

YSTÄVÄPIIRI-RYHMÄNOHJAAMINEN
VAPAAEHTOISTYÖNTEKIJÖIDEN NÄKÖKULMASTA

Mirva Salonen ja Päivi Vähätalo
Opinnäytetyö, syksy 2011
Diakonia-ammattikorkeakoulu,
Diak Etelä, Helsinki
Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosionomi (AMK)

TIIVISTELMÄ

Salonen Mirva & Vähätalo Päivi. Ystäväpiiri-ryhmänohjaaminen vapaaehtoistyöntekijöiden näkökulmasta. Helsinki, syksy 2011, 61 sivua, 4 liitettä.
Diakonia-ammattikorkeakoulu, Diak Etelä Helsinki. Sosiaalialan koulutusohjelma, sosionomi (AMK).

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää Ystäväpiiri-koulutukseen osallistuvien vapaaehtoisten ryhmänohjaajien kokemuksia. Vapaaehtoiset ryhmänohjaajat tavoittelivat erilaisia taitoja ohjata ikäihmisten ryhmiä Ystäväpiiri-toiminnassa. Tarkoituksenamme oli selvittää, miten Ystäväpiiri-koulutukseen osallistuvat vapaaehtoiset kokivat koulutuksen, ja minkälaisia kehittämissuhteita heillä on Ystäväpiiri-koulutusta ajatellen. Opinnäytetyö tehtiin yhteistyössä Vanhustyön keskusliiton kanssa. Vapaaehtoiset ryhmänohjaajat olivat Suomen Punaisen Ristin jäseniä.

Tutkimusongelmaan etsittiin vastauksia haastattelujen kautta, jotka toteutettiin keväällä 2011. Haastattelimme viittä naista, 22–70-vuotiaista. Haastattelut tehtiin Helsingissä SPR:n Hertan toimipisteessä. Tutkimus oli laadullinen ja tutkimusmenetelmänä käytettiin teemahaastattelua. Teemat olivat vapaaehtoistoiminta, Ystäväpiiri-toiminta- ja koulutus sekä vertaistuki.

Ystäväpiiri-koulutukseen lähteneet vapaaehtoiset mainitsivat tärkeimmäksi motivaatioksi toimintaan mukaan lähtemiseksi auttamisen halun. Huoli yhteiskunnassamme elävistä yksinäisistä ikäihmisistä oli motivoiva tekijä. Oman ajan antaminen toiselle oli tärkeimpiä vapaaehtoistoimintaan hakeutumisen syitä. Ystäväpiiri-koulutuksesta ja ryhmänohjauksesta vapaaehtoiset kokivat itse saaneensa iloa ja virkistystä sekä uusia kontakteja ikäihmisten kanssa. Ystäväpiiri-koulutuksen kehittämiseen tuli haastateltavilta tärkeitä ehdotuksia. Tulosten perusteella voidaan sanoa, että Ystäväpiiri-koulutus koettiin erittäin hyvänä ja tarpeellisena. Haastateltavat olivat kokeneet onnistumisen tunteita Ystäväpiiri-ryhmiä ohjatessaan sekä he olivat tuottaneet ikääntyneille yksinäisille iloa ja uusia kokemuksia.

Asiasanat: Ikäihminen, ryhmänohjaus, vapaaehtoistoiminta, vertaistuki, voimaantumisen, yksinäisyys, Ystäväpiiri-toiminta

ABSTRACT

Salonen, Mirva & Vähätalo, Päivi. Circle of friends and an elderly group-leading; a voluntary point of view. 61 p., 4 appendices. Language: Finnish. Helsinki, Autumn 2011.

Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services, Option in Social Services and Education. Degree: Bachelor of Social Services.

The aim of this study was to examine experiences of the voluntary workers who participated in the Circle of friends -activity and education organized by The Central Union for the Welfare of the Aged. Circle of friends offers group activities for older people who are suffering from loneliness. These voluntary workers aimed at achieving skills to lead elderly groups in the Circle of friends- meetings. The aim in this study was also to get information from the volunteers on how to develop the education whether it is needed. The study was done in co-operation with The Central Union for the Welfare of the Aged. The voluntary workers were all members of the Finnish Red Cross.

We were searching answers to our study by interviewing five voluntary workers both before and after the education, and the interviews were tape recorded. The voluntary workers in our study were all females aged 22 to 70, and the interviews were conducted in Helsinki, in the office of Finnish Red Cross. The study was qualitative, and we used theme topics. Our themes were voluntary activity, education and activity in the Circle of friends, and peer support.

The voluntary workers mentioned that their most important motives to participate in this kind of activity were their willingness to help. They were worried about the lonely, elderly people in our society. The volunteers were anxious to take part in the Circle of friends and they wanted to share their time and knowhow. The volunteers experienced the education and the activity very rewarding and they made friends and contacts with other seniors as well. The volunteers suggested a few interesting and important developments to the Circle of friends-education, which might be useful to the organizers. As main results you could mention that all the volunteers considered the education useful and necessary. In the meetings the elderly groups experienced joy and happiness with the volunteers, and they all had a good time together.

Keywords: elderly, group leading, voluntary activity, peer support, Circle of friends, empowerment, loneliness

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	7
2 VAPAAEHTOISTOIMINTA.....	9
2.1 Vapaaehtoistoiminnan lähtökohdat	9
2.2 Tutkimuksia ikäihmisten vapaaehtoistoiminnasta ja sen tarpeesta	10
2.3 Suomen Punaisen Ristin vapaaehtoistoiminta	12
2.4 Euroopan vapaaehtoistoiminnan vuosi 2011	14
2.5 Vertaistuki	16
3 VANHUSTYÖN KESKUSLIITTO	18
3.1 Vanhustyön keskusliiton historia	18
3.2 Liiton toiminta-ajatus ja tehtävät	18
3.3 Liiton arvot ja visiot	19
3.4 Vanhustyön keskusliiton organisaatiokaavio	20
4 VANHUSTYÖN KESKUSLIITON YSTÄVÄPIIRI-TOIMINTA.....	21
4.1 Ystäväpiiri-toiminnan tausta.....	21
4.2 Ystäväpiiri-koulutus.....	21
4.3 Ystäväpiiri-ryhmänohjaus	23
4.4 Ystäväpiiri-ryhmätoiminnan vaikuttavuus.....	25
4.4.1 Tuloksia Ystäväpiiri-ryhmistä	25
4.4.2 Tuloksia Ystäväpiiri-koulutuksista	26
5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSONGELMAT	27
6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	28
6.1 Tutkimusmenetelmä	28
6.2 Aineiston keruu ja kohderyhmän kuvaus	29
6.3 Aineiston analysointi	31
7 TUTKIMUKSEN TULOKSET	33
7.1 Haastattelu ennen Ystäväpiiri-ryhmänohjaajakoulutusta	33
7.1.1 Lupaus vapaaehtoistyöhön.....	33
7.1.2 Huoli ikäihmisistä.....	34

7.1.4 "Elän toivossa että A löytyy ryhmä, ja B että se rupee toimimaan"	36
7.1.5 "Oppis saamaan sen osaksi arkee"	37
7.1.6 "Yksi plus yksi on enemmän kuin kaksi"	38
7.2 Haastattelu Ystäväpiiri-ryhmänohjaajakoulutuksen jälkeen	38
7.2.1 Vapaaehtoiset Ystäväpiiri-toiminnassa	39
7.2.2 "Kun tajus, että hei tästä on jotain hyötyä"	41
7.3 Ystäväpiiri-koulutuksen mahdollinen kehittäminen	43
8 POHDINTA	48
8.1 Tulosten tarkastelua	48
8.2 Tutkimuksen eettisyys	53
8.3 Tutkimuksen luotettavuus	54
8.4 Yhteinen oppimisprosessi	55
LÄHTEET	58
LIITE 1: Saatekirje	62
LIITE 2: Haastattelun suostumuslomake	63
LIITE 3: Haastattelukysymykset ennen Ystäväpiiri-ryhmänohjaajakoulutusta	64
LIITE 4: Haastattelukysymykset Ystäväpiiri-ryhmänohjaajakoulutuksen jälkeen ..	65

1 JOHDANTO

Vuosi 2011 on nimetty Euroopan vapaaehtoistoiminnan vuodeksi, joka nostaa esille vapaaehtoistoimijat ympäri Euroopan. Tämän teemavuoden aikana tuodaan esille vapaaehtoistyön merkityksellistä vaikutusta yhteiskunnalle. Teemavuoden innoittamana idea opinnäytetyömme aiheesta nousi esille, joka täyttää myös tutkimuksen ajankohtaisuusvaatimukset. Teemavuoden aikana vapaaehtoistoiminta on esillä laajasti erilaisissa tapahtumissa ja viestinnässä. Vapaaehtoisia kiitetään tehdystä työstä sekä esitellään vapaaehtoistoiminnan eri muotoja ja tarinoita niiden takana. (Tuntitili 2011.)

Opinnäytetyömme tarkoituksena on perehtyä Ystäväpiiri-koulutukseen osallistuvien vapaaehtoisten ryhmänohjaajien kokemuksiin. Vapaaehtoiset ryhmänohjaajat ovat SPR:n jäseniä. Tutkimukseemme liittyvät vapaaehtoiset osallistuvat Vanhustyön keskusliiton kehittämään ja toteuttamaan Ystäväpiiri-koulutukseen. Koulutukseen osallistuvien vapaaehtoisten tavoitteena on oppia suunnittelemaan, toteuttamaan ja ohjaamaan tavoitteellisia ikäihmisten ryhmiä. Ryhmissä toimitaan asiakaslähtöisesti taiteen, kulttuurin, liikunnan ja keskustelun keinoin. Koulutusmallissa paneudutaan sekä teoreettisiin tietoihin, että tehtäviin. Näin ollen koulutukseen osallistuvien vapaaehtoisten, tulevien ryhmänohjaajien tietotaito kertyisi sopivan laajasti ja monipuolisesti. Ikäihmisten ryhmät toimivat niin sanotun suljetun mallin mukaisesti. Tämä tarkoittaa ennalta haastateltujen ja valittujen ryhmäläisten sitoutumista toimintaan, ja heitä kaikkia yhdistää yksinäisyys. Jatkotavoitteena onkin voida toimia itsenäisesti ilman ohjaajia, ja kokoontua yhteen saaden arjen tuntuun mielekkäältä ystävien seurassa. (Jansson 2009, 15.)

Ystäväpiiri on ikäihmisten ryhmätoimintaa, jolla pyritään helpottamaan heidän kokeensa yksinäisyyttä. Ystäväpiiri-ryhmien tavoitteena on koota yksinäisyyttä kokevat ikäihmiset yhteen, jolloin he voivat jakaa elämäänsä ja kokemuksiansa. Tarkoituksena on ystävystyä ja saada lievitystä yksinäisyyden tunteelle toimimalla muiden kanssa mukavissa ryhmissä aktiviteettien vaihtuessa. Ryhmänohjaajina toimivat koulutetut ryhmänohjaajat. Toiminnan mahdollistavat Vanhustyön keskusliitto ja Raha-automaattiyhdistys. (Ystäväpiiri 2010.) Ystäväpiiri-toimintamalli pe-

rustuu Vanhustyön keskusliiton Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishankkeeseen (Vanhustyönkeskusliitto 2010 a).

Tavoitteenamme on saada uutta tietoa Ystäväpiiri-koulutukseen osallistuvilta vapaaehtoisilta, tulevilta ryhmänohjaajilta - heidän ennakkokäsityksistään, kokemuksestaan ja jaksamisestaan vanhustyöhön liittyen. Miksi ryhtyä vapaaehtoiseksi? Mitä työ antaa ja mitkä ovat sen haasteet? Minkälaista tukea ja ohjausta vapaaehtoiset kokevat tarvitsevansa? Olisiko Ystäväpiiri-koulutusta mahdollista kehittää vapaaehtoistyönohjaajan näkökulmasta? Tutkimuksessamme vapaaehtoisten oman äänen kuuleminen nousee merkittävään rooliin.

Tutkimus tehdään teemahaastatteluna ja sen analysointiin käytämme sisällönanalyysiä. Haastattelut sijoittuvat sekä ennen että jälkeen ikäihmisten ryhmätapaamisten, noin puolen vuoden aikatauluna. Kerätyllä aineistolla ja lopullisella tutkimuksellamme pyrimme saavuttamaan myös todellista hyötyä tutkimuksen tilaajalle. Tässä näkökulmina ovat vapaaehtoistyönohjaajien koulutuksellinen tarve ja mahdollinen vertaistuki.

2 VAPAAEHTOISTOIMINTA

2.1 Vapaaehtoistoiminnan lähtökohdat

”Vapaaehtoistoiminta on ihmisten auttamista ja tukemista tavallisen ihmisen tiedoin ja taidoin.” Vapaaehtoistoiminta määritellään usein yksittäisten ihmisten ja yhteisöjen hyväksi tehtyä toimintaa, josta ei saa rahallista korvausta. Vapaaehtoistoimintaa tehdään ilman pakkoa ja on toimintaa, jota kulttuurissamme ei pidetä velvollisuutena perhettä tai sukua kohtaan. (Porkka 2009, 60.)

Käsite vapaaehtoistoiminta tuli 1980-luvulla järjestöjen kielenkäyttöön ja sillä haluttiin korostaa, että kyse ei ole palkkatyöstä tai työstä lainkaan. Vapaaehtoistyökäsite on taas kansainvälisesti käytetty, millä korostetaan toiminnan tärkeyttä. Kyse ei ole puuhastelusta, vaan yhtä arvokkaasta työstä kuin palkkatyö. Käsitteet vapaaehtoistoiminta ja vapaaehtoistyö käytetään usein rinnakkaisina, eivätkä niiden määritelmät ole suuresti ristiriidassa keskenään. Lähinnä eroja syntyy määritelmien laajuudesta ja painotuksista. (Porkka 2009, 60.) Käytämme työssämme vapaaehtoistoiminta-käsitettä.

Vapaaehtoistoiminta voi jollekin olla palkkatyön puuttuessa ainoa mielekäs toiminnan lähde. Oman identiteetin ja oman elämän arvokkaaksi kokemisen kannalta on merkittävää tuntea itsensä tarpeelliseksi ja hyödylliseksi, sekä päästä osallistumaan itselle tärkeään toimintaan. Se auttaa pitämään yllä omaa toimintakykyä, sekä säilyttämään kokemuksen oman elämän ja itsensä tarpeellisuudesta. (Harju, Niemelä, Ripatti, Siivonen & Särkelä 2001, 36.)

Vapaaehtoistoimintaan mukaan tuleminen syy on useimmiten tekemisen halu. Mukaan lähdetään usein elämän taitekohdissa, esimerkiksi perhetilanteen muuttuessa tai siirryttäessä eläkkeelle. Arkeen halutaan uudenlaista sisältöä vapaaehtoistoimintaan osallistuttaessa. Halu oppia uutta, voi olla myös motiivina lähteä vapaaehtoistoimintaan. Ihmiset hakeutuvat vapaaehtoistoimintaan myös siksi, että he haluavat auttaa muita. Omassa elämässä on koettu kenties vaikeuksia ja selviytytty niistä. Tämä kokemus halutaan jakaa muiden kanssa. Tärkeää on pitää

mielessä, että auttamalla toisia auttaa itseään. Toiminnan erityisluonne, vapaaehtoisuus, tekee siitä hauraan, mutta myös voiman ja vahvuuden. Vapaaehtoinen on mukana juuri niin kauan, kuin hän on aidosti kiinnostunut ja innostunut toiminnasta, ja hän kokee toiminnan mielekkäänä. (Harju, Niemelä, Ripatti, Siivonen & Särkelä 2001, 36–37.) Vapaaehtoistoimija nähdään yhteistyökumppanina, ja hänen tulee olla vaitiolovelvollinen, puolueeton ja vastuuntuntoinen sekä saada toimintaansa tukea ja rohkaisua. Jokaisen yksilön autonomisuuden toteutuminen kuuluu myös luonnollisesti vapaaehtoistoiminnan peruseräisiin. (Yeung 2002, 11.) Suomessa vapaaehtoistoimintaa on tutkittu pääasiassa historiallisesta ja yhteiskunnallisesta näkökulmasta käsin. 2000-luvulla kiinnostuksen kohteeksi ovat nimenomaan nousseet yksilöiden omakohtaiset kokemukset ja näkemykset. (El Said & Patja 2011, 13.)

2.2 Tutkimuksia ikäihmisten vapaaehtoistoiminnasta ja sen tarpeesta

Leena Kurjen (2007, 18–19) mukaan vanhuutta ei ole olemassa. On vain ihmisiä, jotka elävät tietyssä konkreettisessa ajassa, määrätynlaisissa olosuhteissa elämänsä syklin hetkessä. Vanhoja ihmisiä koskettavat usein monet stereotypiat, ryhmittely tietyntylaisiin muotteihin on usein tiukkaa, arkisista toimista poissulkevaa, ja näin ollen elämää ei nähdä inhimillisenä kokonaisuutena. Helposti ajatellaan, että kaikki vanhat ovat sairaita ja ikävyyttäviä, mutta luonnollisestihan näin ei ole. Vanhuus ei myöskään ala tietyssä iässä, esimerkiksi 65-vuotiaana, vaan vanhenemme yksilöllisesti ja vaihtelevasti, vaikka vakiintuneesti arvioimmekin vanhuutta kronologisen iän mukaan.

Yhteiskunnassa mitataan monesti asioita tuottavuudella, ja näin on myös ikäihmisten kohdalla. Usein ajattelemme, että iältään vanha ihminen on hyödytön, tuottamaton ja taakka, mutta tämäntyyppinen ajattelutapa on kapea ja lyhytnäköinen. Ihminen on tutkimusten mukaan kiinnostunut elämästä sangen pitkään, jolloin tuottavuus ja hyödyllisyys koko yhteiskunnalle on huomattava näkökulma niin sanottuja ikäihmisiä ajateltaessa. Yhteiskunnallisesti ajateltuna edelleen eläkkeelle siirtyminen avaa uusia mahdollisuuksia ikäihmiselle olla hyödyksi sekä itselleen, että perheelleen, ja muille yhteisönsä jäsenille. (Kurki 2007, 19–20.)

Vapaaehtoistyö ja vanhuus yhdessä palvelevat ikääntyvää, mahdollisesti yksinäisyyttä ja sen tunnetta potevaa vanhaa ihmistä monin eri tavoin. Eri yhdistykset ja järjestöt tarjoavat monipuolista työtä, jota ikäihmiset ihmiset voivat vapaaehtoisina tehdä. Sitoutuminen työhön on samankaltaista kuin mitä se on muilla vapaaehtoisilla työntekijöillä, ja näin ollen vapaaehtoistoiminta antaa vireille ikäihmisille laajan toimintakentän. Ikäihmiset voivat käyttää kokemustaan, ja luontaisia sosiaalisia taitojaan aktivoituessaan, ja aktivoitessaan muita osallistumaan yhteisiin tapahtumiin. Koko yhteiskunta hyötyy ikäihmisten halusta, innokkuudesta ja osallisuudesta toimia esimerkiksi juuri yksinäisyyden tunteen lievittämisessä eri kohderyhmien parissa. (Kurki 2007, 131–132.) Särkelän (2011) tutkimuksessa on huomattu, että 65–74-vuotiaat eläkeläiset osallistuvat aktiivisemmin vapaaehtoistoimintaan sekä käyttävät siihen enemmän aikaa. (Särkelä 2011, 290.) Vapaaehtoistoimintaa pidetään mielekkäänä juuri sen tuoman vapauden vuoksi. Voi osallistua silloin, kun itselle parhaiten sopii ja on aikaa. (Rajaniemi 2009, 22.)

Yksinäisyys käsitteellä tarkoitetaan ihmisen omaa sisäistä kokemusta. Yksinäisyys määritellään yksilön subjektiiviseksi kokemukseksi, ettei hänellä ole tarpeeksi tyydyttäviä ihmissuhteita. Ihminen odottaa ympäristöltään ja kanssaihmisiltään jotain muuta tai enemmän, kuin mitä kokee saavansa, joten tästä syntyy yksinäisyyden tunne. Pitää kuitenkin muistaa, että aina yksinäisyys ei tarkoita negatiivista kokemusta, vaan yksin oleminen voi olla vapaaehtoista ja toivottua. Myönteinen yksinäisyys mahdollistaa oman elämän tarkastelua, ja myönteisestä yksinäisyydestä pääsee pois muiden pariin silloin, kun haluaa. Kielteisessä yksinäisyydessä kysymys on ei-toivotusta tilasta, pakonomaisuudesta ja kärsimyksestä. (Routasalo & Pitkälä 2005, 19–20.) Ikääntyneille yksinäisyyttä aiheuttavat huono terveys ja menetykset. Emotionaalista yksinäisyyttä, kuten masennusta, aiheuttavat leskeys, yksin asuminen tai heikentynyt toimintakyky. Sosiaalinen yksinäisyys näyttäytyy puutteellisina vuorovaikutussuhteina, johon altistavat erityisesti suppeat ystäväkontaktit, mielialuongelmat ja huono toimintakyky. (Niemelä & Nikkilä 2009, 138–139.)

Syrjäytymisestä puhuttaessa, painopisteenä ovat olleet syrjäytyminen köyhyytenä ja syrjäytyminen yksinäisyytenä. Syrjäytyminen köyhyytenä painottuu taloudellis-

ten edellytysten niukkuuteen ja sitä kautta syntyy osattomuutta. Syrjäytyminen yksinäisyytenä tarkoittaa sosiaalista yksinjäämistä ja sen kokemuksen tuomaa subjektiivista syrjäytymisen tunnetta. Syrjäytymisen kaksi muotoa on määritelty: syrjäytyminen toiminta- ja liikkumiskyvyn menettämisenä ja syrjäytyminen muistisairautena. Toiminta- ja liikkumiskyvyn menettämisessä yksilön hakeutuminen kodin ulkopuolelle harrastusten ja ystävien seuraan, ovat heikentyneet. Dementia ja muistisairaudet ovat oma syrjäytymisen muotonsa. Niissä loppuvaiheessa ihminen ei enää tunnista ympäristöään eikä läheisiään. (Niemelä 2009, 26–27.)

Helsingin kaupungin terveystieteiden tutkimuskeskuksen kotihoidon kehittämishankkeen tulosten pohjalta käynnistettiin vuonna 2006 vanhusten syrjäytymistä ehkäisevä kehittämisprojekti. Projekti toteutettiin yhdessä Helsingin yliopiston Toiminnan ja kehittävän työntutkimuksen yksikön kanssa. Hankkeessa toimintamallit olivat 1) varhainen puuttuminen yksinäisyyteen ja tiedottaminen tarjolla olevista palveluista, 2) verkostoituminen ja yhteistyö muiden lähialueen toimijoiden kanssa sekä 3) vapaaehtoistoiminta. Lupaava-hankkeen aikana järjestettiin alueen toimijoiden yhteinen verkostotapaaminen. Verkostopalaverissa oli edustajia muun muassa seurakunnasta, Vanhusten sosiaalityöstä, Diakonia-ammattikorkeakoulusta ja Vanhustyön keskusliitosta. (Niemelä & Nikkilä 2009, 141–145.)

Jo ensimmäisessä verkostotapaamisessa tuli selkeästi esille vapaaehtoistoiminnan tarve. Kotihoidossa olevilla asiakkailla on vaikeuksia liikkua kodin ulkopuolella. Liikkumisvaikeudet puolestaan lisäävät entisestään ikäihmisten yksinäisyyden tunnetta. Vaikka vapaaehtoistoiminnan tarve olikin huomattu, niin esimerkiksi kotihoidon, seurakunnan ja päivätoiminnan kesken vapaaehtoistoiminta ei saanut kovinkaan suurta kannatusta. Syynä tähän saattoi olla, että aivan keskustan alueella ei ole ollut kiinnostusta perinteiseen vapaaehtoistoimintaan. (Niemelä & Nikkilä 2009, 147–148.)

2.3 Suomen Punaisen Ristin vapaaehtoistoiminta

Suomen Punaisen Ristin vaiheista kertoo muun muassa sen silloinen sosiaalityön ydin, joka ulottuu v. 1960-luvulla vanhustyöhön, kotiaputoimintaan ja ystäväpalve-

luun. Valtava sosiaalinen murros koetteli 1960–1980 luvuilla Suomea. Elinkeinorakenteet horjuivat ja muuttuivat, ja ihmisiä muutti kaupunkiin elannon perässä. Tämän tyyppisissä murroksissa ihmiset menettivät lähiyhteisöjensä tuen ja kontrollin, ja perheyhteisötkin erkaantuivat toisistaan. Vanhukset jäivät usein maaseudulle, ja nuoret aikuiset kaupungistuivat, ja elämäntavat muuttuivat. Elintaso kohosi hetkittäin, mutta sosiaaliset epäkohdat kasvoivat. Näin ollen Suomen Punainen Risti alkoi kiinnittää huomiota näihin epäkohtiin ja paneutui kyseisiin avustustöihin. Suomen Punaisen Ristin varsinainen sosiaalityö alkoi vanhustyöstä 1950-luvulla. Tällöin ikääntyvien määrä kasvoi suhteessa muuhun väestöön, ja esimerkiksi maamme vanhusten hoitojärjestelmä kehittyi. Laitoshoidosta tuli vaihtoehto kotona asumiselle, mutta paikat täyttyivät nopeasti, ja pulaa oli tällöin myös laitospaikoista. Tuolloin Punainen Risti oli omaksunut nyt niin ajankohtaisen ajatuksen ikääntyvien ihmisten hyvästä, joka oli heidän pitämisessä kiinni itsenäisessä elämässä, vaikka jo silloin siihen sisältyi yksinäisyys. Tuolloin vanhusten elämää helpotti kotiapu, jossa Punainen Risti oli määrällisesti edelläkävijä verrattuna esimerkiksi Valtakunnalliseen Kotiapukeskukseen. Kotiapukeskuksissa ja toimistoissa alettiin myös välittää vanhuksille Punaisen Ristin ystäviä. Punaisen Ristin toimintaan ja tavoitteisiin kuuluivat jo tuolloin ikäihmisten omatoimisuuden lisääminen sekä yksinäisyyden lievittäminen, ja sen lievittyminen. (Hytönen 2002, 170–171.)

Punainen Risti on kansainvälisesti tunnettu järjestö, jolla on toimintaa laajalti ympäri maailmaa. Toimintaa on katastrofiavusta arkipäiväisiin koulutuksiin, joilla autetaan ihmisiä erilaisissa elämäntilanteissa. Punaisen Ristin toimintaan kuuluu seitsemän eri periaatetta, jotka muotoutuivat liikettä perustettaessa, ja nämä periaatteet vahvistettiin vuonna 1965. Inhimillisyys, tasapuolisuus, puolueettomuus, riippumattomuus, vapaaehtoisuus, ykseys ja yleismaailmallisuus muodostavat Punaisen Ristin toimintaperiaatteet, joita toiminnassa noudatetaan, ja samanaikaisesti periaatteiden sisällöistä tietoisuutta on tarkoitus lisätä. Punaisen Ristin toiminta on kaikin tavoin pyyteetöntä, sillä se on vapaaehtoisjärjestö. (Kankaansivu 2007, 21–22.)

Yksi järjestön seitsemästä periaatteesta on vapaaehtoisuus, ja sitä toteutetaan kaikkialla maailmassa, sekä kansallisella että kansainvälisellä tasolla. Osallistumista on mahdollista toteuttaa varojen hankinnalla, kehitysyhteistyötä kehittämällä,

ensiaputoiminnalla, verenluovutuksella, sekä osallistumalla nuorisotoimintaan ja muuhun avustustyöhön. Suomen Punaisen Ristin vapaaehtoistoimintaan voi osallistua henkilökohtaisesti olemalla toiminnassa mukana, maksamalla jäsenmaksun vuosittain, osallistumalla keräyksiin tai ryhtymällä kuukausittaiseksi lahjoittajaksi omalla summalla. Erilaisiin projekteihin ja muuhun järjestön toiminnan kannalta ylläpitävään toimintaan on myös mahdollista osallistua, vaikka näihin on myös palkattu henkilöstöä. Vapaaehtoiset ovat silti ensisijaisen tärkeitä toimijoita toiminnan jatkuvuuden kannalta. (Kankaansivu 2007, 45.) 90 000 jäsentä toimii tälläkin hetkellä Suomen Punaisessa Ristissä, ja aktiivisia vapaaehtoisia on n. 45 000, jossa toimijoiden tehtäväkenttä on monipuolinen sisältäen ensiapukoulutusta, ystävä- ja tukihenkilötoimintaa, ja nuorten auttamista. (Punainen Risti 2011 c.)

Punaisen Ristin merkittävin toimintamuoto Suomessa on Ystävätoiminta. Tämän kautta tavoitetaan vuosittain noin 35 000 yksinäistä ikäihmistä. Ikääntyneet yksinäiset kaipaavat juttuseuraa ja tukea arkeensa. (Karvinen 2011, 8.) Pääkaupunkiseudulla Ystävätoiminnan tukipisteessä koordinoidaan Suomen Punaisen Ristin ystävätoimintaa ja kehitetään sitä edelleen. Tukipiste tarjoaa tukea ja neuvontaa ystävätoimijoille esimerkiksi tiedotuksen, rekrytoinnin, ryhmätoiminnan ja koulutuksen osalta. Ystävätoiminnan tukipiste on osa Suomen Punaisen Ristin Helsingin ja Uudenmaan piiriä, ja se sijaitsee Helsingin keskustassa Salomoninkadulla. Suurimpana rahoittajana tukipisteessä toimii Raha-automaattiyhdistys. Kumppaneita projektissa ovat Helsingin kaupunki ja Vanhustyön keskusliitto. (Punainen Risti 2011 a.)

2.4 Euroopan vapaaehtoistoiminnan vuosi 2011

Vapaaehtoistoiminnan teemavuoden 2011 aikana järjestetään vapaaehtoistoiminnan haastekampanja, jonka tarkoituksena on kannustaa suomalaisia mukaan vapaaehtois- ja järjestötoimintaan. Suomessa vapaaehtoistoiminnan vuoden 2011 suojelijana toimii tasavallan presidentti Tarja Halonen. Vapaaehtoistoiminnan vuotta koordinoivat Suomessa Kansalaisyhteiskuntapolitiikan neuvottelukunta KANE sekä Suomen Nuorisoyhteistyö – Allianssi. (Tuntitili 2011.)

Euroopan komissio koordinoi Euroopan tasolla. Teemavuosi toteutetaan kaikissa EU-jäsenmaissa, ja EU on asettanut siihen neljä tavoitetta, joita toimien tulee heijastaa. Vapaaehtoistoiminta nähdään tänä teemavuotena monimuotoisena ja laajana käsitteenä. EU:n asettamat tavoitteet ovat:

- 1) Toimintaympäristö luodaan niin suotuisaksi vapaaehtoistoiminnalle EU:ssa, jotta vapaaehtoistoiminnasta voidaan tehdä pysyvä osa kansalaisvaikuttamisen ja ihmisten välisen toiminnan kesken. Tällä pystytään puuttumaan vapaaehtoistoiminnan nykyisiin esteisiin.
- 2) Vapaaehtoistoiminnan järjestäjien tukeminen laadun parantamisessa. Tällä helpotetaan vapaaehtoistoimintaan osallistumista ja samalla autetaan järjestäjiä ottamaan käyttöön uusia vapaaehtoistoiminnan muotoja. Tämä edistää verkostoitumista, liikkuvuutta ja yhteistyötä kansalaisyhteiskunnan sisällä sekä muiden alojen kesken EU:ssa.
- 3) Vapaaehtoistoiminnan huomioiminen, jotta rohkaistaan asianmukaisten palkitsemisten luomista yksilöitä, yrityksiä ja vapaaehtoistyötä tekeviä ja sitä tukevia järjestöjä varten. Huolehditaan, että päättäjät, kansalaisyhteiskunnan järjestöt ja julkiset laitokset sekä työnantajat tunnustavat vapaaehtoistoiminnassa saavutetut taidot ja osaamisen EU:n tasolla.
- 4) Vapaaehtoistoiminnan arvon ja merkityksen esille nostaminen. Tällä tehdään vapaaehtoistoiminnan merkitystä yleisesti tunnetuksi kansalaisvaikuttamisena, kuten yhteiskunnan sopusointuiseen kehitykseen ja sosiaaliseen yhteenkuuluvuuteen. (Kansanvalta 2011.)

Helsingin yliopiston Ruralia-instituutin tekemän tutkimuksen mukaan järjestöjen vapaaehtoistyön kansantaloudellinen vaikutus on huomattava. Sen tehokkuusero on suuri verrattuna julkisen sektorin palkkatyöhön. Selvityksen mukaan neljän suuren suomalaisjärjestön vapaaehtoistyön rahallinen arvo kohoaa yli 130 miljoonaan euroon vuodessa. Suomessa 43 prosenttia täysi-ikäisistä osallistuu vapaaehtoistyöhön, ja viikoittain vapaaehtoistyötä tekee suomalaisista seitsemän prosenttia. (Kettunen 2011, 5.)

2.5 Vertaistuki

Ihmisten välistä tavanomaista ja arkista kohtaamista ilman titteleitä ja työelämän rooleja voidaan kuvata vertaistukeen perustuvaksi auttamiseksi. Kullakin aikakaudella on omat tarpeensa ja muotonsa vertaistuen malleiksi, mutta perusasetelma vertaistuen käsittämiseksi rakentuu kohdattujen vaikeuksien, menetysten ja vaativien elämäntilanteiden keskinäiseen jakamiseen. (Hyväri 2005, 214.) Sosiaali- ja terveysalalla erilaisten vertaisryhmien ja – verkostojen määrä on lisääntynyt viimeisten vuosikymmenien aikana. Ihmisillä on tarve jakaa kokemuksiaan toisten kanssa, saada ja jakaa tietoa samankaltaisessa elämäntilanteessa olevilta. Näin ollen toisten tuki ja ymmärrys, vertaistuki ihmisten välillä eri muodoissaan koetaan tärkeäksi toiminnaksi muiden tukien ohella. (Nylund 2005, 195.)

Vertaistoiminta perustuu siihen että, ihmiset, joilla on yhteinen kokemus tai sairaus, saavat toisiltaan tukea, jota muut auttamistahot eivät pysty tarjoamaan. Yhteisen tekijän myötä näiden ihmisten välille syntyy ymmärrys, jota ilman he eivät välttämättä olisi kanssakäymisessä toistensa kanssa. Vertaistoiminnassa kokemuksellinen asiantuntijuus, tasa-arvoisuus ja kunnioitus ovat tärkeässä roolissa. (Laiomio & Karnell 2010, 11–12.)

Vertaistuki näyttäytyy ryhmässä ymmärryksenä, tasa-arvona ja yhteisöllisyytenä. Toiminnassa näkyy usein myös vahva identiteettien vahvistuminen ja keskinäisen ystävyyden luominen unohtamatta voimaantumista ryhmässä. (Jyrkämä 2010, 26.) Vertaistoiminnan ollessa laadukasta, siihen tarvitaan tukevat ja turvalliset rakenteet. Tärkeässä osassa tässä on hyvä yhteinen suunnittelu ja tavoitteiden asettelu. Myös kaikenlainen ajatusten vaihto muiden kanssa on ensiarvoista. (Myllymaa 2010, 92.)

Voimaantuminen määritellään vahvaksi sisäiseksi voimantunteeksi, oman työn hallinnaksi ja mahdollisuudeksi vaikuttaa ympäristöön. Mikäli sisäistä voimantunnetta ei ole, se näyttäytyy yksilön voimattomuutena, avuttomuutena ja toivottomuutena. Ihmisten toimiessa yhdessä keskustellen ja toisiaan kunnioittaen, voimia jaetaan ja voima lisääntyy. Voimantunteen lisäämisen edellytyksenä on, että nykytilanne on huomioitu, jolloin pelkkä osallistuminen ei yksin riitä. Laajimmillaan voi-

maantumisen käsite tarkoittaa ihmisten valinnanvapautta, sekä osallistumista toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen. (Mäkisalo 2003, 39–41.)

3 VANHUSTYÖN KESKUSLIITTO

3.1 Vanhustyön keskusliiton historia

Vanhustyön keskusliitto on valtakunnallisesti laajin vanhustyön järjestö. Liitto on mukana asiantuntijaorganisaationa vanhustenhuoltoon liittyvässä lainsäädäntö- ja muussa valmistelutyössä. Lisäksi liitto tekee aktiivisesti yhteistyötä monien sosiaali- ja terveysalan järjestöjen sekä viranomaisten kanssa. Keskusliitto toimii kiinteässä yhteistyössä jäsenyhteisöjensä kanssa järjestämällä alueellisia koulutus- ja neuvottelupäiviä. Liiton hallintoon osallistuu hallitus- ja valtuustotyöskentelyn kautta laaja valtakunnallisten ja paikallisten asiantuntijoiden joukko. (Vanhustyön keskusliitto 2011 f.)

Vanhustyön keskusliiton perustamistoimet lähtivät käyntiin 2.2.1949. Silloin joukko vanhustyötä harrastavia ihmisiä kokoontui keskustelemaan vanhenemiseen ja vanhusväestöön liittyvistä kysymyksistä. Huomattavaksi puutteeksi todettiin, ettei vanhustyötä tekeillä tahoilla ollut olemassa yhteistyöjärjestöä, joka helpottaisi työn koordinointia ja yhteydenpitoa. Perustamiskokouksessa nimeksi annettiin Vanhainsuojelun keskusliitto – Centralförbundet för de åldrigas väl. Vuoden 1974 sääntöuudistuksen yhteydessä keskusliiton suomenkielinen nimi muutettiin nykyiseen muotoonsa Vanhustyön keskusliitto. (Vanhustyön keskusliitto 2011 c.)

3.2 Liiton toiminta-ajatus ja tehtävät

Sääntöjensä mukaisesti Vanhustyön keskusliiton tarkoituksena on valtakunnallisena keskusjärjestönä edistää vanhusten ja ikääntyvien hyvinvointia ja sosiaalista turvallisuutta. Vanhustyön keskusliitto on asiantunteva, ihmisläheinen ja tehokas toimija. Sen tehtävänä on edistää ikäihmisten hyvinvointia ja heidän omien voimavarojensa käyttöä valtakunnallisesti, seudullisesti ja paikallisesti. Keskusliitto painottaa ikääntymispoliittisen ohjelmansa mukaan ikäihmisten oikeutta vanhuuteen ja tasa-arvoiseen osallisuuteen yhteiskunnassa. Lisäksi painotetaan myös ikäih-

misten oikeutta saada tarvittaessa oikeaan aikaan riittävää hoitoa, apua ja tukea (Vanhustyön keskusliitto 2011 e).

Keskusliiton säännöissä on määritelty liiton keskeiset tehtävät seuraavasti:

- Toimii jäsenyhteisöjensä yhteenliittymänä ja tukee niiden toimintaa.
- Edistää vapaata kansalaistoimintaa ja muuta järjestötoimintaa, ylläpitää ja kehittää yhteistoimintaa vanhusten ja ikääntyvien hyväksi toimivien yhteisöjen kesken.
- Vaikuttaa yhteiskuntapolitiikkaan, pitää yhteyttä alan viranomaisiin ja muihin vaikuttajiin.
- Kokoaa ja edistää alansa asiantuntemusta ja ammatillista kehittymistä sekä harjoittaa kehittämis-, koulutus-, tiedotus- ja julkaisutoimintaa.
- Tekee kansainvälistä yhteistyötä.
- Tuottaa voittoa tavoittelematta asumis-, kotihoito-, tuki-, kuntoutus- ja virkistyspalveluja.
- Toimii muilla samantapaisilla tavoilla.

Kaikkea toimintaansa keskusliitto toteuttaa arvojensa, vanhuspoliittisten linjauksensa sekä sääntöjen määrittelemien tehtävien mukaisesti. Myös tältä pohjalta rakentuu keskusliiton toiminnan visio. (Vanhustyön keskusliitto 2011 e.)

3.3 Liiton arvot ja visiot

Vanhustyön keskusliiton toiminnan keskeiset arvot sekä niiden toteuttamisen periaatteet ovat: kunnioitus ja arvostus, luotettavuus ja vastuullisuus sekä asiantuntevuus.

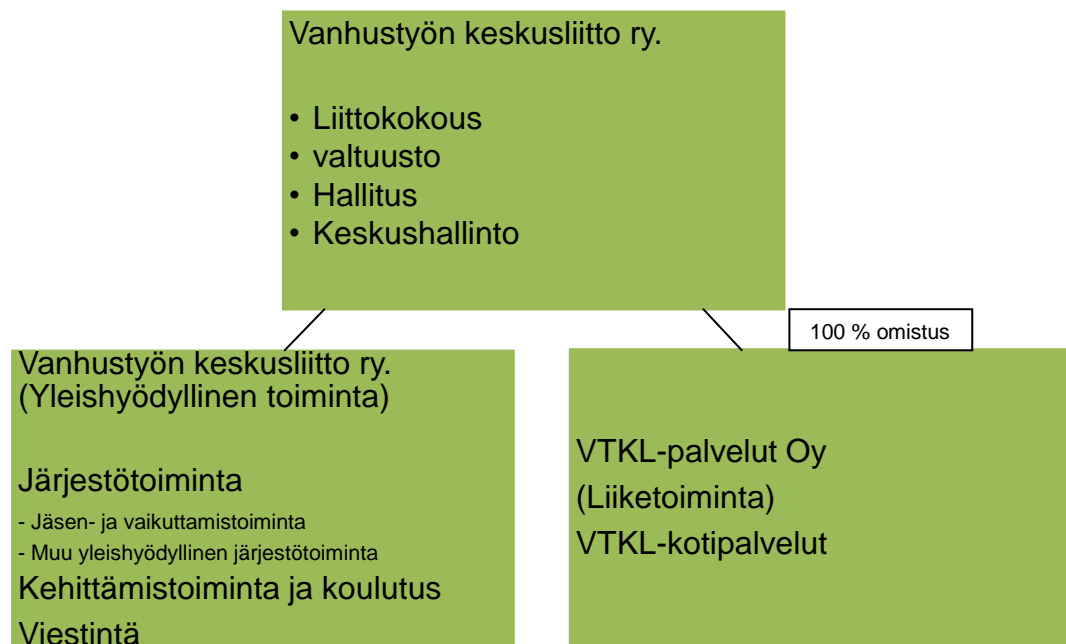
Vanhustyön keskusliitto toimii niin, että yhteiskunnassa kunnioitetaan ikääntyneiden ihmisarvoa ja arvostetaan vanhustyötä. Se on sekä luotettava ja vastuullinen kumppani kaikille sidosryhmille, että aktiivinen, kehittyvä ja tunnettu vanhustyön osaamiskeskus maassamme (Vanhustyön keskusliitto 2011 b).

Vanhustyön keskusliiton toiminnan visio:

Vanhustyön keskusliitto on aktiivinen mielipidejohtaja, joka edistää monipuolisesti ikäihmisten hyvinvointia ja toimii vanhustyön järjestöjen edunvalvojana (Vanhustyön keskusliitto 2011 b).

3.4 Vanhustyön keskusliiton organisaatiokaavio

Vanhustyön keskusliitto – konserni



(Vanhustyön keskusliitto 2011 d.)

4 VANHUSTYÖN KESKUSLIITON YSTÄVÄPIIRI-TOIMINTA

4.1 Ystäväpiiri-toiminnan tausta

Ystäväpiiri-toiminta on Vanhustyön keskusliiton toteuttamaa ryhmä- ja koulutus-toimintaa. Ystäväpiiri-ryhmään tavoitetut yksinäiset ikäihmiset kokoontuvat yhteen muodostaen suljetun ryhmän. Tässä suljetulla ryhmällä tarkoitetaan ennalta haastateltujen ja valittujen ryhmäläisten sitoutumista toimintaan, ja heitä kaikkia yhdistää yksinäisyys. Koulutettujen ohjaajien kanssa ryhmäläiset tekevät yhdessä erilaisia asioita. Tärkeimpänä tavoitteena on yksinäisyyden tunteen lievittyminen ja jakaminen. (Jansson 2009, 26, 32.)

Ystäväpiiri-ryhmätoiminta toimiikin tietyn struktuurin puitteissa. Mitään valmista ohjelmasisältöä ei ole, vaan ryhmän tavoitteet ja sisältö lähtevät aina ryhmäläisten toiveiden ja tavoitteiden mukaan. Joillakin ryhmäläisillä pääasiallisia teemoja voivat olla keskustelutuokiot, kun taas jonkun toisen ryhmän sisällöt ovat hyvin aktiiviteettipitoisia. (Jansson 2009, 15.)

4.2 Ystäväpiiri-koulutus

Ystäväpiiri-koulutuksessa tavoitteena on, että koulutettavat oppivat suunnittelemaan, toteuttamaan ja ohjaamaan tavoitteellisia suljettuja ikäihmisten ryhmiä. Sisältöinä näissä ryhmissä käytetään taidetta, kulttuuria, liikuntaa ja keskustelua. Koulutuskerroilla käydään läpi teoretietoa ja tehdään erilaisia tehtäviä, joiden kautta koulutettavat pääsevät yhdistelemään teoriaa ja käytäntöä. Tärkeänä kysymyksenä koulutuksena onkin: miten? Tässä ajatuksena on, että koulutettavat oppivat vastaamaan miten tavoitteisiin päästään ja miten työtä toteutetaan asiakaslähtöisesti? Haasteellisina kysymyksiä ovat myös miten ryhmän saa puhumaan yksinäisyydestä tai jatkamaan kokoontumisia? Näihin kysymyksiin pyritään jo koulutuksen aikana kiinnittämään erityisesti huomiota. (Jansson 2009, 15.)

Ennen Ystäväpiiri-koulutuksen alkua kaikki osallistujat haastatellaan. Haastattelussa kartoitetaan osallistujan motivaatiota, aikaisempia ryhmänohjauskokemuksia, ajallisia resursseja sekä tavoitteita ja toiveita oman oppimisen suhteen. Ystäväpiiri-koulutuksen sisältö koostuu viidestä koulutuspäivästä, kahdesta mentorohjauskerrasta sekä reflektiivisen oppimispäiväkirjan kirjoittamisesta jokaiselta ryhmänohjauskerralta. Koulutukseen osallistutaan pareittain ja jokaisessa koulutusryhmässä on myös kaksi kouluttajaa. Ryhmänohjaamisessa parityöskentely tukee jakamista, keskustelua ja palautteen antamista. Jokaisen koulutukseen osallistuvan ohjaajaparin tulee aloittaa Ystäväpiiri-ryhmänohjaaminen kolmannen koulutuspäivän jälkeen. Ohjaajat kirjoittavat yksilöllistä oppimispäiväkirjaa, jonka avulla seurataan jokaisen ryhmäkerran tavoitteita, ja toteutuuko ryhmätoiminta kokonaisuutena tavoitteiden mukaisesti. Ohjaaja saa jokaisesta oppimispäiväkirjastaan kirjallisen palautteen omalta mentorohjaajaltaan. (Jansson 2009, 16.)

Mentorohjaaja käy havainnoimassa paikan päällä ohjaajaparin työskentelyä kaksi kertaa. Mentoroinnilla tarkoitetaan sellaista ohjausta ja tukea, jota osaava, kokenut ja arvostettu henkilö antaa kehityshaluiselle ja -kykyiselle kollegalle. Tavoitteellisessa vuorovaikutussuhteessa näyttäytyy molemminpuolinen avoimuus, luottamus ja sitoutuneisuus. Toiminnan alussa tavoitteena on henkilön ammatillisen osaamisen syventäminen ja pätevyyden kehittäminen sekä itsetunnon vahvistaminen. (Mäkisalo 2003, 128–129.) Mentorohjaajan havainnoitua ohjaajaparia, hän antaa palautetta ohjaajille miten heidän työskentelynsä on sujunut, sekä lisäksi ryhmätilanteista keskustellaan. Ryhmätilanteissa voi tulla myös yllättäviä tilanteita tai ryhmässä voi olla haastavia ryhmäläisiä. Tällöin ohjaajilla on aina mahdollisuus kysyä neuvoa mentorohjaajalta tukea tilanteisiin tai mieltä askarruttaviin kysymyksiin. (Jansson 2009, 16.)

Ystäväpiiri-koulutusmalli



(Jansson 2009, 15.)

4.3 Ystäväpiiri-ryhmänohjaus

Ryhmätoimintaa, ja ryhmän sisällä tapahtuvaa kokemusten ja oppimisen jakamista voidaan luonnehtia yhteistoiminnallisuudeksi. Tällöin ryhmän toiminnan muoto sitoutuu ryhmän jäsenten yhteiseen tavoitteeseen, ja näin ollen on mahdollista saavuttaa auttavaa yhteistoimintaa. 1970-luvulla syntynyt pedagoginen suuntaus or-

ganisoitui suurista ryhmistä pienryhmiksi, joissa yhteiset keskustelut ja yhdessä tekeminen edesauttoivat ryhmän jäsenten osallisuutta. Tutkimuksen mukaan tämän tyyppisessä lähestymistavassa ryhmissä korostetaan ryhmän jäsenten aktiivista osallistumista ja myönteistä keskinäisriippuvuutta. (Repo-Kaarento 2007, 33.)

Ystäväpiiri – yhdessä elämyksiä arkeen on suljettu ryhmä, ja se on tarkoitettu yksinäisyyttä kokeville ikäihmisille. Ryhmän toiminta on tavoitteellista ja tärkeimpiä tavoitteita ovat yksinäisyyden tunteen lievittyminen ja ystäväystyminen ryhmässä. Jokaisesta ryhmästä nostetaan aina ryhmäläisten omia tavoitteita, joiden tukeminen on tarpeellista ryhmän voimaantumisen kannalta. Osallistujia ryhmässä on korkeintaan kahdeksan henkilöä. Ryhmä kokoontuu 12 kertaa, kerran viikossa ja aina samaan aikaan. (Jansson 2009, 26.)

Ennen Ystäväpiiriin käynnistämistä Ystäväpiiri-ryhmäläiset haastatellaan. Tärkeimpänä tavoitteena haastattelussa on selvittää haastateltavan kokemus yksinäisyydestä. Tärkein ryhmäläisten osallistumiskriteeri on yksinäisyyden kokemus, koska näin ryhmästä muotoutuu mahdollisimman yhtenäinen. Jos ryhmässä on yksikin ryhmäläinen, joka ei koe oloaan ollenkaan yksinäiseksi muiden yksinäisten ryhmäläisten joukossa, hän voi vaikeuttaa yksinäisyyskeskustelua tai toisten ryhmäläisten tavoitteiden saavuttamista. Yksinäisyyden tunnetta on vaikea mitata, joten on tärkeää kuitenkin muistaa, että jokainen ryhmäläinen kokee yksinäisyyden juuri sillä omalla tavallaan, subjektiivisesti. Kenenkään yksinäisyystunnetta ei voi kyseenalaistaa tai arvostella. (Jansson 2009, 26.)

Haastattelussa käydään läpi ryhmäläisen tavoitteita ja toiveita ryhmätoiminnan suhteen. Tulevalle ryhmäläiselle selvitetään myös, mitä Ystäväpiiri-ryhmään osallistuminen tarkoittaa käytännössä. Tärkeää Ystäväpiiri-ryhmissä on se, että haastattelujen kautta kaikki tietävät, minkälaiseen ryhmään he ovat osallistumassa. Haastattelu toimii myös ohjaajille niin sanottuna tiedonkeruuvälineenä ryhmänohjaamiseen. Tämän myötä ohjaajapari osaa hahmottaa, minkälaisia henkilöitä historioineen, tavoitteineen ja toiveineen ryhmään on osallistumassa. Haastattelussa esille tulleet tiedot helpottavat ryhmänohjaajia rakentamaan ensimmäiset ryhmäkerrat ryhmäläisten mielenkiinnon mukaan, mikä tukee taas ryhmäläisten sitoutumista pysymiseen ryhmässä. (Jansson 2009, 26.)

Ryhmänohjaajat pyrkivät prosessin alussa keskustelemaan avoimesti yksinäisyydestä ja sen subjektiivisesta tunteesta, jolloin yhteinen kokemus avasi ymmärrystä ryhmässä. Tällöin voidaan puhua vertaistoiminnasta. Ryhmäläisten välinen vuorovaikutus pyritään saamaan alusta lähtien toimivaksi, jolloin omaa yksinäisyyden tunnetta on mahdollista käsitellä myös muiden kokemusten kautta. Ryhmänohjaajat toteuttavat myös toiminnallisia tehtäviä ryhmäläisten kanssa, ja näin ollen pyritään tukemaan yhteisiä toimia ryhmäläisten välillä. (Jansson 2009, 27.)

4.4 Ystäväpiiri-ryhmätoiminnan vaikuttavuus

Suomalaisten hyvinvointia selvittäneessä tutkimuksessa vuonna 2006 kävi ilmi, että 80 vuotta täyttäneistä kotona asuvista 14 prosenttia koki usein itsensä yksinäiseksi. Yleisimmin yksinäisyys ilmenee naisilla, leskillä ja yksin asuvilla. Yksinäisyyttä koetaan vähemmän suurissa kaupungeissa, kuin pikkukaupungeissa tai maaseudulla. (Niemelä & Nikkilä 2009, 135.) Routasalonen (2005) mukaan yksinäisyydestä kärsii noin kolmannes 75 vuotta täyttäneistä. Yhteisöllisyyttä lisäävälle gerontologiselle kuntoutukselle on tarvetta yhteiskunnassamme. (Jansson 2011.)

4.4.1 Tuloksia Ystäväpiiri-ryhmistä

Yksinäisyyden tunteen lievittymisestä ja ystäväystymisestä Ystäväpiiri-ryhmätoiminnassa on tehty postikysely projekteissa 2006–2008 (n=218) ja 2009–2011 (n=212). Tulosten mukaan yksinäisyys on lievittänyt 89 prosentilla ryhmätoiminnan aikana. Yksinäisyyden tunne lievittyi vielä ryhmätoiminnankin jälkeen 79 prosentilla. Osallistujista 76 prosenttia on ystäväystynyt jonkun toisen ryhmään osallistuneen henkilön kanssa. Yhteyden pito johonkin toiseen ryhmäläiseen on jatkunut 62 prosentilla ja 58 prosenttia ryhmistä jatkaa tapaamisia itsenäisesti ohjatun ryhmän jälkeen. (Jansson 2011.)

4.4.2 Tuloksia Ystäväpiiri-koulutuksista

Ystäväpiiri-koulutuksista saatujen kyselyjen (n=150) mukaan, koulutukseen osallistuneiden tärkeimpinä oppimiskokemuksina nousivat: yksinäisyyden ymmärtäminen, itseluottamus, itsevarmuus ja omien ryhmänohjaamistaitojen kehittyminen sekä niihin luottaminen. Myös ryhmässä vetäytyminen ja ryhmäläisten itsenäisyyden vahvistaminen mainittiin keskeisinä asioina. Koulutuksen päätyttyä osallistujat (n=106) jäivät kaipaamaan tietoa ikääntymisen psykologiasta, psyykkisistä sairauksista, sekä keinoja yksinäisyyden puheeksi ottamisesta. Ryhmän kokoamisvaiheesta kaivattiin myös enemmän tietoa. Osallistujat kokivat (n=229) hyötynensä erittäin paljon koulutuspäivien aikana siitä, että he saivat vaihtaa ajatuksia ja kokemuksia muiden ryhmänohjaajien kanssa. Vähiten aikaa käytettiin lukemiseen ja itsenäiseen opiskeluun. (Jansson 2011.)

5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSONGELMAT

Opinnäytetyömme tarkoituksena on perehtyä Ystäväpiiri-koulutukseen osallistuvien vapaaehtoisten ryhmänohjaajien kokemuksiin. Vapaaehtoiset ryhmänohjaajat ovat SPR:n jäseniä. Tavoitteenamme on saada uutta tietoa vapaaehtoistyöntekijöiltä, ja sitä kautta Vanhustyön keskusliitto pystyisi kehittämään Ystäväpiiri-toimintaansa.

Tutkimusongelmat:

1. Millaisia kokemuksia vapaaehtoistyöntekijöillä on Ystäväpiiri-toiminnasta?
2. Miten Ystäväpiiri-koulutusta on mahdollista kehittää vapaaehtoistyöntekijöiden näkökulmasta?

6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

6.1 Tutkimusmenetelmä

Kvalitatiivisessa eli laadullisessa tutkimuksessa pyritään tutkimaan kohdetta mahdollisimman kokonaisvaltaisesti ja lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen. Ajatellaan, että todellisuus on moninainen. Tutkimuksessa huomioidaan kuitenkin, että todellisuutta ei voi rikkoa mielivaltaisesti osiin. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 157.)

Laadullista tutkimusta luonnehditaan prosessiksi. Siinä tutkimuksen etenemisen eri vaiheet eivät ole aina etukäteen jäsennettävissä selkeästi eri vaiheisiin, vaan esimerkiksi tutkimustehtävää tai aineistonkeruuta koskevat päätökset voivat muoutua vähitellen tutkimuksen edetessä. Selitys tällaisen tutkimusotteen avoimuudelle on, että tutkija tavallisesti pyrkii tavoittamaan tutkittavien näkemystä tutkittavana olevasta ilmiöstä tai ymmärtämään ihmisen toimintaa tietyssä ympäristössä. (Kiviniemi 2007, 70.) Ystäväpiiri-koulutuksen kehittämisenäkökulma oli lähtökohtana tutkimusmenetelmän valintaan, sillä mielestämme tällä menetelmällä vastaukset näyttäytyivät monipuolisimmillaan.

Näkemyksen kehittyessä laadullisessa tutkimuksessa tarkastelun voi kohdentaa uusiin mielenkiinnon kohteisiin. Keskeisintä tutkimuksen kuluessa on löytää ne ideat, joihin tukeutuen tutkimuksellisia ratkaisuja tehdään. Tarkoituksellista on myös korostaa tutkimusasetelmia koskevan rajaamisen tärkeyttä. Rajaamisessa on kyse mielekkään ja selkeästi rajatun ongelmanasettelun löytymisestä. Kaikkea aineistoa, mitä näkee tai kuulee tutkimusta tehdessään, ei tule yrittää sisällyttää varsinaiseen tutkimusraporttiin. Rajaamisessa on kyse tulkinnallisesta rajauksesta ja siihen vaikuttavat myös tutkijan omat kiinnostuksen kohteet. Laadullinen aineisto ei sellaisenaan kuvaa todellisuutta, vaan todellisuus välittyy meille tulkinnallisten prismojen tai tarkasteluperspektiivien välittämänä. Rajaamisessa on kyse tutkijan tarkasteluperspektiivin selkeyttämisestä ja tutkimuksen tulkinnallisen ytimen hahmottamisesta. Tutkimustehtävää rajattaessa otetaan kantaa siihen, mikä on aineistosta esiin nouseva ydinsanoma. (Kiviniemi 2007, 73.)

6.2 Aineiston keruu ja kohderyhmän kuvaus

Aineiston keruumenetelmäksi valittiin teemahaastattelu (LIITE 3 & 4), jotta saisimme mahdollisimman suorat vastaukset ja näin ollen tulkinnoille ei jäisi epäselvyyksiä. Haastattelu teemat olivat vapaaehtoistoiminta, Ystäväpiiri-toiminta- ja koulutus sekä vertaistuki. Haastattelun etuna on sen joustavuus. Haastattelijalla on mahdollisuus tarvittaessa toistaa kysymys, oikaista väärinkäsityksiä, selventää sanamuotoja ja keskustella haastateltavan kanssa. Joustavan haastattelusta tekee myös, että kysymykset voidaan esittää siinä järjestyksessä, kuin tutkija haluaa. Tärkeintä haastattelussa on saada mahdollisimman paljon tietoa halutusta asiasta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 73.)

Teemahaastattelua kutsutaan puolistrukturoiduksimenetelmäksi, koska siinä yksi haastattelun aspekti, haastattelun aihepiirit, teema-alueet, on sama kaikille. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 48.) Tutkimuksessamme olevat teemat nousivat osaltaan Vanhustyön keskusliiton ajatuksista ja toiveista, joita lähdimme syventämään ja laajentamaan omannäköisimmiksi. Rajatun aiheen kautta valitsemamme teemat jäsensivät tutkimustamme haluttuun, kokemuksellista näkökulmaa antavaan suuntaan.

Selvitimme, mitä haastateltavamme ajattelevat tekemästään työstä vapaaehtoisena, ja mitkä ovat työn tekemisen odotukset ja motiivit ikäihmisten ryhmänohjauksessa. Tarkoituksenamme oli tuoda ilmi haastateltavien kokemukset ryhmänohjauksen jälkeen. Toivoimme pystyvämme hyödyntämään tutkimustuloksilla yhteistyötahoamme Vanhustyön keskusliittoa, joka on mukana vanhustyöhön liittyvissä kehittämiprojekteissa.

Tutkimusaineisto kerättiin SPR:n kouluttamista vapaaehtoisista Ystäväpiiri-ryhmänohjaajista. Haastattelimme viittä ryhmänohjaajakoulutukseen osallistuvaa vapaaehtoistyöntekijää. Haastattelut toteutettiin sekä ennen, että jälkeen ryhmänohjaajakoulutuksen. Haastattelun ensimmäinen osio tehtiin tammikuussa 2011 ja toinen osio toukokuussa 2011.

Teemahaastattelut toteutettiin kevään 2011 aikana. Toimitimme sovituksi saatekirjeet (LIITE 1 & 2) Vanhustyön keskusliittoon yhteyshenkilöllemme, jolta saimme haastateltaviemme henkilöiden yhteystiedot. Saatekirjeessä selvitimme tutkimuksen tarkoituksen, tutkimusmenetelmän, tutkimuksen tavoitteet sekä liitimme mukaan omat yhteystietomme.

Haastatteluajankohdat ja paikat sovittiin haastateltavien kanssa sähköpostitse. Neljä haastatteluista tehtiin Helsingin SPR:n Ystävätoiminnan tukipisteen tiloissa Hertassa, ja yksi haastatteluista tehtiin Helsingin Diakonia-ammattikorkeakoulun kirjaston ryhmätyötilassa. Huomioimme haastateltavien toiveet haastattelupaikasta ja ajankohdasta. Pyrimme tekemään haastattelutilanteet niin, että molemmat haastattelijat olisivat olleet paikalla, mutta aikataulullisista syistä joitakin haastatteluja tehtiin yhden haastattelijan voimin. Ensimmäinen haastattelu toteutettiin Diakonia-ammattikorkeakoulun kirjaston ryhmätyötilassa yhden haastattelijan tekemänä. Seuraavat kaksi haastattelua teimme yhdessä SPR:n tukipiste Hertan tiloissa, ja kaksi viimeistä toteutettiin yhden haastattelijan tekemänä. Koulutuksen jälkeiset neljä haastattelua toteutuivat Hertassa, ja paikalla oli yksi haastattelija. Diakonia-ammattikorkeakoulun kirjaston ryhmätyötilassa toteutui viimeinen haastattelu yhden haastattelijan tekemänä.

Kaikki haastateltavat antoivat luvan haastattelun nauhoittamiseen, johon pyysimme etukäteen lupaa haastateltaviltamme. Haastattelutilanne tehtiin rauhallisessa tilassa. Haastattelut kestivät 20–45 minuuttia. Ensimmäisen osion (ennen Ystäväpiiri-ryhmänohjaajakoulutusta) haastattelut kestivät 20–30 minuuttia, ja toisen osion (jälkeen Ystäväpiiri-ryhmänohjaaja-koulutuksen) haastattelut kestivät 30–45 minuuttia.

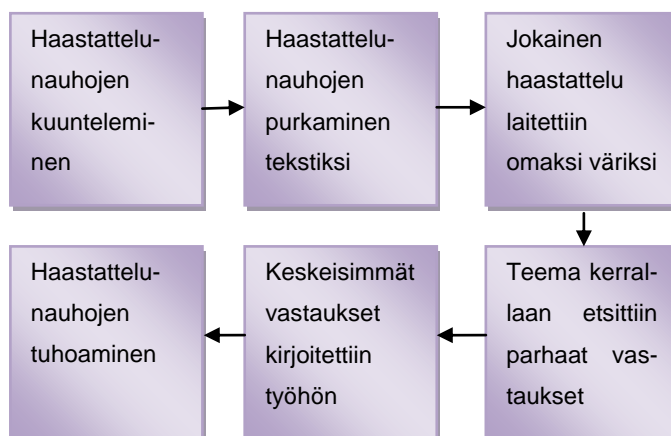
Haastateltaviemme henkilöiden omat ammatit olivat muilta aloilta kuin sosiaali- ja terveysaloilta. Tämä asia on hyvä huomioida, sillä Ystäväpiiri-koulutusta toteutetaan myös vapaaehtoisille sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille. Näin ollen heidän oletetut haasteet kyseisessä toiminnassa voisi ajatella eroavan kohderyhmämme mahdollisista haasteista. Sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten teoria- ja käytännönosaaminen saattavat lieventää mahdollisia ryhmänohjauksellisia haasteita. Kaikki haastateltavat olivat naisia, ja ikähaarukka sijoittui 22–70 vuoden välil-

le. Kolme haastateltavista oli eläkkeellä. Neljällä haastateltavista oli ennestään kokemusta vapaaehtoistoiminnasta.

6.3 Aineiston analysointi

Tutkijan tutkimusprosessin alkuvaiheessa tekemistä valinnoista riippuu se, miten aineistoa käsitellään ja tulkitaan. Tutkimusongelmat voivat ohjata menetelmien ja analyysien valintaa. Tutkimuksen ydinasia on kerätyn aineiston analyysi, tulkinta ja johtopäätösten teko. Tutkijalle selviää analyysivaiheessa, millaisia vastauksia hän saa ongelmiin. Voi myös käydä niin, että analyysivaiheessa tutkijalle selviää, miten ongelmat olisi pitänyt asettaa. (Hirsjärvi ym. 2007, 216.)

Sisällönanalyysillä on pyrkimys kerätyn aineiston saaminen tiivistettyyn ja yleiseen muotoon. Aineiston käsittelyssä voidaan tarkastella tuloksia ja havaintoja varsin vapaasti, mutta silti sisällönanalyysin käytössä on oletuksena ja ehtona tietyt rajoitteet. Informaation tutkittavasta ilmiöstä tulisi selkiytyä ja tiivistyä, jotta tutkimus on mahdollista saattaa sanalliseen ja helposti ymmärrettävään muotoon. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 103, 108.)



KUVIO 1. Sisällönanalyysikaaviomme

Litteroimme eli kirjoitimme puhtaaksi tekemämme haastattelut. Koska tutkimuksemme on parityö, koimme tärkeäksi ja oleelliseksi seikaksi yhteisen keskustelun myös analysointivaiheessa, sillä litterointia on myös mahdollista tehdä valikoiden.

Haastattelut purettiin tiivistettyyn muotoon eli kirjoitettiin sanasta sanaan suoraan ääninauhalta. Litteroinnin jälkeen nauhat tuhottiin. Jokainen haastateltava sai oman värinsä, joten tulosten analysointi oli helpompaa. Haastattelukysymykset olivat myös jo haastatteluvaiheessa selkeästi teemoiteltu omiin ryhmiin. Näin haastateltavien vastauksista oli helppo löytää vastauksia kysymyksiimme. Litteroitua materiaalia kertyi ensimmäisestä osiosta 26 sivua ja toisesta osiosta 27 sivua.

7 TUTKIMUKSEN TULOKSET

7.1 Haastattelu ennen Ystäväpiiri-ryhmänohjaajakoulutusta

Haastattelun ensimmäinen osio tehtiin haastateltaville ennen, kuin he olivat aloittaneet Ystäväpiiri-koulutusta. Ajankohtana tämä tapahtui tammikuussa 2011. Haastateltavat olivat olleet yhdessä alkuinfotapahtumassa, mutta muuten he eivät vielä tienneet tulevasta koulutuksesta tai ryhmänohjauksesta mitään.

7.1.1 Lupaus vapaaehtoistyöhön

Tutkimuskysymykseen vapaaehtoistyön motivoivista näkökulmista saimme yksilöllisiä ja mielenkiintoisia vastauksia. Vapaaehtoistoiminta mainittiin antoisana ja tärkeänä tapana olla mukana vaikuttamassa, ja tekemässä toisille hyvää. Ihmisten auttaminen koettiin tärkeänä näkökulmana kiireisessä yhteiskunnassa, jolloin oman ajan antaminen on tärkeätä vapaaehtoisuudessa. Osa mainitsi myös itsekäät syyt osallistumiselle, jolloin halu oppia esimerkiksi ryhmänohjaamista ajoi vapaaehtoiseksi Ystäväpiiri-koulutukseen. Vapaaehtoistoiminta koettiin myös sitoutumisena, jolloin vastuu lupautumaan työhön ja sen mahdollisiin tavoitteisiin tulisi toteuttaa parhaalla mahdollisella tavalla. Vapaaehtoistoiminta on otettava lähes yhtä vakavasti kuin mikä muu työ tahansa, sillä toimintaan osallistuu usein ryhmiä ja muita vapaaehtoistyöntekijöitä, ja toiminta on näin ollen yhteisvastuullista. Yhdenkin toimijan epävarma mukanaolo vaikuttaa kaikkiin, eikä vähiten niihin ryhmiin, joita on tarkoitus ohjata ja osallistaa. Vapaaehtoistoiminnan luonne pidettiin kuitenkin mielessä, joten vapaaehtoisia ei järjestäjien taholta velvoitettu sitoutumaan vastoin omaa tahtoaan.

H3: Menin ensiapukurssille ja sitten ne sai nakitettua mut mukaan sinne toimintaan, ja sit mä olin kaikissa hallituksen jutuissa...sit mä heitin aina semmosta herjaa, et sit ku mä oon tarpeeksi vanha, ni mä rupeen ystävä-työhön (naurua).

H4: Olin monta vuotta toisella paikkakunnalla, ja kun mä tulin takaisin niin en saanut oikein mitään uutta alkua tähän. Oon kuitenkin pysynyt Punaisen Ristin kirjoissa, niin sitten tuli näitä tiedotteita, ni mä aattelin, et tää vois olla semmonen joka ryhdistäis.

Elämäntilanne oli useimmissa haastatteluissamme se liikkeelle pistävä voima, josta sai kipinän vapaaehtoistyön tekemiselle. Haastateltaviemme joukossa oli ihmisiä, joilla oli pitkältäkkin ajalta kokemusta sekä vapaaehtoistyöstä, että omien sukulaisten auttamisesta. Näin ollen ryhmänohjaaminen ja ikäihmisten kanssa toimiminen tuntui jo alkuun tutulta ja mielekkäältä, jolloin osallistumiseen ajoi aito kiinnostus ikäihmisiä ja heidän asioitaan kohtaan. Ikäihmisten yksinäisyys oli tullut vastaan usealle arjessa, ja siihen haluttiin pyrkiä vastaamaan omalla toiminnalla ja osallistumisella. Ne vapaaehtoiset, joilla ei ollut vapaaehtoistyöstä tai ikäihmisistä niin kokemusta aikaisemmin, halusivat nähdä tilanteessa oman itsensä ”likoon pano”. Olisiko minusta ryhmän, ja nimenomaisesti vanhusryhmänohjaajaksi, josta saisi mahdollista osviittaa tulevaisuuden valinnoille työelämään tai muihin osallistumisiin.

H1: Halusin omalta osaltani olla vaikuttamassa ja muuttamassa näitä rakenteita ehkä...ja tietenkin itsekkäätkin päämäärät niin, et mä haluan oppia uutta ja just se ryhmänvetäminen on semmonen, mitä mä haluan oppia.

H5: Mä aattelin et siin mun omas talossakin olis tilaa ja mä voisin kerätä siit lähipiirin vanhuksia esimerkiksi pelaamaan korttia...se on sellasta utopiaa, et viittiks mä, juotais kahvit ja pelattais korttii. Ihan tärkein syy...et ku mä kuulun suuriin ikäluokkiin, niin mullahan on jo hirvee huoli miten me pärjätään sit, ku me ollaan vanhoja, ni mä voin omaa ikäluokkaani auttaa.

7.1.2 Huoli ikäihmisistä

Kaikilla tutkimukseemme ja Ystäväpiiri-koulutukseen osallistuvilla tulevilla ryhmänohjaajilla oli kokemusta vapaaehtoisena toimimisesta. Usealla syynä vapaaehtoistoimintaan mukaan lähtemiseen olivat huoli, miten tänä päivänä Suomessa vanhuksset voivat, ja minkälaiset heidän elinolosuhteensa ovat. Kaikilla oli taustalla

omakohtaisia kokemuksia omien sukulaisten auttamisesta tai hoitamisesta. Se oli suurin motivaation lähde vapaaehtoistoimintaan.

H1: Miten Suomessa vanhuksilla on huonot olot mun mielestä, että niin ku se somatiikka on ja hygienia niin ku on mitä hoidetaan, mut sit se henkinen tai siis psyykkinen hyvinvointi on unohdettu aivan täysin.

H3: Aina ollu kiinnostusta jollainlailla näitä vanhuksia kohtaan.

H5: Mul on ollu vuosi kausii semmonen käsitys, että mä haluisin tehdä vanhustyötä, joku 20 vuotta sitten alkanut...mua on huolestuttanut, et miten vanhukset selviä täs tietoyhteiskunnassa.

Neljä haastateltavista oli käynyt SPR:n Ystäväkurssin. Ystäväkurssin kautta saa eväitä, miten kohdata toinen ihminen tasavertaisena, kuinka auttaa haastavassa elämäntilanteessa olevaa ja ennen kaikkea olla ystävänä toiselle ihmiselle, joka kaipaa läsnäoloa. Ystäväksi voi olla nuorille, aikuisille, vanhuksille tai varamummiksi lapsiperheille. (Punainen Risti 2011 b.)

H2: Kävin SPR:n Ystäväkurssin ja siihen mä innostuin just siitä, et on yksinäisiä vanhuksia ja heille niin ku ystäväksi.

H4: Oon hakeutunut Ystäväkurssille ja sitä kautta perustettiin Vati (vapaaehtoistoiminta- ja välityskeskus).

H5: Ystäväkurssiin liittyen, mä ilmoittauin sellaseks vanhusten net-tineuvojaksi.

Haastateltavilla, jotka olivat käyneet SPR:n Ystäväkurssin, oli pitkä kokemus vapaaehtoistoiminnasta. He olivat toimineet oman kaupunginosan piirissä aktiivisina jäseninä monenlaisessa toiminnassa, kuten omaishoitajien vertaistukiryhmänohjaajana tai opettamalla vanhuksille kännykän ja tietokoneen käyttöä. Kaikilla kokemus pohjautui juuri vanhuksille suunnattuun toimintaan.

7.1.4 ”Elän toivossa että A löytyy ryhmä, ja B että se rupee toimimaan”

Kaikki haastateltavamme olivat kuulleet Ystäväpiiri-toiminnasta, ja he tiesivät toiminnan periaatteen. He olivat saaneet etukäteen tietoa toiminnasta, kuten kirjallista materiaalia, sekä tietoa siitä, miten koulutus- ja ryhmänohjaus etenevät. Monet tiesivät, että toimintamalli perustuu tutkittuun tietoon ja tällä toiminnalla on saatu hyviä kokemuksia aikaan.

Kysyessämme odotuksia Ystäväpiiri-toiminnan suhteen, monella nousi esiin uusi- en kokemusten saaminen, uuden toiminnan kehittäminen, sekä omien ajatusten ja mielenkiinnon selkiytyminen. Moni haastateltavamme vapaaehtoinen tavoitteli ryhmänohjaamisen taitoa, ja varsinkin nuorien koulutettavien mielissä siinsi myös oman ammatillisuuden kehittyminen. Niin ikään vapaaehtoisia pohditutti ikäihmisten yksilölliset kokemukset arjen yksinäisyydestä, ja miten niitä kokemuksia itse kukin osaa ryhmissä käsitellä eri menetelmien valossa. Tutkimukseemme osallistuneet vapaaehtoiset pohtivat myös laajemmin ihmisyyttä ja sen monimuotoisuutta elämänkaaren mukaan. Halu ymmärtää ihmistä myös tämän vaikeina aikoina syvensi vapaaehtoisten tavoitteita Ystäväpiiri-toiminnassa huomattaviin, eettisiinkin päämääriin. Sitä, mitä etukäteen kohtalaisen paljon puntaroiitiin, oli ikäihmisten ryhmiin löytyminen.

H3: Pikkasen kauhulla niin ku aattelis, et mistä me niitä ihmisiä haalitaan, et mitä poppakonsteja siihen on, että saadaan ihmisiä mukaan (nauraa).

H4: Mulla ei oo mitään käsitystä siitä, että mistä ne ihmiset tulee sit siihen Ystäväpiiriin, et mul on hyvin hatara se ajatus...et sit sen jälkeen, ku se on koossa, n isit mä voin uskoo, et siit sit tulee ja löytyy sen henkistä porukkaa siel sisällä, et siit tulee tai saattaa tulla hyvä. Elän toivossa et A löytyy ryhmä ja B et se rupee toimimaan (nauraa), ja se oikeesti ryhmäytyy ja löytää sellasen yhteisen jutun. Niin ja et sitä voi jakaa toisille.

Haastateltavat odottivat koulutukselta pohjaa Ystäväpiiri-toiminnalle sekä ideoita että konkreettista teoreettista tietoa ryhmänohjaamiselle. Myös koulutukseen liittyvät aikataulut mainittiin tärkeänä asiana.

H1: Aikataulut on aina semmoset et, mulle niin ku tärkeitä tietää mahdollisimman aikaseen. Ettei tarvii stressata sitä, et yhtäkkii tulee niin kauheesti kerralla.

H4: Että siitä tulis se pohja, mistä tätä työtä lähdetään tekemään. Sitä kokemusta annettaisiin sellaisilla lusikoilla ja sellaisilla annoksilla, et sen pystyis ottamaan vastaan (nauria), ja tuota hyödyntämään sitä.

H5: Miten siel jaksaa istuu, ja miten teoreettista se on. Kyl sielt voi tulla jotain konkreettista, et mistä löytyy ne vanhukset, et semmosta konkretiaa.

7.1.5 ”Oppis saamaan sen osaksi arkee”

Haastateltaviemme keskuudessa Ystäväpiiri-toiminnassa jatkaminen ja siihen osallistuminen tulevaisuudessa oli monella mietinnän alla. Tavoitteena oli, että toimintaan osallistuminen pysyisi mukavana harrastuksena, kuitenkin sen asian muistaen, että tämä on vapaaehtoistyötä. Kukaan vapaaehtoisista ei ollut asettanut itselleen mitään huomattavia tavoitteita itsensä tai ryhmän suhteen, vaan kaikilla oli ajatuksena, että katsotaan kuinka käy. Myös mahdollinen epäonnistuminen toiminnassa mainittiin, mutta sitä ei sen enempää pelätty. Armollisuus niin itseä, kuin muitakin kohtaan nähtiin luontevana osana toimintaa, jota ei turha kiirehtiminen tai oletetut ”paniikkilanteet” tulisi leimaaman. Vapaaehtoisia edelleen mietitytti ikäihmisten kokoaminen ja ryhmien muodostuminen, sekä ryhmien kasassa pysyminen. Näin ollen oma osaaminen tai sen riittäminen ikäihmisten ryhmänohjaajana kuitenkin painoi mieliä. Saanko ryhmätoiminnan niin mielekkääksi, että ryhmäläiset haluavat osallistua kerta toisensa jälkeen?

H3: Jos se menee hyvin ja tuntuu siltä, ni sit vois jatkossa ruveta tästä jatkaa, jos tähän saa niin hyvät eväät, et tää toimii. Mun pitäis pysytellä niin ku vähän taka-alalla, et semmosta mä tässä opettelen.

H4: Mä muistan tän aina, et tää on vapaaehtoistyötä ja täs pitää itekin antaa sit itelleen se oikeus, että tää ei ollukaan mun juttu. Jos ei onnistu, ni sit täytyy todeta et se ei ollu se mun juttu. Mut odotus on kuitenkin se, että se onnistuu (nauria).

H5: Onhan se tavoite et se ryhmä pysyis kasassa, ettei se ryhmä liukene et me ollaan niin tylsiä. Että me pystytään kehittämään sen verran ohjelmaa, et ne viittis tulla. Se on myös yks tavoite, et ne ryhmäläiset itse sanois mitä ne haluaa. Sais jollain tavalla aktivoitua niitä...

7.1.6 ”Yksi plus yksi on enemmän kuin kaksi”

Vertaistuen merkitystä pidettiin jo ennen koko Ystäväpiiri-toiminnan alkamista erittäin tärkeänä ja isona asiana. Kaikki haastateltavistamme olivat sitä mieltä, että on todella hyvä asia, että ryhmänohjaus tehdään parityöskentelynä. Se antaa turvallisuuden tunnetta, ja käytännön vinkkejä saa toiselta tai toisilta ohjaajapareilta. Varsinkin, kun kyse on ihmisten kanssa tehtävästä työstä, niin eteen tulee varmasti sellaisia tilanteita, joissa toisen ohjaajaparin tukea kaippaa. Mahdollinen pelko väritti osaa vapaaehtoisten mieliä, jolloin yksin ei haluttu jäädä haastavien tilanteiden ja ryhmänohjaamisen haasteiden edessä. Ryhmiä ei haluttu, eikä tohdittu ohjata yksin.

H1: Tosi tärkeä varsinkin alkuun, kun kaikki on uutta. Tunteita pääsee jakamaan ja miettii eri tilanteisiin sitten ratkaisuja. Ja pääsee taas purkamaan, jos on jotain asioita jotka on jäänyt vaivaa tai ikään kuin rasittamaan, et saa ne sydämeltään...ja just semmosta niin ku eettistä toimintaa, onks moraalisesti oikein ja oppii huomioimaan kaikki tasapuolisesti. Henkireikänä tärkeä päästä sitten purkamaan niitä.

H4: Mä oon ollu aina tiimityön kannattaja, ja sellasen että tehdään yhdessä ja yhdessä saadaan parempaa aikaseks. 1+1 on enemmän kuin kaksi, vaan se on jopa enemmän. Toinen antaa toisenlaista panosta siihen ja toinen toisenlaista, jolloin siitä muodostuu parempi kokonaisuus, ku jos olis yksin. Tuntuu turvalliselta, kun on vara neuvotella jonkun kanssa.

7.2 Haastattelu Ystäväpiiri-ryhmänohjaajakoulutuksen jälkeen

Haastattelun toinen osio tehtiin haastateltavillemme Ystäväpiiri-koulutuksen jälkeen toukokuussa 2011. Ohi olivat myös yhteiset ryhmänohjauskerrat ikäihmisten parissa, jolloin haimme tutkimuskysymyksiimme vastauksia sekä koulutuksen odotusten täyttymysten että siitä ammennettavien tietotaitojen osilta.

7.2.1 Vapaaehtoiset Ystäväpiiri-toiminnassa

Tutkimuksemme jälkimmäiseen osaan vapaaehtoisten odotuksista ja Ystäväpiiri-toiminnan annista nousi kiinnostavia vastauksia, joihin eri näkökulmat toivat persoonallisia sävyjä. Moni oli sitä mieltä, että Ystäväpiirin toimintamalli oli juuri sitä, mitä annettiin ymmärtää ja mitään yllätyksellistä ei tullut toiminnan aikana. Vapaaehtoisten keskuudessa mainittiin oma, ryhmänohjaamisen tietotaitojen kehittyminen muun muassa ryhmän perustamisen ja sen ohjaamisen osa-alueilla. Se oli monen odotus, joka täyttyi. Toisaalta suostumus vapaaehtoiseksi kyseiseen toimintaan toi paljon työtä, ja koko prosessia kuvattiin monimutkaisemmaksi ja haastavammaksi, kuin mitä itse oli ehkä osannut ajatellakaan. Ne, joilla oli kokemuksia vastaavanalaisista koulutuksista vapaaehtoisina, mainitsivat kyseisen toimintamallin sopivan kenties paremmin ammattilaisille. Ilman ammatillista ja teorianäköalasta taustaa muun muassa ikäihmisistä tai ryhmänohjaamisesta, liikkeellä oltiin heppoisin perustein.

H3: Kyllähän se osoittautui niin kuin tavallaan vaikeammaksi, kuin mitä alun perin kuviteltiin, ja mitä yleensä vaaditaan näiltä Punaisen Ristin ryhmiltä. Että kyllähän tää oli selkeästi semmonen, että olis tehnyt mieli sanoa, että nää on melkein kuin ammattilaisille. Oli haastavaa, ja tää siis poikkos niin paljon, mitä olin aikaisemmin tehnyt.

Eräs koulutettavien vapaaehtoisten tavoitteena oli luonnollisesti ikäihmisten osallistaminen ja sosiaalistaminen sekä ryhmään että yhteiskuntaan. Tässä koettiin onnistumisen iloa.

H5: Sitä alun perin halusi olla hyödyksi jollekin, ja se odotus on tullut mielestäni täytettyä, että joka tapauksessa ne olis virkistynyt, ja innoissaan kuitenkin ne ihmiset, kun ne tulee sinne tapaamiseen.

Ystäväpiiri-toimintamallin yhtenä tavoitteena on ryhmän jatkuminen ilman virallista ohjaajaa, ja tämä koettiin hienoisena epäonnistumisena vapaaehtoisten keskuudessa. Myös oman roolin sisäistäminen aluksi selkeästi ohjaavan, ja lopulta toiminnasta vetäytyvän osallistujan välillä koettiin haasteelliseksi ja ei niin – toimivaksi malliksi toteuttaa. Keskinäistä ystävyyttä pyritään lisäämään ikäihmisten kes-

kuudessa, ja yksinäisyyden tunnetta toivotaan lievitettävän ja ehkäisevän ryhmän itsenäisen jatkumisen ja ryhmän sisältä nousevan johtajan voimin.

H4: Jos odotukset olivat ne, että ryhmästä olis tullut oikein toimiva ryhmä, että siellä olis ollut joku sellainen kannustaja, niin ehkä sitä tavoitetta ei kyllä tullut, eikä myöskään ketään innostunutta ryhmänohjaajaa löytynyt.

H3: Jotenkin se on ollut vaikeata huomata, että tästä hommasta pitäisi osata vetäytyä pois.

Ystäväpiiri-toimintamalliin pyritään osallistamaan ikäihmisiä ja löytämään heitä kokeistaan monella eri tavalla. Tutkimuksessamme käytetyn koulutusmallin toteutuksessa annettiin vapaaehtoisille ennalta kartoitettu yksinäisten ikäihmisten nimilista. Sen jälkeen heidän edellytettiin monin eri yhteydenottokeinoin kokoavan oma ikäihmisten ryhmänsä kasaan. Vapaaehtoisten vastauksista nousi kuitenkin tietoa siitä, että hyvin harva kyseisissä nimilistoissa olleista ikäihmisistä, olisi ollut sopiva näihin ryhmiin. Onneksasti lehti-ilmoitukset kuitenkin poikivat halukkaita, ja kokonaistilanteisiinsa nähden kyvykkäitä ikäihmisiä osallistumaan toimintaan. Vapaaehtoiset haastattelivat ja valitsivat kaikki, maksimissaan kahdeksan osallistujaa. Painopisteinä oli mainittu jokaisen ryhmän omannäköinen ja kuntoinen malli, jollaista he saivat alkaa ohjaamaan parinsa kanssa. Tässä monen vapaaehtoisen käsitykset poikkesivat omasta mielikuvasta ryhmän kokoamisen ja ryhmän perusmuodon osilta, ja ne näkyivät vastausten hienoisessa epäyhtenäisyydessä.

H5: Mä luulin et ne olis enimmäkseen sellasii, et ne olis pelkästään kotona ja yksinäisiä siellä kotonaan. Ja sillai alussa, kun me haettiin näitä piiriläisiä, niin ihan aluksi meille sanottiin, että niiden pitää olla sellaisia että ne liikkuu ite. Alkuun myös pelästyttiin vähän sitä, että kuinka huonokuntosia ja vanhoja nämä vanhukset olivatkaan, mutta asia selvisi lopulta siten, että annettujen ikäihmisten tiedot olivat kohderyhminä he, jotka toivoivat ystävää sinne kotiin.

H1: Kaikki ryhmät oli todella omanlaisiaan, ja silloin alkuun niin kuin tosi paljon painotettiin sitä yksinäisyyttä ja sitä, että käsitellään suoraan sitä miltä yksinäisyys tuntuu ja sit siirrytään kohti ikään kuin sitä yksinäisyyttä ja että miten sai vertaistukea, ja tota sitten kuitenkin loppujen lopuksi siellä oli osa ryhmistä melkein pä retkiryhmiä.

Ystäväpiiri-toimintaan osallistuvien ikäihmisten kuntoisuus vaihteli, ja niiden sisällöllinen toteutus muodostui hyvin omannäköiseksi ja luonteiseksi eri ryhmissä. Ryhmäkoon pienentyminen ei tullut yllätyksenä muutamalle vapaaehtoiselle ryhmänohjaajalle, mutta haasteita se toki toi sekä toiminnan suunnitteluun että tavoitteisiin.

H2: Itse vanhusten ystävystymiseen liittyvät odotukset eivät ihan täytyneet, koska ryhmän koko pieneni ajan kuluessa eikä pidempiaikaista ryhmää/ystävyyssuhteita syntynyt.

Ystäväpiiri-toiminnan antia vapaaehtoisten keskuudessa käsiteltiin useasta eri näkökulmasta. Haastateltavien omat elämäntilanteet ikään kuin taustoittivat niitä asioita, mitä Ystäväpiiri-toiminnasta jäi käteen. Vapaaehtoisten ikä osoittautui mahdolliseksi itseluottamuksen ja itsetutkiskelun painopisteeksi, jolloin Ystäväpiirin antia arvostettiin tulevaisuutta silmällä pitäen muun muassa vanhusryhmänohjauksen osilta. Oma henkinen kasvu tuli tärkeänä antina esiin ajoittain raskaaksikin koetun kevään jälkeen, sillä joidenkin ryhmien kasaaminen ja niiden koossa pitäminen koetteli vapaaehtoisten itseluottamusta ryhmänohjaajina. Mitä kokeneempi ja varttuneempi vapaaehtoinen oli, sitä enemmän pohdintaa nousi Ystäväpiiri-toiminnan annin osilta sekä keskinäisen ystävyyden että oman sosiaalisen elämän lisääntymisen merkityksellisyydestä. Ystäväpiiri-toiminnasta saatu ilo ja mielen virkistys, sekä mahdollisesti muuten selvittämättä jääneet kontaktit eri vanhussektorin tahoille mainittiin myös tärkeinä anteina itselle vapaaehtoisena osallistujana.

H3: Töitä se on kyllä antanut kamalasti, miettimistä etu- ja jälkikäteen.

H4: Se on antanut paljon töitä...iloa itsellekin on tullut, ja itse on myös löytänyt ihan käytännön linkkejä, mitkä ilman tätä olis jäänyt. Sosiaalinen elämä on ollut vilkasta, ja monessa paikassa ollaan käyty, ja moneen paikkaan on saatu otettua yhteyksiä tai kontakteja. Ja hirveän hyviä ihmisiä on löytänyt.

7.2.2 ”Kun tajus, että hei tästä on jotain hyötty”

Tutkimuksemme mukaan keväällä 2011 toteutetut Ystäväpiiri-ryhmänohjaukset ovat kerta toisensa jälkeen olleet mielenkiintoisia ja kokemusrikkaita tapahtumia.

Ryhmissä on juotu monet kahvit, syöty yhdessä, keskusteltu ja jaettu yksinäisyyden kokemuksia erilaisin työmenetelmin, muun muassa runojen avulla, sekä toteutettu aktiivisia retkiä pääkaupunkiseudun kulttuurikohteisiin. Haastatteluissa halusimme nostaa subjektiivisen ja yksilöllisen kokemuksen merkityksen tutkimukseemme, ja kysyimme haastateltaviltamme myös mahdollista yhtä tärkeätä hetkeä Ystäväpiiri-toiminnasta, mikä on jäänyt mieleen. Ryhmän jäsenten välisen keskinäisen tuen antaminen kosketti muutamaa vapaaehtoista ja se mainittiin yhdeksi tärkeäksi kokemukseksi koko Ystäväpiiri-toiminnassa. Muutamassa vastauksessa sekä ryhmän aloitus että sen lopettaminen mainittiin kokemuksena tärkeäksi hetkeksi, joissa oman roolin puntarointi haastoi tietojen ja luontevan osallistamisen hallinnassa. Niissä onnistuminen toi mielihyvää, joten positiivinen palaute ryhmäläisiltä kantoi eteenpäin ja auttoi jaksamaan.

H1: Ruumiinkielestä huomaa parhaiten, et miten niin kuin oli taas siinä edistytty hirveesti, et niin kuin ihan pienet ..kosketus tai hymy tai katse siis jotenkin et tuli niin sillä kertaa palautteen saaminen, et kun niin kun oli ollut just alkuun kaiken maailman ongelmia, ja mennyt vähän usko, et kannattaisko tämmöstä ryhmää edes pitää, et jos täällä ei ole kuin muutama ihminen, ja voidaanko me heitä auttaa ollenkaan, että onko tää semmoinen tylsä juttu vaan minne heidän on pakko tulla kun nyt on sitouduttu...Sit kun tajus, et hei tästä on jotain hyötyä, niin että tämä on tärkeätä heille, niin se oli se ykköskokemus kyllä.

Kokemusta milloin tukea olisi nimenomaisesti erikseen tarvinnut Ystäväpiiri-toiminnassa, pohdittiin tarkkaan. Toki pohdintaa oli tehty jo edellä mainittujen tilanteiden osilta, joissa ikäihmisten ryhmän koko pieneni, ja mahdollista omaa osuutta siihen vaikuttaviin seikkoihin joutui matkan varrella puntaroimaan. Muutamissa ryhmissä syntyi konflikteja ihmisten kesken, mutta niitä osattiin yhteisesti purkaa ilman erillistä tukea kouluttajilta. Kaiken kaikkiaan jo ennalta järjestetty tuki ja ohjaus, mentorointi, katsottiin riittäväksi tueksi toiminnan aikana. Toisaalta itseluottamus näissä tilanteissa auttoi. Yksittäistapauksissa tuki oli tarpeen juuri itseluottamuksen ja oman motivaation kannalta, joissa ennakkokäsitykset ja oma innostus kyseiseen toimintaan olisi ollut lässähtämäsillään ilman mentorin kanssa käytyjä keskusteluja.

7.3 Ystäväpiiri-koulutuksen mahdollinen kehittäminen

Tutkimuskysymykseemme Ystäväpiiri-koulutuksen mahdollisen kehittämisen tarpeesta vastaanotimme erilaisia näkemyksiä haastateltaviltamme. Käsittelimme aihetta sekä koulutuksen että mahdollisen tulevan ikäihmisten ryhmänohjaamisten näkökulmista. Vapaaehtoisten ryhmänohjaajien subjektiivisista kokemuksista nousi monimuotoisia mielipiteitä. Lähes kaikkien vapaaehtoisten mielestä Ystäväpiiri-koulutuksessa ilmapiiri oli mukava ja kouluttajat antoivat parasta asiaosaamistaan koulutettaville.

Koulutuksessa harjoiteltiin erilaisin työmenetelmin ikäihmisten ryhmänohjaamista ja luennoilla käytiin läpi elinkaarta ja muuta teoriatietoa vanhuudesta elämänvaiheena. Parityöskentelyä ryhmänohjaamisissa pidettiin huomattavana etuna sekä vertaistuen että ryhmänohjaamisen sujuvuuden kannalta. Myös koulutuksessa käytetyn mentorohjaajan tuki oli tärkeä monelle, jolloin palautetta ryhmän onnistumisesta ja mahdollisista omista kehittämisen paikoista oli mahdollista saada mentor- ohjaustapaamisissa. Häneen saattoi myös puhelimitse ottaa yhteyttä kiperissä tilanteissa.

Ystäväpiiri-koulutusta pidettiin kattavana, ja koulutuksesta sai itseluottamusta mahdollisiin tuleviin ikäihmisten ryhmänohjaamisiin. Toisaalta muun muassa tiukan aikataulun suhteen teoriaosuuksia pidettiin haastavina suurehkon tietomäärän ja kenties vaikean ymmärrettävyyden vuoksi. Ilman aikaisempaa kokemusta ikäihmisistä ja ryhmänohjaamisista koulutusta arvioitiin vain sapluunaksi, jolloin jokainen vapaaehtoinen sai edetä sen hetkisillä tiedoillaan ja taidoillaan.

H1: Tosi kiva niin kuin koulutusporukka, kouluttajat ja koulutettavat oli mun mielestä tosi kivoja, ja koulutuksen henki oli kiva, ja paljon tehtiin tämmösiä ryhmätehtäviä, jotka oli hyödyllisiä, ja kaikki pääsi mukaan, ja toisaalta se oli sopivan pieni ryhmä ja siinä syntyi keskustelua et niin kuin kaikki oli mukavia.

H3: Pakkohan se oli lähteä niillä tiedoilla, mitä oli...No kyllähän siinä oli sitä tietoakin, mutta kyllä siellä monta kertaa tuli sormi suuhun (naurua) ja mitä tämä tarkoittaa, ja koulutuksessa saatettiin käyttää sellaisia sanoja/sanontoja, jotka eivät ihan meikäläiselle auennut.

H4: Jos ihan lähtisi ihan tyhjältä pöydältä, ettei olis mitään koskaan tehnyt, niin ois ollut vissin vähän vaikeata, tai siis se olis ollut vähän toisenlainen tää juttu, että kun jotenkin tuntui, että vähän ilman työkaluja sai lähteä tekemään.

Ystäväpiiri-koulutuksen alussa oli ryhmä- ja pariharjoitteita. Niitä olisi kaivattu lisää. Tietynlaista mallin antamista eri ryhmätilanteista olisi toivottu, jolloin vapaaehtoiset olisivat osanneet valmistautua ennalta mahdollisiin ongelmatilanteisiin.

H3: Musta siinä olis pitänyt olla enemmän ihan mallin antamista, ja että tota vaikka siinä kovasti sitä painotettiin, että kaikki ryhmät ovat erilaisia, niin kuitenkin siinä olis hyvä olla ollu, mitä olis voitu ihan ryhmänä harjoitella, vaikka tilanneharjoituksia esimerkiksi. Haastatteluharjoitukset parin kanssa jäivät ihan pintapuoliseksi, ja siinä olis pitänyt mennä syvemmälle, ja muutenkin siinä olis voinut olla semmosia juttuja, mitä olis voinut harjoitella. Ja sitä ensimmäistä kertaa, se jäi jotenkin vähän ”sinnepäin”.

Haastateltaviemme keskuudessa pohdittiin tarkkaan koulutusta myös muiden vapaaehtoisten osallistujien osilta. Esimerkiksi ikäihmisten haasteisiin yhteiskuntamme arkitilanteissa olisi kaivattu lisäinformaatiota. Eläkkeelle siirtymistä ja ikääntymiseen liittyviä ja sen tuomia vaivoja, ja sairauksia olisi myös osaltaan toivottu käsiteltävän syvällisemmin. Sitä, miten yksinäisyys monimuotoisena käsitteenä saattaa näkyä ja ilmetä ikäihmisillä, olisi myös voitu avata ja tarkentaa. Mitkä saattavat ollakaan syitä yksinäisyyden tunteeseen ja todelliseen yksinäisyyteen?

Ystäväpiiri-koulutuksessa koulutettavat vapaaehtoiset pitivät oppimispäiväkirjaa. Siihen oltiin osittain tyytyväisiä. Osin se nähtiin pakollisena ja työläänä, mutta hyödyllisenä oppimisen välineenä.

H1: Oppimispäiväkirja, se oli tosi hyödyllinen kyllä.

H4: Oppimispäiväkirja, mä kyllä hirveän huonosti sitäkin palautin, ja sekin vaan hidastu ja hidastu, niin tota siinä oli tai siinä kysyttiin tavallaan sellaisia asioita, joita piti ottaa esille, ja se antoi kuitenkin sitä runkoa koulutukseen.

Ystäväpiiri-koulutuksessa vapaaehtoiset ryhmänohjaajat kokoavat, ja ohjaavat Ikäihmisten ryhmiä itsenäisesti koulutuksen antamien oppien ja tuen puitteissa. Siitä miten alun perin ikäihmisten ryhmät saadaan kokoon, vapaaehtoisten keskuudessa mietintää nousi monesta eri näkökulmasta. Mikäli ryhmät olisivat olleet jo koossa ennen ryhmien alkua, vapaaehtoiset kokivat, että osa suuresta stressistä ja työstä olisi jäänyt pois. Nyt energiaa koettiin menevän paljon itse ikäihmisten ryhmien ohjaamisesta ryhmien kokoon saamiseksi ja näiden koossapitämiseksi.

H5: Se osallistujien hankinta...etsiminen, niin se oli tehty liian hankalaksi meille, et miksi ihmeessä sitä ei tehty esim. keskitetysti täältä järjestäjästä, et oltais etukäteen hommattu potentiaalisia osallistujia...kun koko ajan on sanottu et Helsingissä on niin paljon yksinäisiä, niin miten ne voi olla niin piilossa, että ne pitää kaivaa tikulla jostain esille. Se(etsiminen) tavallaan vei turhaan meidän kapasiteettia. Jos olis ollut selvää, että ne jostain tulis helpommin, niin ei ehkä olis stressanut sitä, sillä olihan se stressin paikka. Kuitenkin kun paljon niit palvelukeskuksia, ja muita...niin terveyskeskuksia, joissa on paljon ammatti-ihmisiä, ketkä tapaa paljon vanhuksia, niin eiks nyt sitä kautta saisi organisoitua helpommin näitä osallistujia.

Ystäväpiiri-koulutuksessa käytetty parityöskentely ohjaajien osilta mainittiin monesti tärkeäksi ja hyödylliseksi työskentelymalliksi, joskin alkuun hiukan haasteelliseksi. Kouluttajat haastattelevat ennalta kaikki hakijat, ja toivomuksena olisi, että vapaaehtoisilla olisi ohjauspari jo valmiina ennen koulutusta. Mikäli näin ei ole, vapaaehtoisille järjestetään niin sanottu tutustumisilta, jonka yhtenä tavoitteena on oman ohjausparin löytyminen. (Ylimaa 2011.)

H3: Ensin se tuntui hyvin vaikealta, se parityöskentely, ja ajattelinkin, että tuleekohan tästä yhtään mitään, ja pari oli sitä mieltä, että ei tästä tule näin yhtään mitään. Mutta kun pari innostui, niin meillä menikin alusta asti hirveen hyvin.

H5: Se pari, mikä mulla on, on hirveen hyvä, pari pitää olla, ettei tästä yksin mitään tulisikaan.

Tutkimuksessamme käsitelimme vertaistukea lähinnä ryhmänohjaajien osilta, ja tästä osa-alueesta vastauksista nousi yhtäläisiä mielipiteitä koko koulutuksen ajan. Vapaaehtoiset koulutettavat ryhmänohjaajat saivat tukea sekä pareiltaan, että koulutus- ja ryhmätapaamisissa, ja näin ollen vertaistuki nähtiin riittäväksi.

H1: Koulutus- ja virkistyspäiviä oli, ja vertaistuki tossa toimi periaatteessa koko koulutuksen, ja seminaaripäivien ajan.

H2: Vertaistukea sai omalta ohjaajaparilta ja muilta koulutukseen osallistuneilta ryhmän koulutustapaamisissa. Oma koulutusryhmämme toimi tosi kivasti, ja oli kivaa pohtia yhdessä ryhmiemme toimintaa.

H3: Oli tässä tämä mentor, ja siltähän nyt sai sen tuen, mitä tarvitsi. Se tutor oli kauhean hyvä, että se oli siinä, ja hän kävi siellä ja ajatuksia sai vaihtaa.

Kokemus ryhmätapaamisten ajankohdista, koulutuksen aikataulusta ja vertaistuen puutteesta tuli esiin. Koulutuksen järjestäjät voivat hyödyntää jatkossa tutkimuksemme tullutta kokemuksellista tietoa.

H5: Musta tuntuu, että nämä ryhmätapaamiset oli liian aikaseen, ja sen jälkeen ei ollut nyt muuta kuin tämä tänään...tammikuussa, maaliskuussa ne kaksi päivää ja nyt tämä. Mitäs vertaistukea tässä nyt mukamas on saatu...olisihan kouluttajiin tietty esim. konfliktitilanteissa voinut ottaa yhteyttä.

H5: Kaksitoista kertaa on kenelle tahansa aika paljon...siis sitä ryhmänvetoa. Pitäisikö sopia jokin väliviikko, milloin ei olisi tapaamista, tai jotain?! Silloin olis vaikka pari viikkoa, jolloin ei tavattais ja sit olis kolme tai jotain...kaksi kahden viikon taukoa, niin se olis hyvä esim. neljä kertaa, ja sitten tauko, ja kolme kertaa...tai siis neljä-neljä-neljä niin siinä olis se 12. Siinä olis yksi väliviikko molemmissa kohdissa. Väliviikoilla vois esim. matkustella tai jotain, kun ihmiset matkustaa.

Ystäväpiiri-koulutusta pidettiin käypänä koulutuksena vapaaehtoisille, jotka tavoittelevat tietoja ja taitoja ikäihmisten ryhmänohjaamiseen. Vaikka kehittämisen tarvetta, ja kenties tapauskohtaisesti tukea ja opastamista olisi kaivattukin koulutuksessa, vapaaehtoisten ryhmänohjaajien myönteinen palaute oli lähes selviö.

H1: Hieno, tärkeä koulutus, niinkun mä alun perin lähdinkin tähän mukaan sillä ajatuksella, että halusin vetää muunkinlaisia ryhmiä, mm. vertaistukea ja muuta, niin tää on oikein hyvä pohja siihen. Vaikka varsinaista vertaistukea erilaisille kohderyhmille vetää, on erilaista, niin toivon että saan siihen vielä lisää niin kuin just sen kohderyhmän tai

siihen liittyvää koulutusta, mutta että tämä on ollut tosi hyvä pohja. Hyviä kokemuksia vaan.

H2: Koulutus oli mielestäni hyvä ja kattava. Opin paljon ryhmänohjauksesta ja ryhmän toiminnan teoriasta. Hyvät tiedot, kaikki ongelmat mitä oli, liittyi muihin asioihin eikä oikeastaan olisi olleet ratkaistavissa koulutuksen avulla. Hyvä koulutus!

Vapaaehtoiset koulutettavat ryhmänohjaajat halusivat antaa mielipiteensä myös koulutuksen järjestäjille niiltä osin, kuinka kyseisen kohderyhmän valintaa olisi hyvä miettiä. Ryhmän yhtenä tavoitteena on sen jatkuminen ilman nimettyä ja koulutettua ohjaajaa, jolloin ikääntyvien ryhmän sisältä nousisi ohjaaja. Näin ollen osallistujien ikää olisi syytä pohtia tarkasti.

H3: Kyllä tämä piiritoiminta pitäisi olla vähän parempikuntoisille, iältään semmonen 70 molemmin puolin, että siinä iässä jää jotenkin väliin, et kun niitä ei oikein välttämättä lasketa vielä vanhuksiksi, niin kuitenkin siinä iässä jäädyään usein itekseen. Että juuri tuossa vaiheessa yksinäisyyteen/yksinoloon pystyttäisi puuttumaan, niin se vois olla helpompaa. Vanhemmille, joita haetaan rollaattoreilla ja muilla, niin sitäkin tarvitaan, mutta se pitäisi olla ihan ohjattua, eikä mitään omaehtoiseen ryhmänvetämiseen pyrkivää toimintaa.

Siitä, miten käy koulutettujen vapaaehtoisten ryhmänohjaajien koulutuksen jälkeen, mietitytti useaa tutkimukseemme osallistujaa. Vanhustyön keskusliiton kouluttajan Tarja Ylimaan mukaan Ystäväpiiri-ohjaajat voivat ohjata koulutuksen jälkeen uusia Ystäväpiiri-ryhmiä, eikä näin ollen kyseinen koulutus mene ”hukkaan”, vaikka vapaaehtoisia Ystäväpiiri-ohjaajia koko ajan koulutetaankin. (Ylimaa 2011.) Kuitenkin nyt koettiin, että jo koulutettuja vapaaehtoisia ryhmänohjaajia voisi hyödyntää jatkossa esimerkiksi koulutus- ja ryhmänohjaustilanteissa.

H4: Kun tässä on tätä koulutettua porukkaa niin paljon, että jatkossa voisi hyödyntää tätä jo koulutuksen saaneita ryhmänohjaajia yhteistyökumppaneiksi toiminnan jatkoksi, ettei koulutus jäisi kertakäyttöiseksi. Ystäväpiiri voisi toimia muutenkin kuin uusia kouluttamalla, että koulutuksen saaneet vapaaehtoiset ”potkaistaan” pellolle koulutuksen jälkeen, ja heidät kutsutaan mahdollisesti kaksi kertaa vuodessa pitämään jotain ryhmää. Näitä koulutuksen saaneita vapaaehtoisia pitäisi hyödyntää enemmän.

8 POHDINTA

8.1 Tulosten tarkastelua

Vapaaehtoistoimintaan mukaan lähtemisen kokemukset olivat ehkä mielenkiintoisimpina kysymyksinä mielessämme. Mikä on se syy joka saa ihmiset lähtemään vapaaehtoistoimintaan? Suurimpina syiksi mainittiin auttamisen halu. Auttamalla muita saa myös itselleen paljon. Tutkimuksessamme useimmat mainitsivat, että he kaipaavat tämän (vapaaehtoistoiminnan) puolen sisältöä elämäänsä. Heillä on harrastuksia kulttuurin ja liikunnan osalta, mutta kokivat että tämä toisi vielä yhden osa-alueen sisältöä elämään. Särkelän (2011) tutkimuksessa todetaan, että vapaaehtoistoiminnassa työelämän ulkopuolella olevien naisten osuus on muita suurempi. Auttamalla toisia ja osallistumalla vapaaehtoistoimintaan, ihmiset saavat mielekästä sisältöä omaan elämäänsä. (Särkelä 2011, 290.)

Ne haastateltavistamme, jotka olivat jo jääneet eläkkeelle, mainitsivat, että he ymmärtävät näitä ikäihmisiä ehkä hieman paremmin kuin nuorempi sukupolvi. Heillä on kokemusta siitä, että uuden oppiminen ei ole niin helppoa ja esimerkiksi tietokoneen opastuksessa ikääntyneelle tarvitaan aikaa ja kärsivällisyyttä. Toki nuorten innokkuutta ja uuden tiedon tuomista pidettiin taas vastapainona, suhteessa kokeneempiin vapaaehtoistoihijoihin. Rajaniemen (2009) tutkimuksessa tulee esiin, että kolmas ikä on otollinen ikävaihe vapaaehtoistoiminnalle. Siinä elämänvaiheessa ihmisellä on paljon kokemusta, ymmärrystä, tietotaitoa ja muunlaista osaamista. (Rajaniemi 2009, 22.)

Yksi haastateltavistamme mainitsi, että hänessä on vähän maailmanparantajan vikaa, sekä hän haluaa omalta osaltaan olla muuttamassa yhteiskuntamme rakenteita. Myös oman ajan antaminen muille oli usean haastateltavamme mielessä. Oli mielenkiintoista huomata, että Yeungin (2003) tutkimuksessa samat asiat nousevat esiin. Vapaaehtoiset haluavat antaa aikaa ja suorittaa hyödyllisiä tehtäviä. Epäitsekkyyks on keskeistä: minussa on maailmanparantajan vikaa, haluan auttaa kaikkia. Auttamishalu yhdistyy huolestuneisuuteen yhteisöllisestä epätasa-arvosta, sekä henkilökohtaisista arvoista. (Yeung 2003, 14.)

Vapaaehtoistoiminta tarjoaa mahdollisuuksia itsensä toteuttamiseen. Ne voivat ilmetä henkilökohtaisena kiinnostuksena, lahjakkuutena, kyvykkyytenä tai luovuutena. Oma henkilökohtaista hyvinvointia edistetään vapaaehtoistoiminnassa ilon kokemisen, positiivisen mielialan saamisen, rohkeuden tunteen ja mielenrauhan kautta. Vapaaehtoistoiminnasta saa myös fyysistä liikkumista, mikä taas lisää henkilökohtaista energisyyttä ja vireystilaa. Vapaaehtoistoiminta auttaa jaksamaan muutenkin arjessa. Vapaaehtoistojat kokevat myös saavansa emotionaalisia palkintoja, joka ilmenee tarpeellisuuden tunteena tai, että kuulun johonkin ryhmään. (Yeung 2005, 109–110.) Osa tutkimukseemme osallistuneista ryhmänohjaajista oli eläkkeellä, jolloin oman ajan antamista pidettiin osittain helpommin toteutettavaksi. Vapaaehtoiset olivat kokeneet itsekkin mahdollista sosiaalisen verkoston pienentymistä, ja näin ollen Ystäväpiiri-toimintaa pidettiin mielekkäänä mahdollisen yksinäisyyden lievittäjänä myös omista lähtökohdista käsin. Työelämässä olleita, ja opiskelijoita vapaaehtoistoimintaan motivoivat monet syyt tavoiteltavien ryhmänohjaustaitojen karttumisesta aina ikäihmisten osallistamiseen saakka. Vapaaehtoistoiminta parityöskentelynä mainittiin mielekkääksi ja myös itseään osallistavaksi auttamisen muodoksi. Välitön palaute sekä parilta, koulutuksen järjestäjiltä, että parin kanssa ohjatuilta ikäihmisten ryhmiltä koettiin onnistumisena, ja hyvänolon tunteena. Toimintaan osallistuminen ilman rahallista korvausta oli selvää vapaaehtoisille.

Vapaaehtoiset ovat motivoituneita vastaamaan erityistarpeisiin, kuten vanhusten auttamiseen. Tässä yhtenä tekijänä halutaan puuttua sosiaaliseen epätasa-arvoon ja erityisesti syrjäytymistä vastaan. Vapaaehtoistoiminta saatetaan kokea itselleen luonnollisena tapana elää ja toimia – jonkinlaisena kutsumuksena. Halutaan myös näyttää esimerkkiä muille eli levitetään auttamishalua. Jotkut voivat kokea vapaaehtoistoiminnan niin, että kun olen auttanut muita, voin pyytää itse apua sitten kun sitä tarvitsen. Vapaaehtoistoiminta voidaan nähdä henkilökohtaisena kasvuna, oman sisäisen kasvun prosessina. (Yeung 2005, 110–111.) Syy, mikä ajoi tutkimukseemme osallistuneita vapaaehtoisia ryhmänohjaajia Ystäväpiiri-toimintaan, oli auttamisen halu. Vapaaehtoisten keskuudessa oli huomioitu yksinäiset ikäihmiset yhteiskunnassamme, ja nyt haluttiin myötävaikuttaa tilanteen muuttumiseen mahdollisuuksien mukaan. Oma henkinen kasvu ja mahdolliset tulevaisuuden nä-

kymät esimerkiksi juuri ikäihmisten ryhmänohjaajana mainittiin myös vapaaehtoistoimintaan lähtemisen perusteluina.

Vapaaehtoisten oman äänen kuuleminen oli nimenomaan tärkeä asia meille, ja tällä tarkoitamme heidän omakohtaisia kokemuksia Ystäväpiiri-koulutuksesta, sekä ryhmänohjaamisesta. El Saidin ja Patjan (2011) tutkimuksen mukaan vapaaehtoistoiminnan tutkimusmenetelmiä tulisi kehittää laadulliseen suuntaan, koska juuri tätä kautta saataisiin yksilöllistä kokemuspohjaista tietoa (El Said & Patja 2011, 13).

Vertaistoimijoiden keskinäinen tuki on tärkeässä osassa, koska kaikenlainen ajatustenvaihto muiden kanssa on henkilön oman jaksamisen ja toiminnan kannalta tärkeää. Tämä tukee omaa kasvua ja tehtävässä selviytymistä. Parityöskentelyn on koettu olevan erittäin hyvä käytäntö. (Myllymaa 2010, 92.) Tutkimuksessamme haastateltavat korostivat juuri parityöskentelyn merkitystä. He kokivat, että parin kanssa voi jakaa ryhmätapaamisten jälkeen mieleen jääneitä tilanteita. Erityisesti ryhmätoiminnan alkaessa parityöskentelyä pidettiin tärkeänä mahdollisen konfliktitilanteen selvittämisessä, ja jälkikäteen tilanteen purussa.

Tutkimuksessamme olleet Ystäväpiiri-koulutuksen käyneet ryhmänohjaajat kokivat erilaisia tunteita osallisuuden alueella. Ystäväpiiri-koulutusta pidettiin asiallisena ja mielekkäänä, ja saatua teoretiedon osuutta suhteellisen riittävänä tulevia ikäihmisten ryhmien ohjaamisia ajatellen. Janssonin (2011) mukaan Ystäväpiiri-koulutukseen osallistuneiden ryhmänohjaajien (n=150) palautteista nousi muun muassa itseluottamuksen, itsevarmuuden ja rohkeuden lisääntyminen. Toisaalta pohdintaa nousi muun muassa konkreettisista toimista ikäihmisten ryhmien kokoon saamisista aina niiden koossa pitämisiin, jotka aiheuttivat hienoista stressiä vapaaehtoisille koko Ystäväpiiri-toiminnan ajan. Ystäväpiiri-mallin taustalla mainitaan jokaisen ryhmän omannäköinen muoto, jolloin kustakin ryhmästä onkin tarkoitus muodostua juuri yksilöllinen ryhmä. Näin ollen jokaisella ohjaajaparilla oli mahdollisuus toimia omien osaamistensa ja oppiensa puitteissa osallistaessaan ikäihmisiä erilaisten aktiviteettien ja retkien muodoissa. Omaa roolia aluksi selkeästä ryhmänohjaajasta toiminnasta poisvetäytyjäksi koettiin haasteellisena ja ei-mielekkäänä roolina. Jansson (2011) puolestaan on todennut Ystäväpiiri-

koulutuksessa ryhmänohjaajien ohjaamistaitojen kasvaneen ja ryhmästä vetäytyminen on nähty koulutukseen osallistujien palautteiden mukaan yhtenä tärkeimmistä oppimiskokemuksista. (Jansson 2011.)

Ystäväpiiri-tapaamisissa tarkoituksena oli lievittää mahdollista yksinäisyyttä ja toimia ikäihmisten tarpeista käsin mahdollisimman tavoitteellisesti ja mielekkäästi. Kevään 2011 aikana vapaaehtoiset toteuttivat lukuisia retkiä ja yhteisiä tapaamisia pääkaupunkiseudun kulttuurikohteissa, ja lounas- ja kahvihetket rytmittivät useita Ystäväpiiri-ryhmiä. Kuitenkin osa vapaaehtoisista koulutetuista ryhmänohjaajista mainitsi, että osa ryhmistä osoittautui käytännössä pelkästään retkiryhmiksi. Näillä vapaaehtoisilla kun oli ajatuksena pureutua yksinäisyyteen ja sen lievittämiseen keskusteluhetkien avulla, sekä siihen liitettävien psykososiaalisten työmenetelmien valossa. Yksinäisyyteen, sen syihin ja yksinäisyyden lievittämiseen pyrittiin tarttumaan syvällisemmin, jolloin jokaviikkoisia retkiä ei toteutettu. Näin ollen kevään 2011 ryhmistä muodostui osa selkeästi niin sanotuiksi reissuryhmiksi, osa enemmän keskusteleviksi ja yksinäisyyttä pohtiviksi ikäihmisten Ystäväpiiri-ryhmiksi.

Tutkimukseemme osallistuneet vapaaehtoiset tavoittelivat sekä omia ryhmänohjaustaitoja että luontevaa osallistamista tietyn marginaaliryhmän osalta. Ystäväpiiri-koulutuksessa saatu tieto koettiin osittain riittäväksi, onnistumisen iloa koettiin omien ryhmänohjaustaitojen karttumisesta, mutta toisaalta konkreettista mallin antamista ryhmien ohjaamisiin olisi myös kaivattu. Osalla vapaaehtoisista oli jo kokemusta ikäihmisistä, ja aikaisempi oppi oli harjaannuttanut vapaaehtoisia ikäihmisten kanssa toimimiseen. Näin ollen nyt annettu koulutus koettiin osin riittämättömäksi, ellei vapaaehtoisilla olisi ollut aikaisempaa kokemusta ikäihmisistä. Vapaaehtoiset olisivat toivoneet osin laajempaa ja spesifimpää tietoa eläkkeelle siirtymisestä ja kyseiseen elämäntilanteeseen liittyvistä mahdollisista ongelmista ja haasteista nykypäivän yhteiskunnassa. Myös vanhuusiän sairaudet ja vanhenemiseen liittyvät yksilölliset ongelmat olisi toivottu käsiteltävän hieman tarkemmin.

Janssonin (2009) projektiraportissa oli tutkittu vuosina 2006–2009 välisenä aikana Ystäväpiiri-toimintaa. Sen mukaan toiminnalle oli selvä tarve, koska ikääntyneitä yksinäisiä on maassamme paljon. Raportista saatujen tulosten perusteella toimintamallin kehittämiskohteiksi nousivat: yksinäisten ikäihmisten tavoittaminen, ryh-

mänohjaajien resurssit ryhmien rekrytointiin sekä yksinäisyyden puhuminen. Yksinäisten ikäihmisten löytäminen ei ole helppoa, niinpä ryhmänohjaajaparien tulee miettiä itselleen soveltuvin tapa tavoittaa ne ikääntyneet, jotka eniten hyötyvät Ystäväpiiri-ryhmästä. Ikäihmisten tavoittaminen lehti-ilmoituksen tai ystävän kertomuksen perusteella, ei välttämättä ole paras keino. Ryhmänohjaajilla tulee olla selkeät keinot ikääntyneiden tavoittamiseen sekä myös hyvät ajalliset resurssit tiedottamiselle ja suunnittelulle. Ystäväpiiri-ryhmänohjaajat ovat kaivanneet jatkokoulutusta Ystäväpiiri-koulutuksen ja ryhmänohjauksen päätyttyä. Myös aluetapaamisia Ystäväpiiri-ohjaajien kesken on pidetty tärkeänä tukimuotona. (Jansson 2009, 65–67.) Keväällä 2011 pidetty Ystäväpiiri-koulutus mainittiin hyödyllisenä ja uusia kokemuksia tuottavana koulutusmallina sekä ikäihmisten, että vapaaehtoisten toimijoiden osilta. Kuitenkin jo aikaisemmin mainittu ikäihmisten ryhmien muodostaminen koettiin haasteelliseksi, ja tähän olisikin toivottu toisenlaista toimintatapaa. Useissa haastatteluissa mainittiin toivomuksena jo valmiiden ryhmien olemassaolo, jolloin nyt koulutettavien vapaaehtoisten ryhmänohjaajien aika ja energia ei olisi mennyt itse ryhmien kokoamiseen. Näin ollen koettiin, että itse toimintaan olisi ollut enemmän sekä henkisiä ja aineellisia että ajallisia resursseja.

Ikäihmisten ryhmäkertoja, eli Ystäväpiiri-tapaamisia voisi ajatella aikataulullisesti toisin, kenties tiivistetympin. Nyt jokaviikkoinen tapaaminen koettiin suhteellisen sitovaksi kahdentoista kerran ajan. Vapaaehtoisten sitouttaminen toimintaan edellyttää osittain myös heidän elämäntilanteidensa näkökulmien huomioonottamista, jolloin koko kevään mittainen toiminta poissulkee muun muassa muut omat henkilökohtaiset suunnitelmat. Joka tapauksessa nyt koulutettujen vapaaehtoisten ryhmänohjaajien mielissä siinsi oma halu osallistua toimintaan myös koulutuksen jälkeen mahdollisuksiensa mukaan. Tahto jakaa nyt saatua koulutusta, ja toiminnasta saatua kokemusta arveltiin hyödynnettävän jatkossa, mutta toisaalta asiasta oltiin epäröivällä kannalla, koska kyseistä koulutusta toteutetaan tasaisin väliajoin uusien koulutettavien voimin.

Tekemämme tutkimuksen perusteella mahdollinen jatkotutkimus voisi olla, kuinka nyt näitä koulutettuja Ystäväpiiri-ryhmänohjaajia jatkossa hyödynnetään. Moni haastateltava pohti omaa rooliaan jatkossa Ystäväpiiri – toiminnassa, ja sitä, onko nyt saatu koulutus ”kertakäyttöinen”? Uusia Ystäväpiiri-ryhmänohjaajia koulute-

taan, mutta mikä rooli on näillä jo koulutetuilla ja ryhmää ohjanneilla? Ovatko he löytäneet paikkansa ja miten he ovat roolinsa kokeneet? Myös kartoitus siitä, kuinka moni on jatkanut Ystäväpiiri-toiminnassa, voisi olla mielenkiintoinen jatkotutkimuskysymys.

8.2 Tutkimuksen eettisyys

Tutkimuksen tekemisessä pitää huomioida monet eettiset kysymykset. Eettisesti hyvä tutkimus edellyttää, että tutkimuksessa on noudatettu hyvää tieteellistä käytäntöä. Tiedonhankintatavat aiheuttavat ihmistieteissä eettisiä ongelmia. Näin ollen ihmisarvon kunnioittaminen tulee olla lähtökohtana. Ihmisten itsemääräämisoikeutta kunnioitetaan antamalla ihmisille mahdollisuus päättää osallistuvatko he tutkimukseen. Tutkimuksessa on selvitettävä, miten henkilöiden suostumus hankitaan, mitä tietoa heille annetaan sekä kerrotaan mahdollisista riskeistä liittyen tutkimuksen osallistumiseen. Hyvän tutkimuksen tekeminen siten, että eettiset näkökulmat tulevat oikein ja riittävästi huomioiduksi, on haastava tehtävä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 23–27.)

Haastattelun suostumuslomakkeessa kysyimme haastateltaviltamme lupaa osallistua haastatteluun, jonka myös nauhoitamme. Heille mainittiin myös, että heidän anonyymiytensä säilyy, ja että kenenkään yksittäisiä vastauksia ei pysty tunnistamaan. Nauhat tulivat vain meidän haastattelijoiden käyttöömme, ja ne tuhottiin heti aineiston purun jälkeen. Menetelmien valinnassa pitää huomioida myös eettiset seikat. Tietoa ei voi kerätä niin, että se loukkaa haastatteluun osallistuvien yksityisyyttä tai identiteettiä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 186.)

Olimme antaneet omat yhteystietomme haastateltaville, joten heillä oli mahdollisuus ottaa meihin yhteyttä, jos he halusivat lisätietoa. Kerroimme mistä tutkimuksessa on kyse, sekä sen että haastattelut tehdään kahteen otteeseen. Mitään tietoja emme jättäneet missään vaiheessa kertomatta haastateltavillemme.

Kerroimme haastateltavillemme, että haastattelun voi keskeyttää heti jos haastateltava vain niin haluaa. Kaikki haastateltavat osallistuivat kumpaankin kahteen

haastattelu osioon eli haastatteluun ennen koulutusta sekä haastatteluun koulutuksen jälkeen. Kukaan osallistujista ei myöskään kieltänyt jälkikäteen haastattelun käyttämistä opinnäytetyössämme.

8.3 Tutkimuksen luotettavuus

Tutkimuksessa lähtökohtana on virheiden välttäminen, joten olemme yhdessä tarkastelleet tutkimustuloksia moneen kertaan, useasta eri näkökulmasta. Olemme myös löytäneet yhteneväiset vastaukset, joka varmentaa tutkimuksen luotettavuutta. Tutkimuksissa pyritäänkin arvioimaan tehdyn tutkimuksen luotettavuutta. Laadullisissa tutkimuksissa ydinasioita ovat henkilöiden, paikkojen ja tapahtumien kuvaukset. Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta nostaa se, miten tarkkaan on selostettu tutkimuksen toteuttaminen. Tarkkuus koskee kaikkia vaiheita tutkimuksessa. Haastattelu- ja havainnointitutkimuksessa kerrotaan olosuhteista ja paikoista, joissa aineistot kerättiin. Myös haastatteluihin käytetty aika, mahdolliset häiriötekijät sekä tutkijan oma tulkinta tilanteesta, ovat asioita jotka pitää mainita. Tulosten tulkinnassa olisi kerrottava, millä perusteella tulkintoja esitetään eli mihin päätelmä perustuu. Hyvä havainnointikeino tässä on tuoda suoria haastatteluotteita. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 231–233.)

Pyrimme järjestämään haastattelutilanteet mahdollisimman rauhalliseen paikkaan, ettei häiriö tekijöitä tilan puolesta syntyisi. Samoin varasimme riittävästi aikaa jokaiselle haastateltavallemme. Onnistuimme kummassakin näissä kriteereissä hyvin. Haastattelutila, jonka saimme SPR:n kautta käyttöömmee, oli erittäin rauhallinen ja mukava paikka. Olimme myös etukäteen tehneet harjoitushaastatteluja, joten osasimme hiukan arvioida, kuinka kauan haastatteluun kannattaa varata aikaa. Näin ollen tilan ja ajankäytön puolesta tutkimuksen luotettavuudessa ei syntynyt mitään epäluotettavaa. Annoimme haastateltaville ennen haastattelun alkua aikaa tutustua etukäteen kysymyksiin. Tämä auttoi haastateltavia näkemään, minäkalaisista kysymyksistä haastattelurunko muodostui. Heillä oli tässä kohtaa myös mahdollisuus esittää tarkentavia kysymyksiä.

Haastattelutilanne on aina yksilöllinen ja tutkijan pitää olla joustava, sekä osata tehdä nopeita ratkaisuja saadakseen mahdollisimman monipuolista tietoa tutkimukseensa. Tutkittavien ajatuksia ei pystytä koskaan välittämään sellaisenaan, vaan tulkinnat tehdään heidän esittämistään ajatuksista tai havainnoista käyttäytymisestä. Haastattelutilanteessa voidaan esittää lisäkysymyksiä, sekä kumpikin osapuoli pystyy tarvittaessa tarkentamaan toisen käsityksiä. Haastattelun lopuksi annetaan myös mahdollisuus haastateltavalle nostaa esille asioita, joita hän pitää tärkeinä. (Aaltio & Puusa 2011, 161–162.) Olimme huomioineet tutkimuksemme sen, että haastateltavilla oli mahdollisuus kertoa vielä jotain lisää. Tällä halusimme taata, että kaikki saivat kertoa myös niitä mieleen tulleita asioita, joita he halusivat tuoda esille.

Tutkimuksen luotettavuudessa pohdimme mikä vaikutus sillä oli, että me haastattelijoina emme tienneet kuka haastateltavista oli kenenkin pari. Eli aiheuttiko se epäselvyyttä vastausten tulkintaa.

8.4 Yhteinen oppimisprosessi

Meillä oli vahva käsitys, että teemme laadullisen tutkimuksen ja aihe tulee kosketamaan jollain tavalla ikääntyneitä ihmisiä. Olimme myös päättäneet, että toteutamme työmme teemahaastatteluna. Alkuun opinnäytetyön prosessiin kiinni pääseminen tuntui haasteelliselta, koska mielestämme aikataulutus oli tehty lähinnä koulua varten, eikä meidän tarpeista lähtien. Jo tässä kohden huomasimme parityöskentelyn edun. Näin ollen pystyimme yhdessä työstämään tutkimustamme meidän omien valmiuksiemme mukaisesti. Luottamus ja toisen tuki edesauttoivat työn konkreettista etenemistä. Saatuamme yhteistyötahoksi Vanhustyön keskusliiton, prosessi käynnistyi opinnäytetyön vaatimusten mukaiseksi. Tässä kohden haluammekin kiittää Vanhustyön keskusliiton projektipäällikkö Anu Janssonia, sekä projektisuunnittelija Tarja Ylimaata arvokkaista ohjeistuksista.

Yhteistyömme Vanhustyön keskusliiton kanssa oli antoisa, ja monin paikoin suuntaa antava valmista opinnäytetyötämme ajatellen. Projektipäällikkö Anu Jansson ja projektisuunnittelija Tarja Ylimaa olivat aiheemme tarjoajia. Heiltä saimme proses-

sin monessa eri vaiheessa kallisarvoista tietoa sekä itse aihetta, että muita käytäntöjä koskien. Opinnäytetyön tarkennuksia, ja korjauksia tuli tehtyä pitkin matkaa, ja yhteistyö sekä projektipäällikkö Janssoniin, että projektisuunnittelija Ylimaahan, tapahtui sekä sähköpostin, että puhelimen välityksellä. Olimme mielestämme etuoikeutettuja ja onnekkaita, jolloin itsenäinen opinnäytetyön tekeminen yhdistettynä ammattitaitoiseen ja omaa aikaansa tarjoavaan työelämäntahoon toteutui parhaalla mahdollisella tavalla.

Työskentelyprosessin eri vaiheissa kävimme keskenämme keskustelevaa vuoropuhelua puhelimitse monta kertaa viikossa, koska asumme eri paikkakunnilla. Olimme sopineet työnjaon, mutta silti kävimme yhdessä tekstin tarkkaan läpi niin, että kumpikin oli tyytyväinen sisältöön. Olimme tarkkoja siitä, että tekstin pitää olla yhtenäistä ja sujuvaa. Luimme tekstiä matkan varrella koko ajan ja teimme muutoksia. Tapamme työstää opinnäytetyötä oli, että emme koskaan lyöneet mitään lopullista lukkoon, vaan olimme aina valmiita palaamaan aiheeseen uudelleen. Mahdolliset muutokset tekstiin tehtiin useampaan kertaan, huomioiden sekä yhteistyötahon että koulun vaatimukset.

Tutkimuksen tekeminen oli monin tavoin opettavaista. Täytyi muistaa edetä maltillisesti, mutta pitää mielessä myös kriittisyys. Helposti ”sokeutui” omalle tekstille. Tällöin toinen pystyi puuttumaan mahdollisiin ristiriitaisiin asioihin. Yhteistyömme toimi asianmukaisesti, huumoria unohtamatta. Saimme sovittua asiat, ja työt jakaantuivat tasapuolisesti. Koimme myös vahvuutena sen, että luontaiset yksilölliset osaamisalueemme tukivat yhteistä oppimistamme. Tuli tunne, että täydennämme toisiamme todella hyvin. Yhteinen opinnäytetyö haastaa sen tekijät punta-roimaan omia vahvuuksiaan ja mahdollisia heikkouksiaan monesta eri näkökulmasta. Keskustelevan, ja hyvin suunnitellun yhteistyön mallintaminen antoi esimerkiksi meidän prosessillemme luonteen. On lähes selviö, että pitkäkestoisen työn aikana erilaiset tunteet ja luonteenpiirteet tulevat esille. Tällöin toinen toistaan tukeva työilmapiiri luo onnistuneet puitteet yhteiselle tavoitteelle. Rehellisyys, joustavuus ja toisen elämäntilanteen ymmärtäminen edesauttoivat yhteisessä prosessissamme, ja tavoitteemme saavuttamisessa. Toisen opinnäytetyön tekemisen ammatillisuutta leimasi kokonaisvaltainen tarkkuus ja atk-asettelujen oikeellisuus, ja toisella oli pyrkimys vapaampaan, pohdiskelemaan, mutta sisällöltään kenties

kriittisempään työotteeseen. Näin ollen voimmekin todeta, että aloittavina tutkijoina yhteisen työn tekeminen opetti paljon sekä työstä, että sen tekemisestä. Työn lomassa meidän ystävytemme syveni ja opimme paljon uutta toisistamme, mutta ennen kaikkea opimme uutta myös itsestämme.

Ohjeistukset yhteistyötaholta ja koululta jäsensivät työtämme antaen sille raamit. Työssä kohdatut vastoinkäymiset eivät lannistaneet, vaan yhteinen tavoite kannatteli meitä koko prosessin aikana. Tulevina sosionomeina tarpeelliset yhteistyötaidot, toisten kunnioittaminen ja epätsekkyys työmme tekemisessä olivat tärkeimpiä arvojamme. Sosionomin (AMK) ammatillisiin edellytyksiin kuuluvat eripainotteiset kompetenssivaatimukset, ja näistä nostamme tässä esiin juuri eettisen osaamisen. Peruslähtökohdana mainitaan taito toimia asiakaslähtöisesti, ja näin tunnetuimme toimineemme koko prosessimme ajan. Oman toiminnan reflektointia ja kriittistä puntarointia teimme edelleen prosessimme aikana ja sen jälkeen, jolloin tarkastelimme monipuolisesti toimintaamme sosiaalialan arvolähtökohdista käsin. Onnistuimme mielestämme yhdistämään yhteiskunnan, yhteisön ja yksilön näkökulmat sosiaalialan ammattieettisessä osaamisessa. (Rouhiainen-Valo, Rantanen, Hovi-Pulsa & Tietäväinen 2010, 16.) Oppimisprosessina tämä oli meille antoisa. Toivomme yhteistyötahomme Vanhustyön keskusliiton pystyvän hyödyntämään tutkimustamme tahollaan.

LÄHTEET

- Aaltio, Iiris & Puusa, Anu 2011. Laadullisen tutkimuksen luotettavuus. Teoksessa Anu Puusa & Pauli Juuti (toim.) Menetelmäviidakon raivaajat: perusteita laadullisen tutkimuslähestymistavan valintaan. Helsinki: JTO, 153–166.
- El Said, Maria & Patja, Sanna 2011. Vapaaehtoisten roolin muotoutuminen Punaisen Ristin Ystävätoiminnassa. Jyväskylän yliopisto. Pro gradu-tutkielma.
- Harju, Ulla-Maija; Niemelä, Pauli; Ripatti, Jaakko; Siivonen, Teuvo & Särkelä, Riitta 2001. Vapaaehtoistoiminta seurakunnissa ja järjestöissä. Helsinki: Edita.
- Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena 2008. Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.
- Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2007. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Hytönen, Yki 2002. Ihminen ihmiselle: Suomen Punainen Risti 1877–2002. Helsinki: Suomen Punainen Risti.
- Hyväri, Susanna. 2005. Vertaistuen ja ammattiauttamisen muuttuvat suhteet. Teoksessa Marianne Nylund & Anne Birgitta Yeung (toim.) Vapaaehtoistoiminta: anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 214–235.
- Jansson, Anu 2011. Vanhustyön keskusliiton projektipäällikkö Anu Janssonin Ystäväpiiri-toiminnan tuloksia. Ystäväpiiri-ohjaajien koulutus- ja virkistyspäivä 20.10.2011 Kansallisteatterissa. Tuloste tekijöiden hallussa.
- Jansson, Anu 2009. Ystäväpiiri – yhdessä elämyksiä arkeen. Projektiraportti 2006–2008. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto.
- Jyrkämä, Oili 2010. Vertaistukiryhmät käyntiin. Teoksessa Jaana Holm, Päivi Huuskonen, Oili Jyrkämä, Sonja Karnell, Anne Laimio, Ilona Lehtinen, Tapio Myllymaa & Julia-Maarie Vahtivaara (toim.) Vertaistoiminta kannattaa. Helsinki: Asumispalvelusäätiö ASPA, 25–49.
- Kankaansivu, Kirsi 2007. Punainen Risti. Kuopio: Unipress.

- Kansanvalta 2011. Vapaaehtoistoiminnan teemavuosi 2011. Teemavuoden lähtökohdat. Viitattu 15.9.2011.
<http://www.kansanvalta.fi/Etusivu/Teemavuodenlahtokohdat>
- Karvinen, Marjatta 2011. Seniorit aktiivisia SPR:n vapaaehtoisina. Vapaaehtoisuus voimana – Helsinki: Vanhustyön keskusliiton julkaisuja.
- Kettunen, Herttakaisa 2011. Vapaaehtoistointa näkyviin vuonna 2011. Vapaaehtoisuus voimana - Helsinki: Vanhustyön keskusliiton julkaisuja.
- Kiviniemi, Kari 2007. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa Juhani Aaltola & Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2: näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 68–84.
- Kurki, Leena 2007. Innostava vanhuus: sosiokulttuurinen innostaminen vanhempien aikuisten parissa. Helsinki: Finn lectura.
- Laimio, Anne & Karnell, Sonja 2010. Vertaistointi - kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa. Jaana Holm, Päivi Huuskonen, Oili Jyrkämä, Sonja Karnell, Anne Laimio, Ilona Lehtinen, Tapio Myllymaa & Julia-Maarie Vahtivaara (toim.) Vertaistointi kannattaa. Helsinki: Asumispalvelusäätiö ASPA, 9–19.
- Myllymaa, Tapio 2010. Vertaistointijoiden jaksaminen ja työn tuki. Teoksessa Jaana Holm, Päivi Huuskonen, Oili Jyrkämä, Sonja Karnell, Anne Laimio, Ilona Lehtinen, Tapio Myllymaa & Julia-Maarie Vahtivaara (toim.) Vertaistointi kannattaa. Helsinki: Asumispalvelusäätiö ASPA, 87–93.
- Mäkisalo, Merja 2003. Yhdessä onnistumme: opas työyhteisön kehittämiseen ja hyvinvointiin. Helsinki: Tammi.
- Niemelä, Anna-Liisa 2009. Ketkä ovat syrjäytyneitä? Teoksessa Yrjö Engeström, Anna-Liisa Niemelä, Jaana Nummijoki & Juha Nyman (toim.) Lupaava kotihoito: uusia toimintamalleja vanhustyöhön. Jyväskylä: PS-kustannus, 25–47.
- Niemelä, Anna-Liisa & Nikkilä, Aila 2009. Yksinäisenä omassa kodissaan. Teoksessa Yrjö Engeström, Anna-Liisa Niemelä, Jaana Nummijoki & Juha Nyman (toim.) Lupaava kotihoito: uusia toimintamalleja vanhustyöhön. Jyväskylä: PS-kustannus, 135–164.

- Nylund, Marianne 2005. Vertaisryhmät kokemuksen ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa Marianne Nylund & Anne Birgitta Yeung (toim.) Vapaaehtoistoiminta: anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 195–213.
- Porkka, Suvi-Tuuli 2009. Työnohjaamisen taito: oppikirja vapaaehtoistyön työnohjaajalle. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura.
- Punainen Risti 2011 a. Neuvoa ja tukea ystäville. Viitattu 31.7.2011.
<http://oleystava.fi/content/neuvoa-ja-tukea-ystaville>
- Punainen Risti 2011 b. Ystäväkurssi. Viitattu 3.9.2011.
http://www.redcross.fi/aktiivit/piirit/sivut/varsinais-suomi/koulutustajatapahtumia/fi_FL/ystavakurssi/
- Punainen Risti 2011 c. Ystäväpiirissä jaetaan yksinäisyyttä. Viitattu 16.6.2011.
http://www.redcross.fi/punainenristi/suomenpunainenristi/fi_FL/
- Rajaniemi, Jere 2009. Mielekkäästi vapaaehtoistoiminnassa - Tuloksia kyselystä järjestöjen ikääntyneille jäsenille. Raportteja 2/2009. Helsinki: Ikäinstituutti.
- Repo-Kaarento, Saara 2007. Yhteistoiminnallinen oppiminen. Teoksessa Saara Repo- Kaarento (toim.) Innostu ryhmästä. Miten ohjata oppivaa yhteisöä. Helsinki: Kansanvalistusseura, 33–51.
- Rouhiainen-Valo, Tuula; Rantanen, Teemu; Hovi-Pulsa, Raija & Tietäväinen, Sirpa 2010. Kompetenssit sosionomien (AMK ja ylempi AMK) ydinosaamisen avaajina. Teoksessa Leena Viinamäki (toim.) Sosionomin ammatti ja työ 2010 – 2025. Havaintoja ja päätelmiä sosionomien (AMK & ylempi AMK) profiilista. Suomen hyvinvointiasiantuntijajärjestelmässä. Kemi-Tornion ammattikorkeakoulun julkaisu 3/2010. Kemi: Kemi-Tornion ammattikorkeakoulu, 9–36.
- Routasalo, Pirkko & Pitkälä, Kaisu 2005. Ikääntyvän henkilön yksinäisyys – haaste hoitotyölle. Teoksessa Eija Nopari & Paula Koistinen (toim.) Laatu vanhustyöhön. Helsinki: Tammi, 19–35.
- Särkelä, Riitta 2011. Sosiaali- ja terveysjärjestöt kilpailukyky-yhteiskunnassa. Teoksessa Anne Birgitta Pessi & Juho Saari (toim.) Hyvien ihmisten maa: auttaminen kilpailukyky-yhteiskunnassa. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu, 279–310.
- Tuntitili 2011. Vapaaehtoistoiminta näkyviin vuonna 2011. Viitattu 15.9.2011.
<http://www.tuntitili.fi/fi/faktaa+toiminnasta/>

- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Vanhustyön keskusliitto 2010 a. Ystäväpiiri-toiminta. Viitattu 8.9.2010.
<http://www.vanhustyonkeskusliitto.fi/fin/hankkeet/ystavapiiri/>
- Vanhustyön keskusliitto 2011 b. Arvot ja visio. Viitattu 20.6.2011.
http://www.vanhustyonkeskusliitto.fi/fin/liitto/arvot_ja_visio/
- Vanhustyön keskusliitto 2011 c. Historiaa. Viitattu 20.6.2011.
<http://www.vanhustyonkeskusliitto.fi/fin/liitto/historiaa/>
- Vanhustyön keskusliitto 2011 d. Organisaatiokaavio. Viitattu 20.6.2011.
<http://www.vanhustyonkeskusliitto.fi/fin/liitto/organisaatio/>
- Vanhustyön keskusliitto 2011 e. Toiminta-ajatus ja tehtävät. Viitattu 20.6.2011.
http://www.vanhustyonkeskusliitto.fi/fin/liitto/toiminta-ajatus_ja_tehtavat/
- Vanhustyön keskusliitto 2011 f. Vanhustyön keskusliitto – vaikuttavaa vanhustyötä. Viitattu 20.6.2011. <http://www.vanhustyonkeskusliitto.fi/fin/liitto/>
- Yeung, Anne Birgitta 2005. Vapaaehtoistoiminnan timantti: miten mallintaa motivaatiota? Teoksessa Marianne Nylund & Anne Birgitta Yeung (toim.) Vapaaehtoistoiminta: anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 104–125.
- Yeung, Anne Birgitta 2003. Sosiaalinen pääoma vapaaehtoistoiminnassa. Futura 2003/3. Helsinki: Tulevaisuuden tutkimuksen seura, 5–23.
- Yeung, Anne Birgitta 2002. Vapaaehtoistoiminta osana kansalaisyhteiskuntaa - ihanteita vai todellisuutta?: tutkimus suomalaisten asennoitumisesta ja osallistumisesta vapaaehtoistoimintaa. Helsinki: YTY.
- Ylimaa, Tarja 2011. Vanhustyön keskusliiton projektisuunnittelija Tarja Ylimaan haastattelu sähköpostitse 17.8.2011. Tuloste tekijöiden hallussa.
- Ystäväpiiri 2010. Ystäväpiiri – yhdessä elämyksiä arkeen. Viitattu 8.9.2010.
<http://www.ystavapiiri.net/>

LIITE 1: Saatekirje

Hei!

Olemme Helsingin Diakonia-ammattikorkeakoulun opiskelijoita Mirva Salonen ja Päivi Vähätalo ja teemme opinnäytetyömme Vanhustyön keskusliiton toimeksiantona. Tavoitteena tutkimuksessamme on selvittää:

- Mikä motivoi vapaaehtoistoimintaan Ystäväpiiri-ohjaajaksi?**
- Mitä Ystäväpiiri-ryhmänohjaus antaa vapaaehtoistyöntekijälle?**
- Miten Ystäväpiiri-koulutusta on mahdollista kehittää vapaaehtoistyönohjaajan näkökulmasta?**

Tarkoituksenamme on haastatella vapaaehtoisia ryhmänohjaajia tammikuussa-11 ennen Ystäväpiiri-koulutusta, sekä toukokuussa-11 Ystäväpiiri-koulutuksen jälkeen. Pyydämme Teitä osallistumaan haastatteluun. Haastattelu toteutetaan Teille sopivana aikana ja se kestää noin puoli tuntia. Haastattelun teemme SPR:n Ystävätoiminnan tukipisteen tiloissa, joka sijaitsee Helsingin keskustassa, osoitteessa Salomonkatu 17 B, 11. krs.

Osallistuminen haastatteluun on vapaaehtoista ja voitte keskeyttää haastattelun milloin tahansa niin halutessanne. Haastattelu nauhoitetaan ja nauhat tulevat vain haastattelijoiden kuultavaksi. Näin ollen henkilöllisyytenne ei tule ilmi missään vaiheessa. Lopuksi haastattelumateriaali hävitetään. Haastattelemalla Teitä saadaan tietoa, jolla Ystäväpiiritoimintaa voidaan kehittää. Haastattelutilanteessa ovat mukana ainoastaan haastateltava ja haastattelijat.

Mikäli päätätte osallistua haastatteluun, pyydämme Teitä allekirjoittamaan suostumuslomakkeen. Otamme Teihin yhteyttä haastatteluajankohdan sopimiseksi.

Ystävällisesti, ja yhteistyötä odottaen Mirva Salonen & Päivi Vähätalo

LIITE 2: Haastattelun suostumuslomake

SUOSTUMUS HAASTATTELUUN

Hyvä Ystäväpiiri-koulutukseen osallistuva; tämä on suostumuslomake meillä olevaan opinnäytetyöhön. Opinnäytetyössä tutkimme vapaaehtoisten ryhmänohjaajien motivaatiota Ystäväpiiritoimintaan.

Tätä lomaketta on laadittu kolme kappaletta. Yksi jää Teille, yksi Vanhustyön keskusliitolle ja yksi meille tutkijoille.

Allekirjoittamalla tämän lomakkeen, suostutte osallistumaan haastatteluun ja ääninauhoitukseen, joka pidetään erikseen sovittuna ajankohtana.

Nimi: _____

Puhelinnumero: _____ Sähköposti: _____

Allekirjoitus ja nimenselvennys, syntymäaika

Lisätietoja antavat Mirva Salonen & Päivi Vähätalo, sosionomiopiskelijat Helsingin Diakonia-ammattikorkeakoulusta.

Mirva Salonen: gsm.050-5441964 mirva.salonen@student.diak.fi

Päivi Vähätalo: gsm.040-7392975 paivi.vahatalo@student.diak.fi

LIITE 3: Haastattelukysymykset ennen Ystäväpiiri-ryhmänohjaajakoulutusta

TAUSTA

- Ikä
- Sukupuoli
- Koulutus/Ammatti
- Elämäntilanteenne; opiskelija, työssä, työtön, eläkkeellä, jokin muu
- Siviilisääty

VAPAAEHTOISUUS JA VANHUSTYÖ

- Millaisia kokemuksia Teillä on vanhusten kanssa toimimisesta?
- Mikä sai Teidät lähtemään vapaaehtoistyöntekijäksi Ystäväpiiri-toimintaan?
- Mitä tiedätte Vanhustyön keskusliitosta?
- Mitä vapaaehtoistoiminta mielestänne on?
- Mitä odotatte vapaaehtoistoiminnalta?
- Mitä vapaaehtoistoiminta Teille antaa?

YSTÄVÄPIIRI-TOIMINTA

- Mistä saitte tietoa Ystäväpiiri-toiminnasta?
- Mitä tiedätte Ystäväpiiri-toiminnasta?
- Mitä odotuksia Teillä on Ystäväpiiri-toiminnan suhteen?
- Mitkä ovat odotuksenne Ystäväpiiri-koulutuksesta?
- Mitkä ovat tavoitteenne ennen Ystäväpiiri-ryhmänohjaamista?
- Mitä toivoisitte Ystäväpiiri-toiminnalta saavanne?

VERTAISTUKI

- Mikä merkitys vertaistuellalla on Ystäväpiiri-toiminnassa?

LIITE 4: Haastattelukysymykset Ystäväpiiri-ryhmänohjaajakoulutuksen jälkeen

YSTÄVÄPIIRI-TOIMINTA

- Miten odotuksenne täyttyivät?
- Miten käsityksenne Ystäväpiiri-toiminnasta muuttuivat koulutuksen ja ryhmänohjauksen jälkeen?
- Mitä Ystäväpiiri-toiminta on Teille antanut?

YSTÄVÄPIIRI-KOULUTUS

- Minkälainen Ystäväpiiri-koulutus oli?
- Minkälaiset tiedot Ystäväpiiri-koulutus antoi vanhusryhmänohjaukseen?
- Minkälaista osaamista Ystäväpiiri-koulutus antoi ryhmänohjaukseen?

KOKEMUKSET

- Mainitkaa yksi Ystäväpiiri-toiminnassa kokema itsellenne tärkeä hetki?
- Mainitkaa yksi Ystäväpiiri-toiminnassa kokema itsellenne tukea tarvitsemanne hetki?
- Miten aiotte olla jatkossa mukana Ystäväpiiri-toiminnassa?
- Mitä ajatuksia tai ideoita haluatte esittää Ystäväpiiri-toiminnan järjestäjille?

VERTAISTUKI

- Miten vertaistukea oli järjestetty?
- Kertokaa tilanne, jossa mahdollisesti kaipasitte vertaistukea?