motivaatiota suhteessa

avuntarvitsijoiden tarpeisiin. Erilaisia motiiveja toimintaan osallistumiselle ovat esimerkiksi sosiaalisten verkostojen luominen, eettiset lähtökohdat sekä uuden oppiminen. Toimintaa muokattaessa tulisi vapaaehtoistoiminnan ydinajatuksen kuitenkin säilyä. (Kumpula 2018, 98-99.) Yeungin (2005b,109) vapaaehtoistoiminnan motiivitutkimuksessa antamista ja saamista koskevat motiivielementit kattoivat kolmasosan hänen käyttämästään aineistosta. Nelimarkka (2019, 39) on pro gradussaan tutkinut vapaaehtoistyön motiiveja käyttäen pohjanaan tutkimukselleen Yeungin timanttimalia. Myös hän on tutkimuksessaan todennut antamiseen ja saamiseen liittyvien motiivien keränneen eniten motiivielementtejä.

Martelan ja Jarenkon (2014, 16) mukaan tunnistamalla motivaatiotekijöitä ihmisen toiminnan taustalla voidaan vaikuttaa ihmisen hyvinvointiin ja terveyteen sekä toiminnan tehokkuuteen ja tuottavuuteen. Motiivit tunnistamalla voidaan vaikuttaa vapaaehtoisen tehtävien valintaan, hänen saamaansa ohjaukseen ja tukeen sekä palkitsemiseen (Laimio & Välimäki 2011, 22). Palkitsemisella voi olla merkitystä vapaaehtoisen motivaation säilymisen ja kehittymisen sekä sitoutumisen kannalta. Palkitsemisen tulisi olla sisäistä motivaatiota tukevaa, esimerkiksi jos vapaaehtoista motivoi itsensä kehittäminen, palkintona voisi olla lisäkoulutus. Jotta palkitseminen toimii toivotusti, sisäistä motivaatiota tukevasti on oltava perillä vapaaehtoistoimijan motiiveista. (Laimio & Välimäki 2011, 50.)

Sisäinen ja ulkoinen motivaatio

60- ja 70-luvun vaihteessa Edward Deci lähti tutkimaan teoriaansa sisäisestä ja ulkoisesta motivaatiosta. Vuonna 1980 Deci sai tutkijaparikseen Richard Ryanin, jonka kanssa he päättivät yhdessä luoda itseohjautuvuusteorian. Itseohjautuvuusteorian johtoajatuksina ovat sisäinen ja ulkoinen motivaatio sekä psykologiset perustarpeet. (Martela 2015, luvussa Hylkää Maslow – Eli miten neljä psykologista perustarvetta löydettiin.)

Sisäisesti motivoitunut ihminen motivoituu tekemiseensä, jos toiminta on kiinnostavaa, mielihyvää tuottavaa ja omien arvojen mukaista. Olennaista sisäisessä motivaatiossa on se, ettei ulkoinen palkinto toimi houkuttimena. (Vasalampi 2017, luvussa itsemääräämisteoriat.) Sisäisesti motivoitunut ihminen on toiminnassaan tuotteliaampi ja tehokkaampi, ja sen lisäksi toiminta on hyödyllisempää ihmisen oman terveyden ja hyvinvoinnin kannalta (Martela & Jarenko 2014, 16). Ulkoisesti motivoitunut sen sijaan pyrkii tavoitteeseensa esimerkiksi muiden ihmisten, ulkoisten palkkioiden, syyllisyyden tai ahdistuksen välttämisen vuoksi. Vasalampi viittaa aikaisempiin tutkimuksiin, joiden mukaan ulkoisesti motivoituneen ihmisen on todettu vastoinkäymisiä kohdatessaan helposti luopuvan tavoitteistaan. Ulkoisen motivaation johdolla toimiminen saattaa hänen mukaansa myös heikentää hyvinvointia. (Vasalampi 2017, luvussa itsemääräämisteoriat.) Ulkoisen ja sisäisen motivaation ominaisuuksien vastakkainasettelua Martelan & Jarenkon mukaan on esitettyä alla

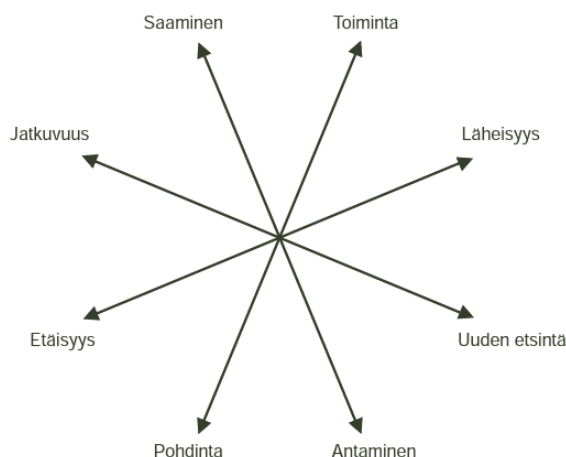
(taulukko 1). Martelan mukaan sisäisen ja ulkoisen motivaation ero on asteittainen ja liukuva. Valtaosa toiminnastamme on hänen mukaansa sekoitus molempia, esimerkiksi työ motivoi sisäisesti tarjoamalla mahdollisuuden toteuttaa itseään ja ulkoisesti palkan kautta. Martela viittaa Deciin, jonka mukaan ihmisen sisäinen polte jollekin tekemiselle voisi jopa hiipua ulkoisista palkkioista tai rangaistuksista. (Martela 2015, luvussa Hylkää Maslow – Eli miten neljä psykologista perustarvetta löydettiin.)

Taulukko 1. Sisäisen ja ulkoisen motivaation ominaisuuksia (Martela & Jarenko 2014, 14)

Ulkoinen motivaatio	Sisäinen motivaatio
Reaktiivista	Proaktiivista
Ulkoiset palkkiot ja rangaistukset	Sisäinen innostus tekemiseen
Kaventaa näkökulmaa	Laajentaa näkökulmaa
Negatiiviselta suojautuminen	Positiiviseen etsiytyminen
Kuluttavaa	Energisoivaa
Ihminen työntää itseään kohti	Tekeminen vetää puoleensa
"Keppi ja porkkana"	"Leikki"

2.4 Vapaaehtoisuuden timanttimalli

Yeung on tutkinut vapaaehtoistoimintaa väitöstyönsä 2004, tässä tutkimuksessa hän on halunnut hahmottaa vapaaehtoisuutta syvemmin ja kokemuksellisemmin ilmiötasolla (Yeung 2004). Tutkimukseensa Yeung haastatteli 18 evankelisluterilaisen kirkon vapaaehtoistoimijaa fenomenologisten ihanteiden mukaisesti teemahaastatteluita menetelmänään käyttäen, ja myös haastatteluiden analysointi tapahtui fenomenologisin menetelmin (Yeung 2005a, 91-92). Analyysi tuotti 767 vapaaehtoisuuden elementtiä. Yeung loi teemoja, joilla kuvata elementtien yhteistä olemusta ja ilmaista niiden sisältöä abstraktimmin. Lopulta Yeung päätyi neljään ulottuvuuteen, eli kahdeksaan ääripäähän, jotka hän asetti nk. timanttimalliin (kuvio 1). Nämä ulottuvuudet olivat: saaminen – antaminen, jatkuvuus – uuden etsintä, etäisyys – läheisyys, ja pohdinta – toiminta. (Yeung 2005a, 95.)



Kuvio 1. Vapaaehtoismotivaation timanttimali (Yeung 2005b, 107)

Timantissa oikealle osoittavat nuolet, toiminta, läheisyys, uuden etsintä ja antaminen, kuvastavat vapaaehtoistoiminnan motivaation ulospäin suuntautunutta eli itsestä poispäin suuntautunutta ääripäätä. Vasemmalle osoittavat nuolet, saaminen, jatkuvuus, etäisyys ja pohdinta, sen sijaan kuvaavat vapaaehtoistoimijaan itseensä suuntautunutta ääripäätä. Yeung on erityisesti halunnut korostaa, etteivät nämä ääripäät, itseän päin – itsestä poispäin metaulottuvuudet ole arvo asetelmia, toinen ei vapaaehtoistoiminnan kannalta ole toista parempi. (Yeung 2005b, 108.)

Saaminen - Antaminen

Tämä ulottuvuus kuvaa, mitä vapaaehtoisuus antaa vapaaehtoiselle, millaisia motiiveja auttamiseen ja antamiseen liittyy. Itselle saamisen antoisuuteen liittyen Yeung muodosti seuraavat motivaatioteemat: itsensä toteuttamisen mahdollisuudet, henkilökohtaisen hyvinvoinnin edistäminen, toimintamuotojen palkitsevuus, emotionaaliset palkinnot, ryhti ajankäyttöön ja työkokemuksen saaminen. Antamiseen liittyvät motivaatioteemat ovat: motivaatio autettavien erityistarpeisiin, halu auttaa, altruistiset luonteenpiirteet, halu levittää auttamishalua, vastavuoroisen tuen tarjoaminen ja elämäkokemukset auttamisessa. Näiden kahden ulottuvuuden väliin paikantuivat: keskinäisen avun, hyvän mielen, antamisen kautta saamisen ja henkilökohtaisen kasvun motivaatioteemat. (Yeung 2005b, 109-112.)

Jatkuvuus – Uuden etsintä

Tämä ulottuvuus ilmentää sitä millä tavoin vapaaehtoismotivaatio kytkeytyy jatkuvuuteen ja tuttuuteen tai uuden tavoitteluun elämässä. Motiivielementeissä vaihtelevat sellaiset

tekijät, joita on alun perin lähdetty etsimään, odottamatta ja yllätyksenä tulleet elementit sekä odotukset tulevaisuudelle vapaaehtoistoiminnassa. Jatkuvuuteen liittyviä motivaatio- teemoja olivat aihepiirin tuttuus, positiiviset kokemukset, muistot aiemmasta vapaaehtois- toiminnasta, elämäntilanteen toteuttaminen, palkkatyön jatke sekä oman jaksami- sen ylläpitäminen. Uutuuteen liittyviä motivaatio- teemoja ovat uuden asian kiinnostavuus, vastapaino omalle elämäntilanteelle, elämäntilanteen laajentaminen, uuden oppiminen ja hen- kilökohtainen muutos. (Yeung 2005b, 112-113.)

Etäisyys – Läheisyys

Etäisyys – Läheisyys ulottuvuus tuo esiin sosiaalisten kontaktien merkityksen vapaaeh- toismotivaatiossa. Etäisyyden motivaatioelementtejä ovat toiminnan joustavuus, epäbyro- kraattinen ilmapiiri ja etäisyys muihin ihmisiin. Läheisyyden elementtejä ovat ryhmään kuulumi- sen tarve, uusien ihmisten tapaaminen, yhteishenkisyys, sanallisen vuorovaiku- tuksen merkitykset, toiminnan sosiaalisuus itsessään ja kanava sosiaalisen vuorovaiku- tuksen edistämiseen. (Yeung 2005b, 113-115.)

Pohdinta – Toiminta

Pohdinta - toiminta ulottuvuus nostaa esiin vapaaehtoistoiminnan tekojen puolen sekä pohtivan puolen eli esimerkiksi arvot ja aatokset. Pohdintaan liittyviä motivaatio- teemoja ovat arvot toiminnan taustalla, roolimallit, henkinen kasvu sekä henkilökohtaisten asioiden läpikäyminen. Toiminnan puolelta esiin nousivat seuraavat motivaatio- teemat: vapaa-ajan täyttäminen, toiminnallisuus vapaaehtoistoiminnassa sekä tapa, jolla toimintamuodot ovat organisoitu. Näiden ulottuvuuksien väliin asetui neljä motivaatio- teemaa, joita olivat arvo- jen toteuttaminen toiminnassa, kanava evankelioimiseen, hengellisenä välikappaleena toi- minen ja toimintamuotojen hengellisyys. (Yeung 2005b, 116-117.)

3 TARVE OSALLISTUA JA VAIKUTTAA

3.1 Aktiivisen kansalaisuuden toteutuminen

Harjun (2005, 67-68) mukaan ihmisen kansalaisuus toteutuu ihmisen suuntautuessa itsestä ja kotipiiristä ulospäin. Kansalaisena toimimisen ja vaikuttamisen paikkoja on useita, kuten omissa lähiyhteisöissä, yhdistyksissä seurakunnissa ja ammattiyhdistyksissä. Esimerkiksi näissä paikoissa voi toteuttaa omaa kansalaisuuttaan osallistumalla ja vaikuttamalla. Kun puhutaan aktiivisesta kansalaisuudesta, tarkoitetaan sillä kaikenlaista osallistumista, toimintaa ja vaikuttamista niin yksityis-, kuin työelämässä, järjestöissä ja laajemmin yhteiskunnassa. Harju on määrittänyt aktiivisen kansalaisuuden tarkoittavan identiteettiä, osallistumista, kohtaamista ja välittämistä.

Identiteetti

Identiteettiin kuuluvat arvot, joiden mukaan ihminen elämäänsä elää. Ilman oman arvo maailman tiedostamista ihminen ei tiedä, mitä haluaa, ja silloin myöskään aktiivisena kansalaisena toimiminen ei voi toteutua. Ihmisen tulee tiedostaa arvonsa, jotta hänellä olisi tarve tavoitella yhteistä hyvää ja toimia erilaisissa vaikuttamisympäristöissä. Identiteetti auttaa ihmistä hahmottamaan paikkansa yhteisöissä ja yhteiskunnassa, luo pohjan aktiivisena kansalaisena toimimiselle. (Harju 2005, 68.)

Osallistuminen

Osallistuminen on konkreettista mukana oloa erilaisissa sosiaalisissa aktiviteeteissa, kuten harrastustoiminnassa, yhteiskunnallisessa vaikuttamisessa esimerkiksi äänestämisen ja mielipiteen ilmaisun kautta. Vain osallistumalla ja vaikuttamalla voi ihminen kokea osallisuutta, johonkin kuulumista ja mukana olon tunnetta. Osallisuuden kokemus nähdään yhdeksi hyvän elämän perusedellytykseksi. Ihmisten ollessa sosiaalisia olentoja nähdään osallisuuden tarve yhdeksi ihmisenä olemisen tunnuspiirteeksi. (Harju 2005, 68-69.)

Kohtaaminen

Aktiivista kansalaisuutta synnyttää myös ihmisen kaipuu toisten ihmisten läheisyyteen ja keskusteluihin. Ihmisellä on tarve yhteisille kokemuksille ja niiden jakamiselle toisten kanssa. Identiteetissä ihmisen katse oli itseensä päin ja kohtaamisessa katse suuntautuu toisiin ihmisiin, luonteviin ja välittömiin kohtaamisiin erilaisissa tilanteissa. (Harju 2005, 69.)

Välittäminen

Kun ihminen kykenee huolehtimaan itsestään, sitä seuraa toisista välittäminen. Ihmissyhteisöissä hyvin voiminen vaatii ihmisten mielenkiintoa muita kohtaan. Välittämiseen liittyy empaattisuus, humanisuus ja sosiaalinen vastuu. Aktiivinen kansalaisuus vaatii toteutumukseen aitoa kiinnostusta kanssaihminen kohtaloista ja muiden hyvän elämän edellytyksistä. (Harju 2005, 69-70.)

3.2 Psykologiset perustarpeet

Professorit Edward Deci ja Richard Ryan näkivät aluksi 80-luvun alkupuolella psykologisia perustarpeita olevan vapaaehtoisuus ja kyvykkyys. Myöhemmin he näkivät, että myös läheisyys voisi olla inhimillinen perustarve. Tutkittuaan asiaa ja tulosten ollessa lupaavia lisättiin läheisyys vuonna 2000 kolmanneksi psykologiseksi perustarpeeksi. Useissa aikaisemmissa tutkimuksissa, joihin Martela viittaa, on todistettu, että ympäristöissä, jotka tukevat näitä psykologisia perustarpeita, kuten koulut ja työpaikat tuotetaan hyvinvointia, innostuneisuutta ja tasapainoisuutta. Tutkijatohtori Frank Martela on esittänyt Decille ja Ryanille, että on myös neljäs psykologinen perustarve, joka on hyväntekeminen. (Martela 2015, luvussa Hylkää Maslow – Eli miten neljä psykologista perustarvetta löydettiin.) Itsemääräämisteorian mukaan vapaaehtoisuuden, kyvykkyyden ja läheisyyden tarpeiden täytyessä ihmisen elämä tuntuu merkityksellisemmältä ja hyvinvointi sekä sisäinen motivaatio kasvavat. Martelan mukaan yhtälöstä puuttuu ihmisen halu vaikuttaa ympäristöönsä myönteisellä tavalla tekemällä hyvää. (Martela 2020, luvussa Saat sen mitä tavoittelet.)

Vapaaehtoisuus eli tarve autonomiaan

Autonomian toteutuminen merkitsee sitä, että ihmisellä on mahdollisuus tehdä valintansa itsenäisesti saavuttaakseen mieltymystensä mukaisen elämän. Esimerkiksi sellaisten asioiden tekeminen, joissa pääsee ilmaisemaan itseään edistää autonomian kokemuksen syntymistä. Autonomia on omalle persoonalle uskonnollisena pysymistä ulkoisen maailman paineissa. Jos tekemisiä kontrolloidaan tiukasti eikä yksilönvapaudelle ja itseilmaisulle jää tilaa, ihminen alkaa voida huonosti. (Martela 2020, luvussa Saat sen mitä tavoittelet.)

Kyvykkyys

Kyvykkyyden tarpeella tarkoitetaan tarvetta saada aikaan asioita ja tarvetta tuntee hallitsevansa, osaavansa tekemänsä asiat, tunne taidokkuudesta. Kyvykkyyteen liittyy myös oppiminen ja kehittyminen eli mahdollisuus kehittää itseään. Vahva kokemus omasta

kyvykkyydestä vahvistaa motivaatiota, suorituskykyä sekä hyvinvointia. (Martela 2015, luvussa Kyvykkyyden virtaus syntyy taitamisesta ja oppimisesta.)

Läheisyys

Läheisyyden tai yhteen kuulumisen tarve on muista välittämisen tarvetta sekä tarvetta olla myös välittämisen kohteena. Läheisyyden tarve voidaan nähdä yhteisöllisyyden kokemuksena. (Martela 2020, luvussa Saat sen mitä tavoittelet.)

Hyväntekeminen

Riippumatta hyvien tekojen pienuudesta tai suuruudesta ihminen tuntee itsensä merkitykselliseksi vaikuttamalla myönteisesti ympäristöönsä. Tutkimukset eivät ole vahvistaneet hyväntahtoisuutta vielä virallisesti neljänneksi psykologiseksi perustarpeeksi. Tutkimuksilla on pystytty kuitenkin osoittamaan hyväntekeemisen vaikutukset elämän merkityksellisuuden kokemuksen sekä hyvinvoinnin tunteen kannalta. (Martela 2020, luvussa Saat sen mitä tavoittelet.)

4 TARKOITUS JA TAVOITE

Opinnäytetyön tarkoituksena on lisätä edellytyksiä tuettuun vapaaehtoismintaan ja siten vahvistaa toiminnan mielekkyyttä erityistä tukea tarvitsevien vapaaehtoistojien näkökulmasta Lahden Diakonialaitoksen tukea vapaaehtoisuuteen -hankkeessa. Vapaaehtoistointa on mahdollista muokata vapaaehtoistojien osaamista ja tarpeita vastaavaksi, niin että vapaaehtoistoinnin lähtökohdat jokaisen oikeudesta tehdä itselleen mielekästä ja sopivaa vapaaehtoistyötä toteutuisivat (Ansio 2017, 8).

Opinnäytetyön tavoitteena on selvittää, millaisia motiiveja Lahden Diakonialaitoksen tuettuun vapaaehtoismintaan osallistuneilla erityistä tukea tarvitsevilla vapaaehtoistojilla on. Lisäksi tavoitteena on teorialähtöisen sisällönanalyysin avulla sijoittaa motivaatiotekijät vapaaehtoisuuden timanttimalliin (Yeung 2005b, 104-125).

Tutkimuskysymys on: mikä motivoi erityistä tukea tarvitsevia vapaaehtoistojia?

5 TILAAJAN ESITTELY

5.1 Lahden Diakonialaitos

Lahden diakonialaitoksen juuret ovat yli 150-vuoden takaa Viipurista, jolloin on perustettu Viipurin Diakonissalaitos katovuosien aikana ihmisten hyvinvointia turvaamaan. 1940-luvulla toiminta siirtyi Lahteen talvisodan pommitusten tuhottua Diakonissalaitoksen Viipurissa. (Lahden Diakonialaitos 2020a.) Lahden Diakoniasäätiö ylläpitää Lahden Diakonialaitosta, joka tarjoaa sosiaali- ja terveyspalveluita, hengellisiä palveluita ja diakoniaa sekä talous- ja tukipalveluita. Osakkuusyrittäjä Diakoniaopisto tarjoaa vielä lisäksi koulutus- ja työelämäpalveluita. (Lahden Diakonialaitos 2020b.) Lahden Diakonialaitoksen toimintaa ohjaa kristillinen arvopohja ja tärkeimmiksi arvoiksi Diakonialaitoksella luetaan lähimmäisenrakkaus, oikeudenmukaisuus ja jatkuvuus (Lahden Diakonialaitos 2020c).

Lahden Diakonialaitos tarjoaa palveluita ikääntyneille esimerkiksi palveluasumisen, seniori asuntojen sekä seniorikorttelin yhteisöllisen toiminnan kautta (Lahden Diakonialaitos 2020e). Perheille on Lahden Diakonialaitoksella tarjolla muun muassa arjen apua ja tukea Särö-vapaaehtoistoiminnan kautta, odottajille ja vauvaperheille tukea muuttuneeseen elämäntilanteeseen sekä päiväkotipalveluita (Lahden Diakonialaitos 2020f). Nuorille Lahden Diakonialaitokselta löytyy esimerkiksi nuorten sote-työpaja Stoori (Lahden Diakonialaitos 2020g). Lahden Diakonialaitos kehittää aktiivisesti uusia palveluita ja toimintoja ihmisten arjen helpottamiseksi ja hyvinvoinnin sekä osallisuuden edistämiseksi esimerkiksi erilaisien hankkeiden kautta. Diakonialaitoksella on kattava vapaaehtoistoiminnan valikoima, joka tarjoaa osallisuutta vapaaehtoisille ja hyvinvointia toiminnan kohteina oleville. (Lahden Diakonialaitos 2020h.)

5.2 Tukea vapaaehtoisuuteen -hanke

Tukea vapaaehtoisuuteen -hanke on STEA-rahoitteinen 2018 elokuussa käynnistynyt hanke. Hankkeelle on myönnetty rahoitus 2018-2021. Hankkeen tarkoituksena on tarjota kaikille tasavertainen mahdollisuus osallistua vapaaehtoistoimintaan. Hankkeen kohderyhmää ovat erityisryhmät ja elämässään murrostilannetta elävät henkilöt. Hanke toteutetaan Lahden Diakonialaitoksen Dilakorttelin toiminnoissa. (Lahden Diakonialaitos 2020d.)

Laimion ja Välimäen (2011,12) kuvauksen mukaisesti erityisryhmillä vapaaehtoistoiminnassa tarkoitetaan sellaisiin ryhmiin kuuluvia henkilöitä, jotka eivät voi jonkin oman toiminnan rajoitteensa vuoksi osallistua vapaaehtoistoimintaan. Tällaisia rajoituksia voivat olla esimerkiksi puutteellinen kielitaito maahanmuuttajilla, liikuntarajoitteisuus sairauden tai vamman vuoksi tai mielenterveysystistä johtuva epävakaus. Rochesterin ym. (2010, 191-

193) tutkimuksessa nähtiin vapaaehtoistoiminnasta pois jäävien ryhmiin kuuluvan esimerkiksi kehitysvammaiset, pitkäaikaissairaat, mielenterveyshäiriöitä sairastavat, he joilta puuttuu tutkintoon johtava koulutus, maahanmuuttajat, nuoret ja ikäihmiset. Tuetussa vapaaehtoistoiminnassa voi vapaaehtoisen mukana toimintaan tulla myös palkattu avustaja, joka tukee avustettavaansa vaikkapa kommunikoinnissa tai liikkumisessa.

Opinnäytetyön tavoitteena on selvittää vapaaehtoistoimijoiden henkilökohtaisia motiiveja toimintaan osallistumiselle. Haastateltavien vapaaehtoistoimintaan liittyvien kokemusten keräämiseen sopii laadullisiin tutkimusmenetelmiin kuuluva lomakehaastattelu. Lomakehaastatteluissa haastateltava voi yleensä vaikuttaa, missä järjestyksessä hän kysymyksiin vastaa, mutta tässä tapauksessa niin ei ollut, koska haastattelut toteutuivat puhelinhaastatteluina. Tässä opinnäytetyössä haluttiin taata kaikille haastateltaville samat kysymykset ja pitää kiinni kysymysten järjestyksestä, jotta kerätty tieto eri haastateltavilta olisi yhdenmukaista. Lomakekysely haluttiin toteuttaa haastattelun tapaan, koska sen ajateltiin olevan kohderyhmälle mielekkäämpi muoto osallistua kyselyyn. Koska toiveena oli saada kerättyä mahdollisimman kattavasti motivaatiota ilmentäviä ilmauksia, olisi kyselylomakkeesta tullut helposti liian pitkä. Puhelimitse toteutettava haastattelu valittiin suurelta osin opinnäytetyön tekemishetkellä vaikuttaneen koronaviruksen asettamien ihmisten kokoon-tumisrajoitusten vuoksi.

Kysymysten muodostaminen

Kysymysten muodostamisessa on syytä kiinnittää huomiota esimerkiksi sanamuotoihin, yksiselitteisyyteen ja johdattelevuuteen. Mitä henkilökohtaisempaa aihetta haastattelussa käsitellään sen pidempi lomake voi olla, kun taas aiheen ollessa haastateltaville yleisempi tulee lomakkeen olla lyhyempi. (Valli 2018, luvussa Aineistonkeruu kyselylomakkeella.) Vilkan (2005, 105-110) mukaan myös siihen tulisi kiinnittää huomiota, ettei kysymyksissä olisi sellaisia kysymyksiä, joihin on mahdollista vastata kyllä tai ei. Laajempia vastauksia on hänen mukaansa mahdollista saada käyttämällä kysymyksissä mitä, miten, millainen tai miksi aloituksia tai voidaan pyytää esimerkiksi kuvailemaan jotakin tilannetta. Kysymyksissä tulisi kysyä vain yhtä asiasisältöä kerrallaan ja välttää sellaisia sanoja, jotka arvottavat kysymystä. Lomakehaastattelussa taustatietoja ei tulisi kysyä kovin laajasti, jotta haastateltavan motiivi varsinaisiin kysymyksiin vastaamiseen säilyy. Taustatietojen kysyminen voi kuitenkin auttaa haastattelijaa ymmärtämään haastateltavan viitekehystä, millaista taustaa vasten haastateltava asioita kuvaa. Tutkimuskysymys säätele sitä, millaisista taustatiedoista on apua opinnäytetyön kannalta.

Kyselylomakkeen kysymykset (Liite 2) muodostettiin käyttäen apuna Brunoun (2020, 16-36) tuetun vapaaehtoistoiminnan toimintamallin vaiheita. Tavoitteena oli päästä käsittelemään mahdollisimman laajasti vapaaehtoistoimintaan liittyviä kokemuksia kysymysten kautta. Kysymysten muodostamisessa kiinnitettiin huomiota siihen, etteivät omat käsitykset tutkittavaan asiaan liittyen tulisi esiin kysymyksissä. Myös kysymysten mahdollisimman selkeään ilmaisuun pyrittiin. Opinnäytetyön toimeksiantajan kanssa käytiin keskustelua kyselylomakkeen kysymysten muodostamisesta. Tutkimuskysymyksiä hahmotellessa

pohdittiin mahdollisuutta kartoittaa samalla toimintaan osallistuvien henkilöiden syitä erityisen tuen tarpeelle. Tässä yhteydessä olisi mahdollisesti noussut esiin myös erilaiset diagnoosit. Brunoun (2020, 15) mukaan Lahden Diakonialaitoksen tuettu vapaaehtoistoiminta on diagnoosivapaata ja vahvuuksiin keskittyvää, joten näiden asioiden esille nostaminen ei myöskään opinnäytetyöhön liittyvien haastatteluiden yhteydessä olisi ollut mielekäästä.

6.3 Haastatteluiden toteuttaminen

Haastateltaviksi valikoitui Tukea vapaaehtoisuuteen -hankkeen vapaaehtoisista viisi henkilöä, jotka olivat halukkaita osallistumaan opinnäytetyöhön. Hankkeen projektipäällikkö Marjo Karinkanta ja projektityöntekijä Tiina Roos kartoittivat vapaaehtoistoimijoidensa joukosta nämä henkilöt. Mukaan valikoituneet viisi henkilöä olivat olleet mukana tuetussa vapaaehtoistoiminnassa noin vuodesta kahteen ja puoleen vuoteen.

Eettisyys huomioitiin keskustelemalla toimeksiantajan kanssa niistä asioista, joita oli tärkeää tuoda esille mahdollisille haastateltaville ennen kuin he lupautuivat osallistumaan haastatteluihin. Toimeksiantajalle toimitettiin lyhyt muistilista liittyen siihen, mitä haastattelut tulevat koskemaan ja mihin tietoa kerätään sekä miten kerättyä aineistoa tullaan käsittelemään. Toimeksiantaja sopi haastateltaviksi lupautuneiden kanssa, millä tavoin ja milloin he halusivat heihin otettavan yhteyttä haastatteluiden sopimiseksi. Haastatteluiden toteuttamisessa otettiin huomioon esimerkiksi haastateltavien toive siitä, että he saivat omalta tutulta työntekijältään mahdollisimman kattavasti tietoa käsiteltävistä kysymyksistä, jotta heillä oli mahdollisuus valmistautua haastatteluihin. Joidenkin haastateltavien kohdalla taas toteutui toive siitä, että haastattelu voitiin toteuttaa samana päivänä, kun Diakonialaitokselta oltiin yhteydessä heihin, jottei tarvinnut odotella ja jännittää tulevaa haastattelua. Osan kohdalla ensimmäinen yhteydenotto toteutui toiveenmukaisesti ensin tekstiviestillä ja osan kohdalla käytiin vielä puhelimesta läpi tulevaa haastattelua ennen haastatteluajankohdan sopimista. Haastatteluajankohtia sovittaessa kerrottiin kaikille haastateltaville vielä tarkemmin haastattelun taustoista, haastattelun etenemisestä ja mahdollisuudesta jättää vastaamatta haluttuihin kysymyksiin tai pitää haastattelussa taukoa. Haastateltaville kerrottiin myös mahdollisuudesta pyytää selvennystä epäselviin kysymyksiin. Haastateltaville tuotiin esiin, että vastauksia ei tulla käsittelemään nimillä eikä haastattelu-lomakkeita tulla luovuttamaan sellaisinaan kenellekään, vaan vastauksia hyödynnetään opinnäytetyön motivaatiota käsittelevissä johtopäätöksissä. Lisäksi kaikilta haastateltavilta pyydettiin lupa nauhoittaa haastattelut.

Ensimmäinen haastattelu toteutettiin esihaastatteluna ja haastateltavan antaman palautteen ollessa hyvää päädyttiin siihen, ettei kysymyksiä muuteta. Kaikilta haastateltavilta pyydettiin palautetta haastatteluiden jälkeen. Haastateltavat toivat esiin, että kysymykset

olivat esitetty selkeässä muodossa, ne olivat helppotajuisia ja ytimekkäitä. Haastateltavien mukaan kysymyksistä huomasii, että niitä oli selvästi pohdittu ja ne olivat kattavia. Kaiken kaikkiaan haastateltavat kuvasivat, että haastattelu oli alun jännityksestä huolimatta ”positiivinen kokemus”, ”hyvin toteutettu” ja ”virkistävä kokemus”. Haastattelun kestoa kuvattiin ”sopivan mittainen”, ”ei liian pitkä”, ”hyvin meni aika” ja ”keskittyi olennaiseen”. Haastattelut toteutettiin huhti-toukokuussa 2020 ja haastattelut kestivät puolesta tunnista tuntiin.

6.4 Aineiston analysointi

Teorialähtöisessä sisällönanalyysissä teoria ja aikaisemmat tutkimukset ohjaavat käsitteiden ja luokitusten määrittelyssä tutkittavasta aineistosta. Teorialähtöisen sisällönanalyysin tavoite on uudistaa teoreettista käsitystä tai mallia tutkittavien antamien merkitysten avulla. (Tuomi & Sarajärvi 2002, Vilkan 2005, 140-141 mukaan.)

Tässä opinnäytetyössä nojattiin teorialähtöisen sisällönanalyysin kuvauksen mukaisesti käsitteiden ja luokitusten määrittelyssä Yeungin (2005b, 104-125) vapaaehtoisuuden timanttimalliin. Yeungin luoman teorian avulla muodostettiin johtopäätökset tuettuun vapaaehtoistoimintaan osallistuvien motivaatiotekijöistä.

Litterointi

Haastatteluaineistojen kohdalla litteroinnilla tarkoitetaan nauhoitusten purkamista tekstimuotoon. Tekstimuotoista aineistoa on helpompaa käydä läpi; ryhmitellä ja luokitella. Haastateltavien mielellisiä merkityksiä tarkasteltaessa litterointi voidaan tehdä myös osittaisesti. Nauhoituksia tekstiksi purkaessa tulee kiinnittää huomiota, että haastateltavien asioille antamat merkitykset säilyvät ja puhetta ei muokata muuhun muotoon. Mikäli litteroinnissa käytetään symboleita esimerkiksi puheessa pidettyjen taukojen, epävarmasti kuultujen sanojen tai tiettyjen kohtien painottamisen ilmaisemiseen tulee nämä symbolit mainita tutkimustekstissä. (Eskola & Suoranta 2000; Rantala 2001; Hirsjärvi & Hurme 2001, Vilkan 115-117 mukaan.) Aineistoa litteroitaessa tai koodatessa aineisto käydään läpi, erotetaan ja merkitään ne asiat, jotka halutaan sisällyttää tutkimukseen ja kaikki muu rajataan pois. Merkityt asiat siirretään erilleen muusta aineistosta. Koodimerkit tutkija voi itse valita, ne toimivat muistiinpanoina, apuna jäsentämisessä ja tekstin kuvailussa sekä aineiston jäsenyyksen testausvälineenä. Lisäksi koodimerkintöjen avulla voidaan tekstistä löytää eri kohtia tarkistettavaksi. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 78.)

Haastattelunauhoitteista muutettiin sanatarkasti vastauksia käsittelevät kohdat tekstimuotoon. Ennen varsinaista kyselyä sekä kyselyn jälkeen käydyt keskustelut päätettiin rajata ulkopuolelle, koska niissä ei ollut opinnäytetyön kannalta oleellista informaatiota. Kyselystä saatu palaute kirjattiin lyhyesti vastauksia koskevan tekstin perään. Litteroinnissa

epäselvät sanat merkittiin (--) ja kesken jääneet sanat tai lauseet merkittiin (...). Nauhoituksen muuttaminen tekstimuotoon vaati nauhoitteiden kuuntelemista useita kertoja. Analysoinnin kannalta tästä oli hyötyä, koska moni haastateltavien motivaatiota koskeva ilmaisu ei olisi välttämättä tullut ymmärretyksi niin hyvin pelkkää tekstiä lukemalla. Haastattelut olivat näin tuoreessa muistissa tekstin analysointi vaiheessa. Opinnäytetyöpohjaan siirrettynä tekstiä kertyi lähes 32 sivua.

Tyypittely

Tyypittelyssä pyritään luomaan yleistyksiä, tyyppiesimerkkejä etsimällä valituista teemoista yhteisiä ominaisuuksia ja tiivistämällä nämä näkemykset yleistyksiksi (Tuomi & Sarajärvi 2018, 79). Tyypittelyssä aineisto ryhmitellään samankaltaisiin tarinoin, nämä tyyppiryhmät tiivistävät aineistoa ja parhaimmillaan kuvaavat laajasti ja mielenkiintoa herättäen aineistoa (Eskola & Suoranta 1998, 130).

Aineistosta ryhmiteltiin ensimmäiseksi motivaatiota ilmentävät ilmaisut Yeungin (2005b) luomien neljän ulottuvuuden kahdeksanääripään ja kahden välimotiivin mukaan. Toisessa vaiheessa ääripäihin ja välimotiiveihin kerätyt ilmaukset tyypiteltiin edelleen ilmaus kerrallaan ääripäiden sisällään pitämien 47 motivaatioteeman alle (Taulukko 2). Kolmannessa vaiheessa tehtiin karsintaa poistamalla ilmauksia niiden teemojen alta, joissa kyseinen ilmaus sopi selvästi paremmin toiseen kohtaan. Saman ilmauksen on kuitenkin mahdollista esiintyä useammassa eri ääripäässä tai saman ääripään useammassa motivaatioteemassa. Esimerkiksi ilmaus ”annettu vapaat kädet” ilmaisee ääripään saaminen alla olevaa motivaatioteemaa itsensä toteuttamisen mahdollisuus sekä ääripään toiminta alla olevaa motivaatioteemaa tapa, jolla toiminta on organisoitu. Neljännessä vaiheessa ilmauksia pelkistettiin ja yleistettiin. Haastateltavan ilmaistessa saman asian useaan kertaan karsittiin ilmaukset vain yhteen ilmaukseen. Viidennellä kierroksella pelkistetyt, yleistetyt ilmaukset siirrettiin teemojen alle niin, että sama merkitys esiintyi vain kertaalleen tietyn teeman alla. Siis vaikka samaa tarkoittava ilmaus olisi noussut esiin kaikkien haastateltavien kohdalla, laskettiin se vain kerran.

Taulukko 2. Motivaatio ulottuvuudet ja teemat

Ulottuvuuk- sien ääripäät ja välimotiivit	Motivaatioteemat	Ulottuvuuk- sien ääripäät ja välimotiivit	Motivaatioteemat
Saaminen	T1 Itsensä toteuttaminen T2 Henkilökohtainen hyvinvointi T3 Toimintamuotojen palkitsevuus T4 Emotionaaliset palkinnot T5 Ryhtiä ajankäyttöön T6 Työkokemus	Etäisyys	T28 Joustavuus T29 Epäbyrokraattisuus T30 Yhteistoiminta, riittävä etäisyys
Antaminen	T7 Eryitystarpeet T8 Halu auttaa T9 Altruistinen luonne T10 Toive auttamishalun leviämisestä T11 Vastavuoroinen, sosiaalinen tuki T12 Elämäkokemukset	Läheisyys	T31 Ryhmään kuuluminen T32 Uusien ihmisten tapaaminen T33 Ryhmähenki T34 Sanallinen vuorovaikutus T35 Toiminnan sosiaalisuus T36 Sosiaalisen vuorovaikutuksen edistäminen
Välimotiivi Saaminen - Antaminen	T13 Keskinäinen apu T14 Hyvä mieli T15 Antamisen kautta saaminen T16 Henkilökohtainen kasvu		
Ulottuvuuk- sien ääripäät ja välimotiivit	Motivaatioteemat	Ulottuvuuk- sien ääripäät ja välimotiivit	Motivaatioteemat
Jatkuvuus	T17 Aihepiirin tuttuus T18 Positiiviset kokemukset T19 Elämäkulku T20 Identiteetti T21 Jatke palkkatyölle T22 Hyvinvoinnin ja jaksamisen ylläpito	Pohdinta	T37 Arvot taustana T38 Roolimallit T39 Oma henkinen kasvu T40 Omien asioiden läpikäynti
Uuden etsintä	T23 Uuden teeman kiinnostavuus T24 Vastapaino T25 Laajennusta elämänpii-riin T26 Uuden oppiminen T27 Oma muutos	Toiminta	T41 Vapaan ajan täyttäminen T42 Toiminnallisuus T43 Organisoitintapa
		Välimotiivi Pohdinta - Toiminta	T44 Arvot toimintaan T45 Evankeliointi kanava T46 Hengellinen välikappale T47 Hengellisyys toiminnassa

6.5 Luotettavuus ja eettisyys

Opinnäytetyötä tehdessä noudatettiin hyvän tieteellisen käytännön lähtökohtia (TENK 2012, 6-7). Ennen aineiston hankinnan aloittamista haettiin Arenen (2020) ohjeiden mukainen tutkimuslupa toimeksiantajalta ja täytettiin opinnäytetyön tekemistä koskeva toimeksiantosopimus ja salassapitosopimus. Opinnäytetyön suunnitelmaa tehtäessä perehdyttiin jo kattavasti opinnäytetyön aiheeseen sekä tutkimuskirjallisuuteen, joten opinnäytetyön toteutuksessa ei päässyt syntymään yllätyksiä.

Aineistoa analysoitaessa pyrittiin olemaan erityisen huolellisia, haastattelut litteroitiin ja aineistoa käytiin läpi useita kertoja, jotta tehdyt tulkinat vastaisivat mahdollisimman hyvin sitä, mitä haastateltavat tarkoittivat (Eskola & Suoranta 2000, Vilkan 2005, 158 mukaan). Kysymyksiä muodostettaessa kiinnitettiin huomiota kysymysten selkeyteen. Haastattelu puheluiden toteutuessa avattiin tarpeen mukaan sitä, mitä kysymyksessä tarkalleen ottaen haetaan. Esimerkiksi kysyttäessä haastateltavien tavoitteista vapaaehtoistoiminnan suhteen, tarkennettiin jokaisen haastateltavan kohdalla, että kysymyksellä tarkoitetaan niitä asioita, joita toimintaa aloittaessa on aloituslomakkeelle kirjattu odotuksina toiminnan suhteen.

Opinnäytetyössä on avattu käytetyt menetelmät ja kuvattu miten on edetty aineiston keräämisen ja analysoinnin suhteen. Haastattelulomakkeen kysymysten muodostamiseen ja haastatteluiden toteuttamiseen liittyen on avattu millä tavoin eettisyys on huomioitu. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122.) Sisällönanalyysissä nojattiin mahdollisimman paljon aiempaan teoriaan, joka soveltui aiheeseen hyvin. Teorian valinnalla mahdollistettiin johtopäätösten mahdollisimman luotettava perustelu suhteessa teoriaan ja erilaisia näkökulmia tutkittavaan asiaan oli mahdollista nostaa esiin. (Vilka 2005, 173 viittaa Vilkaan & Airaksiin 2003.)

Haastateltavien anonymiteetistä huolehdittiin säilyttämällä haastateltavia koskevaa materiaalia huolellisesti, niin ettei asiaankuulumattomat pääse siihen käsiksi. Opinnäytetyön valmistuttua tullaan hävittämään asianmukaisesti kerätyt tiedot. Haastateltavista ei kerätty nimitietoja. Ainoastaan haastatteluista varten saatiin heidän puhelinnumeronsa, jotka ovat olleet halukkaita osallistumaan opinnäytetyötä koskeviin haastatteluihin. Haastateltaville kerrottiin haastatteluiden yhteydessä, että puhelinnumerot tullaan hävittämään välittömästi haastatteluiden päätyttyä ja muu materiaali hävitettään asianmukaisesti opinnäytetyön valmistuttua. (Vilka 2005, 34-35.)

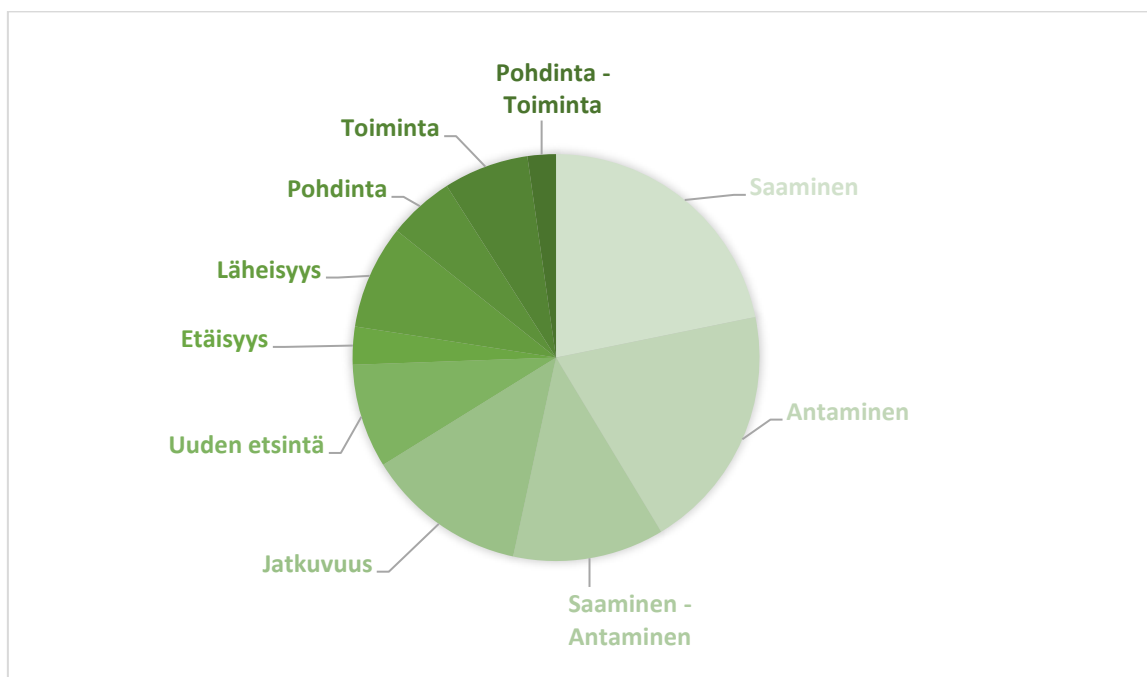
Koronavirusepidemian aiheuttamien rajoitusten vuoksi haastateltavia ei ollut mahdollista mennä tapaamaan etukäteen. Tästä syystä haastateltavat valittiin Tukea

vapaaehtoisuuteen -hankkeen työntekijöiden toimesta. Ymmärrettävästi epidemiolla itsessään on voinut olla vaikutuksia ihmisten hyvinvointiin. Lisäksi haastatteluiden toteutuminen puhelimitse täysin vieraan ihmisen kanssa on saattanut vaikuttaa haastatteluihin mukaan lähtemiseen. Toimeksiantajan kanssa käytiin keskustelua siitä, että edellä mainituista syistä parhaassa voinnissa olevat vapaaehtoistoimijat ovat olleet edustettuna opin-
näytetyön haastatteluissa.

7 TULOKSET

7.1 Tulosten jakautuminen timanttimallin pohjalle

Haastateltavien motivaatiota kuvaavia ilmauksia löytyi Yeungin (2005b, 104-125) vapaaehtoismotivaation timanttimalliin sijoitettuna kaikista neljästä motivaatio ulottuvuudesta (Kuvio 2). Antaminen – saaminen ulottuvuuteen sijoittui peräti hieman yli puolet analysoidusta ilmauksista. Vähiten ilmauksia sijoittui etäisyys – läheisyys ulottuvuuteen.



Kuvio 2. Motivaatiota kuvaavien ilmauksien jakautuminen eri ääripäihin ja välimotiiveihin

Kaksi motivaatioon liittyvää ilmausta oli sellaisia, jotka eivät sopineet timanttimallin pohjalle. Eräs haastateltavista toi esiin, että vapaaehtoistoiminnan erilaisiin toimintamuotoihin lähtemistä on yhtenä tekijänä motivoinut kuntoutustukeen vaadittavat työhön tai opiskeleluun liittyvät tavoitteet. Toinen ilmaus, jota ei saatu sovitettua timanttimalliin liittyi vapaaehtoistoiminnan näkyvyyteen ja arvostukseen.

”..ylipäättään niinku vapaaehtoistyön arvostus on noussu.. se näkyy ihan tuolla katukuvassa, et sitä niinku mainostetaan ja tarjonta on noussut ja sitten enemmän ihmisiä on lähteny mukaan, et se on niinku ollu hirveen hyvä asia.. että on tajuttu että se vapaaehtoistyökin on ihan työtä, että tuota sitä ei sillee enää niinku vähätellä samalla tavalla, kuin joskus aikasemmin.”

7.2 Saaminen – Antaminen ulottuvuus

Vapaaehtoistoiminnan antoisuutta haastateltavat kuvasivat kaikissa Yeungin (2005b) saaminen ääripäässä olevien motivaatioteemojen kautta. Eniten tuettuun vapaaehtoistoimintaan osallistuneet vapaaehtoiset kuvasivat saamistaan henkilökohtaisen hyvinvoinnin kautta. Haastateltavat kokivat vapaaehtoisuuden jouduttaneen kuntoutumista esimerkiksi itsestä huolehtimisen ja itsetunnon kohenemisen kautta. Haastatteluissa nousi esiin vapaaehtoistoiminnan tuoneen sisältöä arkeen esimerkiksi syyn lähteä asunnosta ulos. Myös itsensä toteuttaminen, toimintamuotojen palkitsevuus ja emotionaaliset palkinnot keräsivät ilmauksia tasaisesti.

”..paras on se kokemus siitä, että että minä olen hyvä minä.”

Antaminen ääripää keräsi lähes yhtä paljon motivaatioon liittyviä ilmauksia, kuin saamisen ääripää. Erityisesti haastateltavien motivoituneisuus kohdata erilaisia avuntarvitsijoita ja avuntarpeita sekä halu auttaa nousi antamisen ääripään motivaatioteemoissa. Haastateltavat kuvasivat laajasti keinoja, joilla he olivat kokeneet voineensa vaikuttaa ja auttaa, kuten aktivointi, lastenhoitoapu, yhdessä tekeminen, sosiaalisuuden tukeminen sekä rutien, hyväksynnän ja erilaisten kokemusten tarjoaminen.

”..itse ylipäättään vuosia miettinyt vapaaehtoistyötä.. aina tollanen auttaminen ja muiden ajattelu sillä tavalla vähäosasten ajattelu ollu mulle niin kuin tärkeätä ja mielessä.”

Myös antaminen – saaminen ulottuvuuden väliin jäävät motivaatioelementit keräsivät motivaatiota kuvastavia ilmauksia. Haastatteluiden kautta nousi esiin vapaaehtoistoiminnan kautta saatu hyvä mieli ja monella eri tavoin kuvattu antamisen kautta saaminen. Haastateltavat kuvasivat toiminnan ja toimintatapojen, kohtaamisten sekä saadun tuen ja arvostuksen tuottaneen hyvää mieltä. Haastatteluissa kuvattiin molemminpuolisen hyödyn tärkeyttä ja toiminnan kautta syntynyttä merkityksellisyyden kokemusta.

7.3 Jatkuvuus – Uuden etsintä

Jatkuvuus ulottuvuuteen kuuluvan aihepiirin tuttuus motivaatioteemaan liittyviä motivaatiota kuvaavia ilmauksia tuli viidestä vastaajasta neljältä, suurimmalta osalta useita tuttuutta kuvaavia elementtejä. Toiminnan asiasisällön ja aihepiirin tuttuus oli vaikuttanut toimintaan mukaan lähtemiseen. Tuttuus toimintaan oli syntynyt harrastusten, aikaisemman työkokemuksen tai koulutuksen kautta.

Haastateltavat kuvasivat kokemusta yhteiskuntaan kuulumisesta palkkatyön jatkeeseen tai korvaamiseen liittyvässä motivaatioteemassa. Haastateltavat kokivat esimerkiksi

eläkkeelle jäätyään löytäneensä sisältöä elämään ja saavuttaneensa tunteen yhteiskuntaan kuulumisesta aloitettuaan tuetussa vapaaehtoistoiminnassa.

”.. mul on pitkään ollut sellainen fiilis itelläni, että mä en kuulu tähän yhteiskuntaan.. olen kokenut itseni ulkopuoliseksi.. joksku kakkosluokan kansalaiseksi.. nyt mä oon kokenut sit taas silleen, et hei ehkä mä kuulun.. olenkin tämän yhteiskunnan jäsen sitten kuitenkin. Et voi tehdä jotain tän yhteiskunnan eteen.. ollut sillee vahva ajatus siitä.. että kansalaisilla on velvollisuuksia.”

Haastateltavat eivät tuoneet esiin aikaisempia kokemuksia vapaaehtoistoiminnasta, jotka olisivat olleet positiivisia, päinvastoin. Haastateltava, joka on ollut jo pitkään mukana toiminnassa kuvasi tuetussa vapaaehtoistoiminnassa syntyneen kokemuksen olleen niin hyvä, että hän on ollut valmis hakeutumaan uusiin toimintoihin sekä jatkamaan toiminnassa. Tämä päädyttiin laskemaan mukaan motivaatioteemaan, jossa kuvataan positiivisia aiempia kokemuksia. Henkilökohtaista elämänkulkuaan kukaan haastateltavista ei kuvannut merkitsevänä toimintaan osallistumisen kannalta.

Uuden etsintään liittyviin motivaatioteemoihin jakautui melko tasaisesti motivaatio ilmauksia. Uuden etsintä ääripäässä on osallisuuden kokemusta kuvaavia ilmauksia esimerkiksi elämän sisällön, asunnosta ulospääsemisen ja toiminnan kautta koulutus väylän löytymisenä. Haastateltavat kuvasivat vapaaehtoistoiminnan tarjonnan sopivasti haastetta. Henkilökohtaisen muutoksen kukaan haastateltava ei tässä aineistossa kuvannut vaikuttaneen toimintaan mukaan lähtemisessä.

7.4 Etäisyys – Läheisyys

Etäisyys ääripäässä haastateltavat kuvasivat joustavuuden ja epäbyrokraattisuuden motivaatioteemoissa toiminnan vapaamuotoisuutta sekä sen tärkeyttä, että tarpeen tullen esimerkiksi voinnin ollessa huonompi voi toiminnasta jäädä pois ilman syyllisyydentunteita. Haastateltavat kokivat tärkeäksi myös, että heidän toiveensa esimerkiksi toiminnan iltapäinnotteisuudesta on huomioitu. Etäisyyden motivaatioteemaan liittyy esimerkiksi halu välttää vastuuta sekä kaipuu spontaaniin vapaaehtoistoimintaan, johon ei tarvitse sitoutua. Etäisyyteen liittyviä ilmauksia ei tuonut esiin kukaan haastateltavista.

Haastateltavien läheisyys ääripäähän liittyvissä ilmauksissa kaikki haastateltavat toivat useaan otteeseen esiin työntekijöiltä saamansa tuen merkitystä. Haastateltavat kokivat tärkeänä sen, että heistä välitetään ottamalla heihin yhteyttä ja tarjotaan tukea hyvin monin erilaisin tavoin. Haastateltavat toivat esiin, että kohtaamiset ovat olleet inhimillisiä, he

ovat kokeneet tulleen kuulluiksi ja heille on syntynyt kokemus siitä, että heidän mielipiteensä ovat olleet tärkeitä.

”Tietää, et jos menee huonosti ja ei yhtää ite jaksa ottaa yhteyttä, ni sit kyl tietää et soitetaa sieltä.”

Haastateltavat kuvasivat toiveitaan liittyen uusien ihmisten tapaamiseen ja kokemuksiin syntyneestä yhteishengestä. Haastateltavat kokivat ilmapiirin tervetulleeksi. Toiminnan sosiaalisuutta haastateltavat kuvasivat toisen luo kurkottamisena ja toisen saavuttamisena. Lisäksi haastateltaville oli syntynyt tunne siitä, että he ovat omalla toiminnalla edistäneet sosiaalisuutta ja pystyneet puhumaan vapaaehtoistoiminnan puolesta. Kukaan haastateltavista ei kuvannut suoranaisesti toimintaan mukaan lähtemisessä motivoineen toiveen ryhmään kuulumisesta.

7.5 Pohdinta – Toiminta

Pohdinta ääripäässä sekä pohdinta - toiminta ulottuvuuden välisissä motivaatioteemoissa on nostettu esiin arvot vapaaehtoistoimintaan osallistumisen motiivien taustalla. Suoranaisesti arvomaailmaan liittyviä motivaatioelementtejä haastateltavilta nousi esiin muutamia, kuten tärkeäksi koettu kansalaisvelvollisuuksien täytyminen, auttaminen ylipäänsä ja hyväksynnän tarjoaminen muille. Henkilökohtaisten asioiden läpikäymiseen liittyen haastateltavat kuvasivat halulla kokeilla mihin vielä pystyy ja syntyneellä kokemuksella siitä, että vajavaisuuksista ja sairauksista huolimatta on vielä toimintakykyä.

Toiminta ääripäässä motivaatioelementtejä nousi haastateltavilta runsaasti liittyen tapaan, jolla toiminta on organisoitu. Haastateltavat kuvasivat vapaaehtoistoiminnan valikoiman laajuutta, tuen saamisen mahdollisuutta, tapaa kokoontua yhteen sekä toiminnan ainutlaatuisuutta. Toiminnassa kuvattiin myös eri tavoin mahdollisuuksia luovuuteen ja toiminnan joustavuutta. Myös mahdollisuus erilaisiin retkiin koettiin merkittäväksi. Suoranaisesti toiminnallisuuden vapaaehtoiset eivät kokeneet motivoineen heitä.

Pohdinta – toiminta ulottuvuuden väliin jääviin motivaatioteemoihin kuuluu uskonnollisuuden tai hengellisyyden teemat. Hengellisyyttä toimintamuodoissa, hengellisenä välikappaleena toimimista tai vapaaehtoistoimintaa kanavana evankelioimiseen ei kukaan haastateltavista kuvannut vapaaehtoistoimintaan motivoivana tekijänä.

8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää, millaisia motiiveja Lahden Diakonialaitoksen tuettuun vapaaehtoistoimintaan osallistuneilla erityistä tukea tarvitsevilla vapaaehtoistoimijoilla on. Haastatteleamalla vapaaehtoistoimijoita ja analysoimalla haastatteluaineisto löytyi kaiken kaikkiaan 135 motivaatiotekijää. Tavoitteena oli teorialähtöisen sisällönanalyysin avulla sijoittaa motivaatiotekijät Yeungin (2005b) vapaaehtoismotivaation timanttimalliin. Kahta lukuun ottamatta kaikki saatiin sijoitettua timanttimallin pohjalle.

Yeungin (2005b, 108) timanttimallissa oikealle osoittavat nuolet; toiminta, läheisyys, uuden etsintä ja antaminen kuvastavat vapaaehtoistoiminnan motivaation itsestä poispäin suuntautunutta ääripäätä. Vasemmalle osoittavat nuolet; saaminen, jatkuvuus, etäisyys ja pohdinta kuvaavat vapaaehtoistoimijaan itseensä suuntautunutta ääripäätä. Tarkasteltaessa haastatteluaineiston motivaatiota kuvastavien ilmausten jakautumista edellä mainitun mukaisesti voitiin todeta motivaation jakautuneen tässä tapauksessa tasan ääripäiden itseen päin – itsestä poispäin kesken. Tämän aineiston perusteella vapaaehtoisten voidaan todeta hakevan vapaaehtoistoinnasta yhtä aikaa sosiaalisuutta, uusia toimintoja ja toisille antamista sekä tuttuutta, pohdintaa ja itselleen saamista. Haastateltavat toivat esiin hyviä kokemuksia ja vahvaa tietoisuutta tuen saamisen mahdollisuudesta. Ehkä nämä osaltaan ovat motivoineet ja rohkaisseet tavoittelemaan uusia vieraitakin asioita sekä uusia sosiaalisia verkostoja.

Motivaatio ilmauksista hiukan yli puolet sijoittui antaminen – saaminen ulottuvuuteen. Myös Yeungin (2005b) ja Nelimarkan (2019) tutkimuksissa motivaatioteemoja eniten kerännyt ulottuvuus oli antaminen – saaminen. Yeungin (2005b) tutkimuksessa esiin nousi myös uskonnollinen puoli vapaaehtoisia motivoivana tekijänä. Oli hieman yllättävää, että kukaan opinnäytetyöhön haastatelluista vapaaehtoistoimijoista ei kuvannut uskonnollisuuden vaikuttaneen toimintaan mukaan hakeutumiseen. Päinvastoin eräs haastateltavista kuvasi pohtineensa etukäteen kuinka paljon uskonnollisuus näkyy toiminnassa todeten kuitenkin samassa yhteydessä, että lopulta toiminta on osoittautunut erittäin rennoksi.

”..et mulla oli vähän niinku ennakkoasenteita sen niinku sen uskonnollisuuden, ku mä en itte oo niinku uskonnollinen ihminen.”

Alussa viittasin Laimioon (2017, 4), jonka mukaan vapaaehtoistoiminta tulisi nähdä jokaisen kansalaisoikeutena. Harjun (2005, 67-70) mukaan ihmisen kansalaisuus toteutuu ihmisen suuntautuessa itsestä ja kotipiiristä ulospäin ja vapaaehtoistoiminta onkin aktiivisen kansalaisuuden konkreettinen ilmentymä. Harju on määrittänyt aktiivisen kansalaisuuden tarkoittavan identiteettiä, osallistumista, kohtaamista ja välittämistä. Haastateltavat

kuvasivat jonkin verran arvojaan, jotka ovat ohjanneet hakeutumaan vapaaehtoistoimintaan. Osallisuuden kokemusta haastateltavat kuvasivat hyvin monin tavoin muun muassa kokemuksena yhteiskuntaan kuulumisesta. Myös kohtaamiseen ja toisista välittämiseen liittyviä teemoja haastatteluaineistosta löytyi. Kaikki haastateltavat korostivat työntekijöiltä saamansa tuen merkitystä sekä toisille antamisen merkityksellisyyttä. Aktiivisen kansalaisuuden polun voitiin todeta löytyneen haastateltujen vapaaehtoistoimijoiden kohdalla.

Itseohjautuvuusteorian toiseksi kulmakiveksi on määritetty sisäisen ja ulkoisen motivaation teoria. Martelan mukaan ihmisten toiminnassa sekoittuu sisäinen ja ulkoinen motivaatio. (Martela 2015, luvussa hylkää Maslow – eli miten neljä psykologista perustarvetta löydettiin.) Kuitenkin Vasalammen (2017, luvussa itsemääräämisteoria) mukaan, mikäli toiminta ohjautuu pelkästään ulkoisen motivaation varassa se voi vaikuttaa hyvinvointia heikentävästi ja saada ihmisen esimerkiksi jättämään asioita kesken. Kun taas sisäisesti motivoituneet ovat tuotteliaampia ja voivat paremmin (Martela & Jarenko 2014, 16). Haastattelu aineiston perusteella voitiin päätellä Lahden Diakonialaitoksen tuettuun vapaaehtoistoimintaan osallistuneiden haastateltavien olevan pääasiassa hyvin vahvasti sisäisesti motivoituneita. Erään haastateltavan kuvaus ulkoisen ”pakon” eli kuntoutustuen edellytysten vaikutuksesta toimintaan hakeutumiselle oli yllättävä, mutta loppujen lopuksi tämän kaltainen ulkoinen motivaattori voi olla yleinen alkusysäys vapaaehtoistoimintaan hakeutumiselle. Toinen ilmaus, joka ei soveltunut timanttimalin pohjalle oli kuvaus vapaaehtoistoiminnan julkisuuskuvan tai brändin kehittymisestä. Vapaaehtoistoiminnan on kuvattu olevan arvokasta toimintaa, jolla korvataan paljon sellaista työtä, jota välttämättä muuten ei tehtäisi (Mäkilä 2018). Haastateltavat kuvasivat monin sanoin, mitä sellaista heillä on mahdollisuus tarjota vapaaehtoistoiminnan kohteina oleville, joka muuten jäisi toteutumatta. Vapaaehtoistoiminnan antoisuudesta niin vapaaehtoistoimijoiden, kuin vapaaehtoistoimintaa vastaanottavien taholtakin tutkitaan ja kirjoitetaan paljon. Ymmärrettävästi siis yksi vapaaehtoistoimintaan motivoiva tekijä voi olla vapaaehtoistoiminnasta luotu julkisuuskuva, brändi. Hyvän tekemisessä halutaan olla mukana ja vapaaehtoistoiminnan kehittyessä vastaamaan erilaisiin tarpeisiin, esimerkiksi tuettu vapaaehtoistoiminta ja pop-up vapaaehtoistoiminta on yhä useammalla mahdollisuus päästä mukaan ”yhteisiin talkoisiin”.

Itsemääräämisteorian mukaan vapaaehtoisuuden, kyvykkyyden ja läheisyyden tarpeiden täytyessä ihmisen elämä tuntuu merkityksellisemmältä ja hyvinvointi sekä sisäinen motivaatio kasvavat. Martela lisää yhtälöön vielä hyvän tekemisen tarpeen. (Martela 2020, luvussa Saat sen mitä tavoittelet.) Haastateltavat kuvasivat niin itseilmaisun toteutumista, kuin kokemusta kyvykkyydestäkin huolimatta sairauksien tai elämäntilanteiden mukanaan tuomista haasteista. Läheisyyden tarve nousi esiin haastateltavien kokemuksina tuen

saamisesta ja motivoituneisuudesta toisten auttamiseen. Vapaaehtoistoiminnan kautta syntyneet elämän merkityksellisyyden kokemukset ja vaikutukset hyvinvointiin osoittavat hyvän tekemisen tarpeen toteutumisen. Haastatteluaineiston perusteella voidaan varmasti todeta haastateltujen vapaaehtoistoimintaan liittyvien kokemusten vaikuttaneen itsemäärämisteorian mukaisesti sisäisen motivaation kasvuun. Kuten yllä tullut esiin erään haastateltavankin hakeutuneen toimintaan ulkoisen motivaation ohjaamana, mutta matkalla sisäinen motivaatio on saanut jatkamaan toiminnassa, vaikka ulkoista tarvetta ei enää ole.

9 POHDINTA

Tämä opinnäytetyö tuotti tietoa nimenomaan tuettuun vapaaehtoistoimintaan osallistuneiden vapaaehtoistoimijoiden motiiveista toimintaan osallistumiselle. Tuen saamisen merkitys nousi esiin kaikkien haastateltavien kohdalla. Tulosten perusteella vapaaehtoistoimintaan liittyvän antamisen ja saamiseen voidaan todeta motivoineen eniten toiminnassa mukana olemista. Tuetun vapaaehtoistoiminnan ollessa Suomessa vielä suhteellisen uusi toimintamuoto, on tätä tietoa mahdollista hyödyntää toiminnan toivon mukaan pikkuhiljaa laajentuessa. Opinnäytetyön tulosten perusteella voidaan todeta, että tarve tuetulle vapaaehtoistoiminnalle on olemassa. Tuetusta vapaaehtoistoiminnasta voitiin nähdä olevan hyötyä niin vapaaehtoistoimijoille, kuin toiminnan kohteena oleville sekä yhteiskunnallisesta näkökulmasta. Erilaisissa organisaatioissa voisi olla edellytyksiä lähteä kehittämään vapaaehtoistoimintaa nimenomaan tukea tarvitsevalle kohderyhmälle. Tuetun vapaaehtoistoiminnan suunnittelussa tulisi erityistä huomioita kiinnittää siihen, että toimintaa suunnitellaan ensisijaisesti vapaaehtoistoimijoiden lähtökohdista käsin, eikä organisaatiolähtöisesti (Rochester ym. 2010, 201-204). Tukea vapaaehtoisuuteensa tarvitsevien motiivien selvittämisestä voi olla hyötyä vapaaehtoisten tehtävien suunnittelussa (Kaila 2014, 63).

Lahden Diakonialaitoksella on edellytykset hyödyntää opinnäytetyön tuloksia toiminnan jatkon arvioinnissa. Vaikka tämän opinnäytetyön tavoitteena ei ollut selvittää toiminnan vaikuttavuutta on motiiveista luettavissa myös positiiviset vaikutukset, joita vapaaehtoistoimijat ovat monin tavoin haastatteluissa kuvanneet. Toimeksiantaja voi opinnäytetyön tuloksiin perehtymällä vahvistaa toimintaa vielä entisestään paremmin vastaamaan erilaisten vapaaehtoistoimijoiden osaamista ja tarpeita. Näin ollen Ansion (2017, 8) mainitsema jokaisen oikeus tehdä itselleen mielekästä ja sopivaa vapaaehtoistyötä toteutuisi vielä entistä vahvemmin.

Vapaaehtoistoimijoiden motiivien selvittäminen on todettu merkittäväksi vapaaehtoistoimijoille mielekkään toiminnan mahdollistamisen kannalta. Willbergin (2015, 11) mukaan mielekkäällä toiminnalla on vaikutuksia vapaaehtoistoimijoiden jaksamiseen ja hyvinvointiin. Tämä voitiin todeta myös opinnäytetyön tuloksista. Jatkossa olisi hyvä kehittää työkalu vapaaehtoistoimijoiden motiivien selvittämiseen yksilötasolla. Tämä edesauttaisi takaamaan vapaaehtoistoimintaan mukaan lähtevien kohdalla mielekkyyden kokemuksen toteutumisen.

LÄHTEET

- Ansio, L. 2017. Tuettu vapaaehtoistoiminta organisaation haasteena. Teoksessa Rajala, A. & Nieminen, P. (toim.) Tuettu vapaaehtoistoiminta - avain osallisuuteen. Helsinki: Kansalaisareenan julkaisuja 3/2017, 6-9 [viitattu 30.3.2020]. Saatavissa: http://www.kansalaisareena.fi/ka2016/wp-content/uploads/2017/11/Tuettu_vapaaehtoistoiminta_WEB_KORJ2.pdf
- Arene. 2020. Vastuullinen opinnäytetyö – Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. [viitattu 28.5.2020]. Saatavissa: <http://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/Areen%20ONT%20eettiset%20ohjeet%20esitysmateriaali%202020.pdf?t=1578486373>
- Brunou, M. 2020. Tuettu vapaaehtoistoiminta Lahdessa – Hankkeen loppujulkaisu. Lahti: Lahden Diakonialaitos.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Harju, A. 2005. Kansalaisyhteiskunta vapaaehtoistoiminnan innoittajana. Teoksessa Nylund, M. & Yeung, A. (toim.) Vapaaehtoistoiminta – Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 58-82.
- Juuti, P. & Puusa, A. 2020. Johdanto. Teoksessa Puusa, A. & Juuti, P. (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Gaudeamus. [viitattu 22.7.2020]. Saatavissa BookBeat kirjapalvelussa.
- Kaila, K. (toim.) 2014. Onnistunut vapaaehtoistoiminta. Opas toiminnan kehittäjälle. Vapaaehtoistyö yleishyödyllisessä yhteisössä -hanke. [viitattu 30.3.2020]. Saatavissa: https://www.kierratyskeskus.fi/files/8928/Onnistunut_vapaaehtoistoiminta_opas_VETY_0514web.pdf
- Kalmari, A. 2018. Taito tehdä hyvää. Teoksessa Hirvonen, S. & Puolitaival, S. (toim.) Vapaaehtoistoiminta nyt ja tulevaisuudessa. Kansalaisareenan julkaisuja 2/2018, 6-7. [viitattu 26.5.2020]. Saatavissa: <http://www.kansalaisareena.fi/ka2016/wp-content/uploads/2018/12/Vapaaehtoistoiminta-nyt-ja-tulevaisuudessa-web.pdf>
- Kumpula, K. 2018. Vapaaehtoisuus muuttuu ketterästi vastaamaan ajan tarpeita. Teoksessa Hirvonen, S. & Puolitaival, S. (toim.) Vapaaehtoistoiminta nyt ja tulevaisuudessa. Kansalaisareenan julkaisuja 2/2018, 98-99. [viitattu 28.4.2020]. Saatavissa: <http://www.kansalaisareena.fi/ka2016/wp-content/uploads/2018/12/Vapaaehtoistoiminta-nyt-ja-tulevaisuudessa-web.pdf>

Lahden Diakonialaitos. 2020a. Lähimmäisten palvelua 150-vuotta [viitattu 30.3.2020]. Saatavissa:

http://www.dila.fi/lahden_diakonialaitos/dila_150_vuotta_%282019%29/yleishistoriaa

Lahden Diakonialaitos. 2020b. Toimintarakenne [viitattu 30.3.2020]. Saatavissa:

http://www.dila.fi/lahden_diakonialaitos/esittely/toimintarakenne

Lahden Diakonialaitos. 2020c. Meidän arvomme [viitattu 30.3.2020]. Saatavissa:

http://www.dila.fi/lahden_diakonialaitos/arvot

Lahden Diakonialaitos. 2020d. Tukea vapaaehtoisuuteen -hanke [viitattu 30.3.2020].

Saatavissa: http://www.dila.fi/diakonia/tukea_vapaaehtoisuuteen

Lahden Diakonialaitos. 2020e. Dilakortteli on seniorikortteli [viitattu 26.5.2020]. Saata-

vissa: http://www.dila.fi/ikaantyneille/dilan_seniorikortteli

Lahden Diakonialaitos. 2020f. Palvelut perheille [viitattu 26.5.2020]. Saatavissa:

<http://www.dila.fi/perheille>

Lahden Diakonialaitos. 2020g. Nuorten sote-työpaja Stoori [viitattu 26.5.2020]. Saata-

vissa: http://www.dila.fi/diakonia/nuorten_sote-tyopaja_stoori

Lahden Diakonialaitos. 2020h. Tervetuloa tekemään hyvää [viitattu 26.5.2020]. Saata-

vissa: http://www.dila.fi/diakonia/tervetuloa_tekemaan_hyvaa

Laimio, A. 2017. Vapaaehtoistoiminta on kansalaisoikeus. Teoksessa Rajala, A. & Niemi-

nen, P. (toim.) Tuettu vapaaehtoistoiminta - avain osallisuuteen. Helsinki:

Kansalaisareenan julkaisuja 3/2017, 4-5. [viitattu 30.3.2020]. Saatavissa:

[http://www.kansalaisareena.fi/ka2016/wp-](http://www.kansalaisareena.fi/ka2016/wp-content/uploads/2017/11/Tuettu_vapaaehtoistoiminta_WEB_KORJ2.pdf)

Laimio, A. & Välimäki, S. 2011. Vapaaehtoistoiminta kehittyä. Jyväskylä: Kopijyvä Oy.

Verkkojulkaisu [viitattu 24.3.2020]. Saatavissa:

http://www.kssotu.fi/versova/media/Vapehttoim_KEHITTY.pdf

Marjovuo, A. 2014. Vapaaehtoistyön ytimessä. Järjestömuotoinen vapaaehtoistyö

sosiaalisten representaatioiden näkökulmasta [viitattu 24.3.2020]. Väitöskirja. Helsingin

yliopisto. Saatavissa:

https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/44979/marjovuo_v%c3%a4it%c3%b6skirja.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Martela, F. & Jarenko, K. 2014. Sisäinen motivaatio - Tulevaisuuden työssä tuottavuus ja innostus kohtaavat. Eduskunnan tulevaisuusvaliokunnan julkaisu 3/2014. [viitattu

15.4.2020]. Saatavissa:

https://www.eduskunta.fi/FI/naineduskuntatoimii/julkaisut/Documents/tuvj_3+2014.pdf

Martela, F. 2015. Valonöörit – Sisäisen motivaation käsikirja. Helsinki: Gummerus. [viitattu 25.3.2020]. Saatavissa Storytel kirjapalvelussa.

Martela, F. 2020. Elämän tarkoitus – Suuntana merkityksellinen elämä. Helsinki: Gummerus. [viitattu 10.5.2020]. Saatavissa BookBeat kirjapalvelussa.

Mäkilä, P. 2018. Vapaaehtoistyön tekeminen on merkittävä voimavara myös yrityksille. Op-media. [viitattu 26.5.2020]. Saatavissa: <https://op.media/chydenius/talous-ja-yhteiskunta/vapaaehtoistyon-tekeminen-on-merkittava-voimavara-mynos-yrityksille-b34552c261fd4330b4536213ddee70f9>

Nelimarkka, M. 2019. Vapaaehtoistyön motiivit ja niihin liittyvät moraaliset kannanotot. Pro gradu-tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos. Jyväskylä. [viitattu 26.5.2020]. Saatavissa:

<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/66083/URN%3ANBN%3Afi%3Aju-201910284645.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Nurmi, J-E., & Salmela-Aro, K. 2017. Johdanto. Teoksessa Nurmi, J-E., & Salmela-Aro, K. (toim.) Mikä meitä liikuttaa – motivaatiopsykologian perusteet. Jyväskylä: PS-kustannus. [viitattu 26.3.2020]. Saatavissa Storytel kirjapalvelussa.

Nylund, M., & Yeung, A. 2005. Vapaaehtoisuuden anti, arvot ja osallisuus murroksessa. Teoksessa Nylund, M. & Yeung, A. (toim.) Vapaaehtoistoiminta – Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 13-38.

Rochester, C., Payne, A. & Howlett, S. 2010. Volunteering and Society in the 21st Century. Hampshire: Palgrave Macmillian.

Sipola, M. 2019. Vapaaehtoistoimintaan osallistuminen suomalaisessa yhteiskunnassa. Maisterin tutkielma. Helsingin yliopisto. Teologinen tiedekunta. Helsinki. [viitattu 30.4.2020]. Saatavissa:

https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/303743/Sipola_Merja_maisterintutkielma_2019.pdf?sequence=2&isAllowed=y

TENK. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. [viitattu 28.5.2020]. Saatavissa:

https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Tammi.

Valli, R. 2018. Aineistonkeruu kyselylomakkeella. Teoksessa Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1 – Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus. [viitattu 29.3.2020]. Saatavissa BookBeat kirjapalvelussa.

Vasalampi, K. 2017. Itsemääräämisteoria. Teoksessa Nurmi, J-E., & Salmela-Aro, K. (toim.) Mikä meitä liikuttaa – motivaatiopsykologian perusteet. Jyväskylä: PS-kustannus. [viitattu 10.4.2020]. Saatavissa Storytel kirjapalvelussa.

Vilka, H. 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Tammi.

Willberg, E. 2015. Vapaaehtoistoiminnasta iloa monille - Hyvinvointia tukevan vapaaehtoistyön vastuut ja käytännöt. Sitran selvityksiä 93. Helsinki: Sitra. [viitattu 26.5.2020]. Saatavissa: <https://media.sitra.fi/2017/02/27174908/Selvityksia93-2.pdf>

Yeung, A. 2004. Miksi vapaaehtoistoimintaan? Kansalaisyhteiskunta. [viitattu 26.3.2020]. Saatavissa: https://www.kansalaisyhteiskunta.fi/tietopalvelu/vapaaehtoistoiminta/aiemmat_artikkelit/miksi_vapaaehtoistoimintaan

Yeung, A. 2005a. Tutkimustyökaluja vapaaehtoistyön mysteeriin. Teoksessa Nylund, M. & Yeung, A. (toim.) Vapaaehtoistoiminta – Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 83-103.

Yeung, A. 2005b. Vapaaehtoistoiminnan timantti: Miten mallintaa motivaatiota? Teoksessa Nylund, M. & Yeung, A. (toim.) Vapaaehtoistoiminta – Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 104-125.

LIITTEET

Liite 1 Haastattelulomake

Kysymykset

1. Kuinka kauan olet ollut mukana tuetussa vapaaehtoistoiminnassa?
2. Mikä sai sinut alun perin lähtemään mukaan tuettuun vapaaehtoistointaan?
3. Minkälaisia asioita mietit ennen vapaaehtoistointaan mukaan lähtemistä?
4. Millaisia tavoitteita olet asettanut itsellesi vapaaehtoistointaan liittyen?
5. Olet ollut toiminnassa mukana __kk/v, miten tavoitteet ovat muuttuneet matkanvarrella?
6. Haluaisitko kertoa millaisessa toiminnassa olet ollut mukana?
7. Kävitkö tutustumiskäynnillä vapaaehtoistointaan paikassa ennen toiminnan aloittamista? Muistatko millaisia ajatuksia tuolloin heräsi?
8. Miten sinut on ko. toiminnassa kohdattu?
9. Miten juuri tämä vapaaehtoistointaan muoto valikoitui sinulle?
10. Mitä vapaaehtoistointaan mukana oleminen on sinulle merkinnyt?
11. Mikä on ollut parasta vapaaehtoistointaan?
12. Millaisia kohtaamiset hankkeen työntekijöiden kanssa ovat olleet, koetko saaneesi tukea?
13. Millaista tukea olet tarvinnut ja onko tuki ollut riittävää?
14. Onko jotakin mikä ei ole vastannut odotuksiasi tai mitä vielä kaipaisit vapaaehtoistointaan?
15. Onko jotakin mitä haluaisit vielä kertoa?