

**Eini Prest**

## **KOKONAISVALTAISTA KOHTAAMISTA**

**Hyvinvoinnin ilta Kokkolan seurakuntayhtymän seurakuntien katulähetystyön vapaaehtoisille**

**Opinnäytetyö  
CENTRIA-AMMATTIKORKEAKOULU  
Sosionomi (AMK)  
Huhtikuu 2020**



<b>Centria-ammattikorkeakoulu</b>	<b>Aika</b> Huhtikuu 2020	<b>Tekijä/tekijät</b> Eini Prest
<b>Degree programme</b> Sosionomi (AMK)		
<b>Työn nimi</b> KOKONAISSVALTAISTA KOHTAAMISTA. Hyvinvoinnin ilta Kokkolan seurakuntayhtymän seurakuntien katulähetyksen vapaaehtoisille		
<b>Työn ohjaaja</b> Pirjo Forss-Pennanen		<b>Sivumäärä</b> 26 + 15
<b>Työelämäohjaaja</b> Emilia Teerikangas		
<p>Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää osallistuvan havainnoinnin ja palautekyselyiden avulla Kokkolan seurakuntayhtymän seurakuntien päihde- ja kriminaalityötä tekevän katulähetyksen vapaaehtoisten vapaaehtoistoimintaan sitoutumista ja toiminnassa jatkamisen motivaatiota. Työn tilaaja on Kokkolan suomalainen seurakunta.</p> <p>Opinnäytetyön tietoperustassa avataan työn runkona toimivat käsitteet. Käydään läpi perustietoa vapaaehtoistyöstä ja sen johtamisesta, sekä vapaaehtoisten hyvinvointia tukevista tekijöistä. Oma osuus on sosiaalialan asiakastyön menetelmällä: toiminnallisuus ryhmämuotoisessa asiakastyössä.</p> <p>Opinnäytetyön aineisto kerättiin syksyllä 2017. Opinnäytetyön toiminnalliseen osuuteen, hyvinvoinnin iltaan leirikeskus Vasikkasaassa, osallistui 9 katulähetyksen vapaaehtoista. Tuolloin katulähetyksen toiminnassa oli aktiivisesti 18 vapaaehtoista. Iltaan osallistuneista jokainen palautti palautekyselyn. Opinnäytetyön tekeminen antoi mahdollisuuden tarkastella vapaaehtoistyön kehittämisen näkökulmasta, löytyikö iltaan osallistuneiden palautekyselyiden vastauksista yhdenmukaisuuksia ja kuinka paljon.</p> <p>Kerätyn aineiston pohjalta voidaan todeta, että vapaaehtoiset kokevat voimaantuvansa ryhmässä, jonka toiminta antaa mahdollisuuden vaikuttaa omiin ja ympärillä oleviin asioihin ja tarjoaa mahdollisuuden kokea yhteisöllisyyttä. Haastetta tuolloin toi vakituisen ohjaajan poissaolo. Palautekyselyissä ja keskusteluissa he toivat esiin toiveen, uusista yhteisistä illanvietoista. Opinnäytteessä selvitettiin vapaaehtoisten motivaatiotekijöitä, jotka saavat heidät jatkamaan vapaaehtoistehtävässään. Sisälönanalyysin avulla sieltä nousi esiin osallisuus, toimijuus ja empatia.</p> <p>Opinnäytetyön tuloksia ja toiminnallisen osuuden mallia voidaan tulevaisuudessa käyttää vapaaehtoistoiminnan suunnittelussa ja kehittämisessä Kokkolan seurakuntayhtymän seurakunnissa.</p>		

<b>Asiasanat</b> asiakastyönmenetelmät sosiaalialalla, kokonaisvaltainen hyvinvointi, vapaaehtoistyö, vapaaehtoistyön johtaminen
---

**ABSTRACT**

<b>Centria University of Applied Sciences</b>	<b>Date</b> May 2020	<b>Author</b> Eini Prest
<b>Degree programme</b> Bachelor of Social Sciences, Social Services		
<b>Name of thesis</b> MEETING HOLISTICALLY. An evening of well-being for the volunteers of the street mission of The <i>Kokkola</i> Parish Union		
<b>Centria supervisor</b> Pirjo Forss-Pennanen	<b>Pages</b> 26 + 15	
<b>Instructor representing commissioning institution or company</b> Emilia Teerikangas		
<p>The purpose of this thesis was to find out the motivating factors for the commitment and continuation of the voluntary activities of the street missionaries. This is done with participatory observation and feedback surveys. The street missionaries aim to provide a helping hand to substance abusers and criminals who are trying to reintegrate. The street mission works on behalf of the congregations of the Kokkola Parish Union. The client of the thesis is the Finnish Parish of Kokkola. The results of the thesis can be used in the future for planning and developing volunteering.</p> <p>The knowledge base of the thesis deals with volunteer work and its management, factors supporting the well-being of volunteers, the method of client work in the social field, and the functionality in group-based client work.</p> <p>The material of the thesis was collected with the help of participatory observation and feedback surveys in the autumn of 2017. Nine volunteers of the street mission participated in the functional part of the thesis, an evening of well-being at the Vasikkasaari Camp Centre. At that time, 25 people were involved in the activities of the street mission of which 18 were volunteers and one an employee of the Parish Union. Of the nine volunteers who participated in the evening, each returned a feedback questionnaire.</p> <p>The completion of the thesis provided an opportunity to examine, from the perspective of volunteer development, whether similarities were found in the responses to the feedback questionnaires.</p> <p>Based on the collected material, it can be concluded that the volunteers feel empowered in a group whose activities provide an opportunity to influence matters of their own and those around them. The experience of togetherness also provides a feeling of empowerment for the volunteers. The problem at the time was the absence of a permanent instructor. Volunteers considered their own contribution important and felt more motivated when the mentor also worked for the common goals. In feedback surveys and discussions, expressed they desire to spend similar evenings together again. The thesis explored the motivational factors of the volunteers which make them continue in their volunteer role, and with the help of content analysis inclusion, agency and empathy emerged.</p>		
<b>Key words</b> client work methods in the social field, holistic well-being, volunteering, volunteering management		

**TIIVISTELMÄ**  
**ABSTRACT**  
**SISÄLLYS**

<b>1 JOHDANTO</b> .....	<b>1</b>
<b>2 OPINNÄYTETYÖN SISÄLLÖNKUVAUS JA TAVOITTEET.. VIRHE. KIRJANMERKKIÄ EI OLE MÄÄRITETTY.</b>	
<b>2.1 Kohderyhmä</b> .....	<b>3</b>
<b>2.2 Opinnäytetyön päätehtävät ja niiden tavoitteet</b> .....	<b>3</b>
<b>2.3 Opinnäytetyön vaiheet</b> .....	<b>3</b>
<b>2.3.1 Opinnäytetyön projektin aloitus ja verkoston luominen</b> .....	<b>3</b>
<b>2.3.2 Opinnäytetyön toteutusvaihe ja interventiot</b> .....	<b>4</b>
<b>2.3.3 Projektin päättäminen ja dokumentointi</b> .....	<b>7</b>
<b>2.3.4 Tiedottaminen</b> .....	<b>8</b>
<b>3 OPINNÄYTETYÖN TIETOPERUSTA</b> .....	<b>9</b>
<b>3.1 Ammatillinen vapaaehtoistyön johtaminen katulähetyksessä</b> .....	<b>9</b>
<b>3.2 Katulähetyksen vapaaehtoisen hyvinvointia tukevat tekijät</b> .....	<b>9</b>
<b>3.2.1 Sosiaaliset suhteet ja vertaisryhmä</b> .....	<b>10</b>
<b>3.2.2 Luonnon vaikutus ihmisen hyvinvointiin</b> .....	<b>10</b>
<b>3.2.3 Ihmisen fyysinen hyvinvointi</b> .....	<b>11</b>
<b>3.2.4 Taiteen vaikutus ihmisen hyvinvointiin</b> .....	<b>12</b>
<b>3.2.5 Hengellisyys ja henkisyys</b> .....	<b>12</b>
<b>3.3 Toiminnallisuus ryhmämuotoisessa asiakastyössä</b> .....	<b>13</b>
<b>4 OPINNÄYTETYÖN MENETELMÄLLISET RATKAISUT</b> .....	<b>15</b>
<b>4.1 Opinnäytetyön tutkimusote ja menetelmät</b> .....	<b>15</b>
<b>4.1 Opinnäytetyön analyysimenetelmät</b> .....	<b>15</b>
<b>5 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET JA ANALYYSI</b> .....	<b>16</b>
<b>5.1 Palautekysely Vasikkasaaren iltaan osallistuneille vapaaehtoisille</b> .....	<b>16</b>
<b>5.2 Palautekysely työelämänohjaajalle</b> .....	<b>17</b>
<b>5.3 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus</b> .....	<b>18</b>
<b>5.4 Opinnäytetyön projektin arviointi</b> .....	<b>19</b>
<b>6 JOHTOPÄÄTÖKSET</b> .....	<b>22</b>
<b>7 POHDINTA</b> .....	<b>25</b>
<b>LÄHTEET</b> .....	<b>26</b>
<b>LIITTEET</b>	
<b>KUVIOT</b>	
<b>KUVIO 1. Tulkintojen moninkertaisuus</b> .....	<b>19</b>
<b>KUVIO 2. Vapaaehtoismotivaation timanttimalli</b> .....	<b>22</b>

## 1 JOHDANTO

Projektiopinnäytetyöni toiminnallisena osuutena tehtävänäni oli suunnitella ja toteuttaa hyvinvoinnin ilta, jonka tilaajana toimi Kokkolan seurakuntayhtymän seurakuntien päihde- ja kriminaalityötä tekevä katulähetys. Ilta suunnattiin katulähetystyötä tekeville vapaaehtoisille. Ryhmään kuului 25 jäsentä, joista aktiivisesti toimivia oli 8. Iltaan osallistui yhdeksän jäsentä ja aikuissosiaalityön pappi.

Katulähetystyössä vapaaehtoinen on mukana merkityksellisessä toiminnassa niin itsensä, yhteisön kuin yhteiskunnan kannalta. Kokkolassa seurakuntayhtymän katulähetyksellä on resurssina yhden työntekijän virka. Hän voi vaikuttaa yhteiskunnan rakenteisiin tuomalla päättäjien tietoisuuteen inhimillistä häntä, mutta yksi työntekijä ei ehdi tehdä kaikkea.

Opinnäytetyöni on ajankohtainen, sillä vuoden 2019 alussa astui voimaan Kokkolan seurakuntayhtymän organisaatiomuutos, jossa näkyy vahvasti vapaaehtoistyöntekijöiden tarpeen lisääntyminen, jolloin toiminnan laajentuminen perustuu vapaaehtoisten toimintaan ja siinä korostuu yhdessä tekeminen sekä osallisuuden lisääminen. Tavoitteena on, että toimintojen päällekkäisyys vähenee ja vastuu jakaantuu seurakunnassa.

Tässä laadullisessa opinnäytetyössä on tarkoituksena selvittää katulähetysten vapaaehtoisten motivaatiotekijöitä, jotka saavat heitä jatkamaan vapaaehtoistoiminnassa, ja tavoitteena on tuoda esiin nämä tekijät, jotta seurakunnalla on mahdollisuus käyttää niitä vapaaehtoistyönjohtamisen kehittämisessä. Näin opinnäytetyö kiinnittyy seurakunnan perustyöhön.

Opinnäytetyön pääkäsitteet ovat ammatillinen vapaaehtoistyön johtaminen katulähetystyössä, katulähetysten vapaaehtoisen hyvinvointia tukevat tekijät ja toiminnallisuus ryhmämuotoisessa asiakastyössä. Opinnäytetyö koostuu projektin viidestä päätehtävästä: verkoston luominen, tiedottaminen, interventiot, raportointi ja dokumentointi. Päätehtävien tavoitteisiin pääsyä mitattiin palautekyselyssä ja käsitellään työn lopusta löytyvässä pohdinnassa.

## 2 OPINNÄYTETYÖN SISÄLLÖNKUVAUS JA TAVOITTEET

Tässä pääluvussa esitellään opinnäytetyön kohderyhmä, päätehtävät ja niiden tavoitteet, sekä opinnäytetyön vaiheet.

### 2.1 Kohderyhmä

Katulähetysliiton kotisivut 2017 ([www.katulahetysliitto.org](http://www.katulahetysliitto.org)) ”Katulähetystyo on diakonian perusteista lähtevää ja keskeistä on evankeliumin jakaminen sekä sanoin, että teoin ja sitä kautta ihmisarvon ja ihmillisyyden säilyttäminen joskus hyvin vaikeistakin ulkoisista olosuhteista huolimatta.”

Vapaaehtoisuuteen sekä vertaistoimintaan päädytään usein hyvinkin erilaisten tapahtumien myötä, parhaimmillaan molemmat tarjoavat sisältöä arkipäiviin, jonka ajatellaan kuuluvan hyvän elämän kokemukseen. Vapaaehtoisten erilaiset elämän tilanteet ja kokemukset paitsi tarjoavat yhteisöllisyyden tunnetta, mahdollistavat myös uuden suunnan löytymisen elämälle, tätä tarvitsevalle. (Nylund & Yeung 2005, 15.)

Katulähetysten vapaaehtoisena voivat toimia kaikki täysi-ikäiset, ja Kokkolassa vapaaehtoisuutta voi toteuttaa usealla eri tavalla. Porinatuvalalla (Backstage, seurakunnan tapaamispaikka) kokoonnutaan pari kertaa viikossa tarjoamaan ruokaa ja seurustelemaan kävijöiden kanssa. Kesäisin on pihailtoja eri kaupunginosissa ja muutaman kerran vuodessa sana- ja rukousillat. Vapaaehtoiset ovat mukana myös karaokeilloissa, päihdeettömillä leireillä ja erilaisissa ryhmätoiminnoissa. Joka kesä järjestetään valtakunnalliset katulähetystyön kesäpäivät, jotka vietimme Kokkolassa kesällä 2018.

Vasikkasaaren iltaan osallistui yhdeksän vapaaehtoista, heistä seitsemän miestä ja kaksi naista. Ikäkaumaltaan 35–65 vuotiaita. Opinnäytetyön aikana heillä oli yksi toiminnanohjaaja ja 25 vapaaehtoista, joista aktiivisesti mukana oli 18.

## 2.2 Opinnäytetyön päätehtävät ja niiden tavoitteet

Opinnäytetyön päätehtävät on verkostonluominen, tiedottaminen, interventiot, raportointi ja dokumentointi. **Verkostonluomisen** tavoitteena oli pyrkiä vuorovaikutukseen, jossa olin kuunteleva, omatoiminen ja valmistautunut muutoksiin (Iivonen 2007, 34). **Tiedottamisen** tavoite oli alusta saakka olla läpinäkyvää ja eettistä. **Interventioiden** tavoitetaulut löytyvät liitteistä 4. **Raportoinnin** tavoite oli valmis opinnäytetyö, joka toimii projektin loppuraporttina. **Dokumentoinnin** tavoite oli tehdä ja säilyttää viralliset yhteistyösopimukset, projektin liitteet opinnäytetyön ohessa ja valmis opinnäytetyö.

## 2.3 Opinnäytetyön vaiheet

Kuten muissakin projekteissa, myös tässä opinnäytetyössä projektin vaiheet olivat projektin aloitus, toteutusvaihe ja projektin päättäminen.

### 2.3.1 Opinnäytetyön projektin aloitus ja verkoston luominen

Projektia varten muodostettiin väliaikainen organisaatio. Tässä opinnäytetyössä yhteistyökumppanit olivat Kokkolan suomalainen seurakunta ja Centria-ammattikorkeakoulu. Projektiorganisaatioon kuuluivat minun lisäksi myös opettajani ja työpaikkaohjaaja.

Henkilömäärä organisaatiossa vaihteli, koska alussa olin vain minä projektipäällikkönä, suunnittelu- vaiheessa mukaan tuli yhteyshenkilö seurakunnalta ja huipussaan resurssimäärä oli tietysti toteutusvaiheessa, kun mukana olivat minun lisäksi seurakunnan yhdyshenkilö ja tukihenkilöt, jotka vastasivat minun ohellani illan ohjelmasisällöstä Vasikkasaassa.

Aikataulut toteutuivat hyväksytyyn opinnäytesuunnitelman mukaisesti, jolloin oli tärkeää, että toimintasuunnitelma oli yksityiskohtainen ja siihen oli merkitty kaikki pienetkin työpanokset. Projektin käynnistysvaiheessa minulla projektipäällikkönä oli projektisuunnitelman laatimisen lisäksi tehtävänäni käynnistää ja ohjata toimintaa, tehtävien anto projektin jäsenille ja työn etenemisen valvominen (Pelín 2020, 51–52). Yhteistyöstä Centria-ammattikorkeakoulun ja seurakunnan välillä tehtiin virallinen yhteistyösopimus.

Otin yhteyttä illan sisältöä suunnitellessani ystäviini, joilla oli osaamista liikunnan, laulamisen ja valokuvaamisen saralla. Kerroin heille opinnäytetyöstäni ja ajatuksista illan rungoksi. Sen jälkeen annoin vapaat kädet suunnitteluun ja pidin yhteyttä siitä, kuinka heillä työ eteni.

### **2.3.2 Opinnäytetyön toteutusvaihe ja interventiot**

#### **1. interventio: Opinnäytetyön ja itseni esittely katulähetyksen vapaaehtoisille**

Kävin esittelemässä itseni Porinatuvalle vapaaehtoisille ja kertomassa opinnäytetyöstäni. He saivat kirjallisen esittäytymiskirjeeni (LIITE 1), joita jätin paikalle myös heitä varten, jotka eivät kyseisenä iltana olleet Porinatuvalle. Jätin sinne myös tulevan Vasikkasaaren illan ohjelman (LIITE 2). Vastaanotto tuntui lämpimältä, koska tunsimme jo ennestään ja oli mukava olla jälleen Porinatuvalle. Tuntui, että asiastani oltiin kiinnostuneita.

Kävimme läpi illan suunnitelmaa (LIITE 2). Kerroin, että heilläkin on tahtoessaan mahdollisuus osallistua illan sisällön tuottamiseen, ja keskustelimme ruokailusta, joka toteutetaan niin sanotulla nyytti-kesti-tyylillä. Teimme vähän listaa, kuka tuo mitäkin mukanaan. Kukaan ei ilmoittanut heti halukkuuttaan tuottaa ohjelmaa yhteiseen iltaamme, mutta kuulin innostuneita kommentteja liittyen illan tulevaan sisältöön.

Kerroin, että ilta dokumentoidaan valokuvaamalla ja että jos ei halua näkyä kuvissa, niin tämä on sovitavissa oleva asia. Kerroin myös, että illan ohjelmaa tuottavilla henkilöillä jotka tulevat Vasikkasaareen paikalle, on vaihtoehtoisuus nähdystä ja kuullusta.

#### **2. interventio: Ilta seurakunnan leirikeskuksessa Vasikkasaarella**

Ilta alkoi ryhmän saapuessa sovituilla yhteiskyydeillä. Minä ja apuohjaajani olimme laittaneet jo kaiken valmiiksi ja aloitimme katulähetyksen papin suorittamalla illan siunaamisella. Tähän alkuhetkeen oli varattu 15 minuuttia. Ryhmä oli iloinen, puhelias ja positiivisesti jännittynyt, koska pääsivät mukaan tällaiseen toimintaan. Itsellekin tuli hyvä tunne, että tämä tulee onnistumaan.

Sen jälkeen lähdimme ulos. Jokaiselle osiolle oli tarkkaan mietitty aikataulu, jossa pysyminen oli minun tehtävänäni. Illan aikataulut näkyivät vapaaehtoisten saamassa paperissa, jota olimme käyneet läpi



Porinatuvalalla, kun olin asiaa esittelemässä. Ulkona meitä odotti toinen apuohjaaja, joka veti meille 20 minuutin venyttelyhetken. Tilanteessa virisikin spontaani keskustelu eri lihasvaivoista, liikunnan harrastamisesta yms. Huomasin, että ryhmäläisten oli hyvä olla toistensa, minun ja liikunnanohjaajan kanssa, koska he vitsailivat ja nauroimme paljon yhdessä huihtoen ja kankeina venytellen. Jokainen teki oman version tai katseli, kun toiset tekivät. Kaikki olivat kuitenkin mukana, jokainen tavallaan.

Venyttelyn jälkeen jäimme takapihan puolelle, jonne olimme erään apuohjaajan kanssa tehneet meren rantaan hiljaisuuden polun. Jokaisen pisteen kohdalla oli ison lyhdyn sisällä kynttilä ja kyltti, jossa oli rukouksia ja kauniita, koskettavia tekstejä. Tälle osiolle oli varattu aikaa 30 minuuttia. Polusta saimme heti paikan päällä jo hyvää palautetta ja huomasinkin osallistujien jäävän lukemaan tekstejä ja nauttimaan merimaisemasta. Maisema oli todella kaunis ja houkutteli oikein viettämään aikaa ulkona.

Hiljaisuuden polun jälkeen siirryimme sisälle ruokailemaan, ja vaikka meillä oli aikataulu iltaan, se oli mietitty niin hyvin, ettei missään vaiheessa tullut kiireen tuntua, vaan siirtymisiin oli varattu riittävästi aikaa. Ulkoilumme aikana apuhenkilö oli laittanut tarjoilut sivupöydälle, josta kaikki keräsivät haluamansa itsellensä. Istuimme pitkässä pöydässä, johon olin tuonut pöytäliinan ja syksyisen kukkakimppun. Ruokailun ja jutustelun aika oli 30 minuuttia.

Joka kerta kun siirryimme toiminnasta toiseen, minä lausuin runon, joita olin aiemmin tarkkaan etsinyt, jotta ne sopivat vuodenaikaan ja paikkaan, jossa olemme ja muutenkin illan tunnelmaan. Runot olivat lyhyitä ja arkisia, niitä oli itsellekin mieluisa lausua.

Kun pöytä oli tyhjennetty, jokainen sai ottaa yhden taidekortin viereiseltä sivupöydältä. Kuvat oli levitetty kuvapuoli ylöspäin ja valinta tehtiin sen mukaan, mitä tunteita kuva herätti valitsijassaan vapaaehtoistyöhön liittyen. Keskustelimme minun aloittamana ja kortin kuvan inspiroimina, jokainen vuorollaan. Kerroimme mitä saamme vapaaehtoistyöstä, mikä motivoi jatkamaan ja mitä haasteita siinä koemme olevan. Kortin sai halutessaan viedä kotiin muistoksi. Keskustelulle oli aikaa 30 minuuttia.

Sen jälkeen siirryimme salin puolelle, missä istuimme puoliympyrään asetetuille tuoleille kuuntelemaan, kun oman seurakunnan diakoniatyöntekijä ja ystävöiminnan ohjaaja lauloi meille todella kauniita ja rauhallisia lauluja 20 minuutin ajan. Ympäriällä paloivat meidän laittamamme kynttilät, ja kuten jo ruokaillessakin tunnelma oli ihanan raukea ulkoilun ja syömisen jälkeen. Ulkona oli jo pimeää.

Sen jälkeen oli pappimme vuoro aiheella, jossa hän puhui kirkkovuoden kulusta, sitoen sen luontoon ja vuodenajan vaihteluihin. Sama kaavahan toteutuu ihmisenkin elämässä, ja kun luonnossa on talvi, ihmisen on elämän loppupuolella ja vuorokausirytmää mietittäessä väsyneenä illalla. Tässä tuli puheeksi arkinen väsymys, levontarve, kuten myös yleensä ihmisen rauhoittumisen, henkisyiden ja turvallisuuden tarve.

Sen jälkeen minä kiitin ryhmää illasta ja annoin mukana tuomat muistamiseni apuohjaajille, jotka olivat tulleet omalla ajallaan minua auttamaan ja toteuttamaan opinnäytetyöni toiminnallista osuutta. Sitteen jaoin vapaaehtoisille iltaan liittyvän palautekyselyn. Sovimme, että sen voi täyttää kotona ja palauttaa vapaaehtoisten seuraavassa kokoontumisessa samalla viikolla Porinatuvalta. Eräs ryhmän jäsen lupasi ottaa palautepaperit talteen, jotta voin noutaa ne Porinatuvalta. Hetki kesti myös 30 minuuttia.

Aivan lopuksi, ikään kuin iltahartaudeksi, saimme kuunnella vielä laulua, samalla kun valitsimme monen värisiä pieniä rukouskiviä ja veimme niitä vuorollamme isoon lasiastiaan kauniiksi ajatuksiksi, kiittolisuuden aiheiksi ja toiveiksi. Lopuksi meidät siunattiin vielä kotimatkalta, hyvästelimme ja kiittelimme toisiamme onnistuneesta illasta. Kesto tälläkin osuudella oli 30 minuuttia. Varmasti osaa jo väsytti lopettaessamme tätä erikoista iltaa, mutta kiitokset olivat aidon kuuloisia ja sain vaikutelman siitä, että ilta oli onnistunut. Olo oli itsellenikin onnellinen ja kiittollinen siitä, että olin saanut tehdä tällaisen kokonaisuuden osallistujien ja ystävieni kanssa.

Liikunnanohjaaja oli lähtenyt oman osuutensa jälkeen, joten hän sai oman kiitoslahjansa minulta myöhemmin. Vapaaehtoisten lähdettyä kaksi muuta apuohjaajaa siivosivat minun kanssani paikat, keräsimme tavarat ulkoa ja lukitsimme ovet. Illan pappi lupasi palauttaa myös oman palautekyselynsä, näin siksi, koska työpaikkaohjaajani ei ollut päässyt iltaan mukaan. Myöhemmin hän siirtyi opinnäytetyöni työelämänohjaajaksi katulähetyksen ohjaajan sairasloman vuoksi.

### **3. interventio: Palautekeskustelu katulähetyksen vapaaehtoisen mökillä**

Kun katulähetyksen vapaaehtoisilla oli kokoontuminen ja palaveri erään vapaaehtoisen mökillä, sovimme kolmannen intervention myös sinne. Kuljimme paikalle sovitulla yhteiskyydeillä. Alkutervehdysten jälkeen toiminnanohjaaja avasi virallisen kokouksen, jossa käsiteltiin tulevia valtakunnallisia

katulähetyksen kesäpäiviä, jotka järjestettiin nyt Kokkolassa. Tässä vaiheessa en tiennyt vielä, että tulen olemaan hänen sijainen tulevana kesänä ja että olen mukana juhlien järjestämisessä. Oli hyvä olla paikalla juuri tuossa kokouksessa. Vaikka kokous oli virallinen, jo ringissä istuminen mahdollisti sen, että jokainen näki toistensa kasvot ja puheenvuoro kiersi jokaisen kohdalle. Minullekin tapaaminen oli monipuolinen ja paljon antava, koska tapasin uusia, vasta mukaan tulleita vapaaehtoisia, kuulin heidän kesäpäiväsuunnitelmiaan ja työnjakoa ja sain käyttää oman puheenvuoroni virallisten asioiden jälkeen. Saimme keskustella rauhassa järjestämästäni illasta Vasikkasaassa ja sain vielä sanallista palautetta, joka oli positiivista, kuten oli ollut myös kirjallisissa palautteissa.

Kiitokseksi heidän antamastaan ajasta opinnäytetyölleni luovutin heille valokuvakansion, johon olin asettellut illasta otettuja valokuvia ja kirjoittanut sivuille, mitä teimme Vasikkasaassa. Asettelin myös viereisen huoneen pöydälle 1–3 euron runo- ja mietekirjoja, joista opinnäytetyön iltaan osallistuneet saivat valita mieleisensä. Sen jälkeen jokainen läsnä oleva sai halutessaan ottaa jäljelle jääneitä kirjoja. Lopuksi söimme mökin omistajapariskunnan valmistamaa ateriaa ja maksoimme jokainen ruoasta ja kahvista 5 euroa. Sen jälkeen halukkaat saattoivat sauna ja uida.

### **2.3.3 Projektin päättäminen ja dokumentointi**

Alusta saakka eräs dokumentoinnin väline oli työpäiväkirja, johon kirjoitin, mitä kirjoja olen lukenut, tekemiäni aikataulusuunnitelmia ja muistilistoja. Yleensä projekteissa puhutaan loppuraportista, jonka projektipäällikkö laatii. Tässä tapauksessa tavoitteena oli valmis opinnäytetyö, joka toimii dokumentaation välineenä.

Eräs dokumentaation väline on myös valokuva-albumi, joka sisältää kuvat Vasikkasaaren illasta ja tekstit siitä, mitä siellä teimme. Myös oppilaitoksen ja seurakunnan väliset yhteistyösopimuksen ovat osa dokumentointia ja säilytettävä huolella.

Dokumentointi on tärkeää kaikissa projektin vaiheissa. Dokumentoinnissa arkistoidaan ja huolehditaan, että pysytään suunnitelman mukaisessa budjetissa. Nämä kuuluvat projektipäällikön tehtäviin, näin myös loppuraportin laatiminen ja projektin päättäminen. (Pelín 2010, 56.) Nämä olivat myös tämän opinnäytetyön dokumentaation tavoitteet.

### 2.3.4 Tiedottaminen

Tiedottaminen on projektipäällikön tehtävä. Projektin alussa tein projektisuunnitelman, jonka opettajani ja yhdyshenkilö seurakunnalta hyväksyivät. Projektin alusta saakka pidin seurakunnan yhdyshenkilöön tiiviisti yhteyttä, ja hän auttoi minua välittäen Vasikkasaaren iltaan liittyviä papereita, jos vapaaehtoinen ei ollut päässyt paikalla, kun minä olin niitä jakamassa.

Tiedotin ja toin katulähetykselle näkyvyyttä seurakunnan sisäisesti, kun kirjoitin heidän kotisivuilleen blogin toisten auttamisesta ja kerroin olleeni katulähetyksen vapaaehtoisten mukana. Ulkoista tiedottamista tein, kun otin yhteyttä paikallisiin sanomalehtiin Vasikkasaaren illastani ja Keskipohjanmaa lehti halusi tehdä haastattelun. Ehdotin haastattelua erästä pitkään toiminnassa mukana ollutta vapaaehtoista, jolla tiesin olevan kyky kertoa selkeästi ja innostavasti heidän toiminnastaan.

Opinnäytetyön eteneminen katkesi sairastumisen vuoksi katulähetyksen vapaaehtoisten kesäpäivien jälkeen, mutta se ei haitannut muita kuin itseäni, koska ilta Vasikkasaarella oli ehditty toteuttaa. Tiedotin sairauslomastani opettajaani ja työpaikkaohjaajaani. Tapasin myös katulähetyksen vapaaehtoiset ja kerroin heille tilanteestani.

### **3 OPINNÄYTETYÖN TIETOPERUSTA**

Tämän opinnäytetyön tietoperustana käytin ammatillista vapaaehtoistyön johtamista katulähetyksessä, tietoa katulähetyksen vapaaehtoisten hyvinvointia tukevista tekijöistä sekä toiminnallisuudesta ryhmämuotoisessa asiakastyössä.

#### **3.1 Ammatillinen vapaaehtoistyön johtaminen katulähetyksessä**

Yksinkertaistettuna vapaaehtoistyön johtaminen on ihmisiin vaikuttamista. Suunnitellaan tavoitteellista toimintaa, motivoidaan, inspiroidaan ja koordinoidaan vapaaehtoisten käytännön työtä, tällöin puhutaan ammattimaisesti johdetusta vapaaehtoistyöstä. Vapaaehtoisten tehtävät ovat tarkasti määriteltyjä, ja päävastuu kaikesta aina työntekijällä. (Kuuluvainen 2015, 9–17.)

Hyvän johtamisen katsotaan olevan eettistä, reilua, oikeudenmukaista ja tuloksellista (Niiranen, Seppänen-Järvelä, Sinkkonen & Vartiainen 2011, 121). Vapaaehtoistyön ohjaajan pyrkiessä edellä mainittuihin tavoitteisiin ja puhuessa, sekä toimiessa yhteisen tavoitteen puolesta, vapaaehtoisetkin motivoituvat tavoittelemaan yhteistä hyötyä (Kuuluvainen 2015, 45). Niiranen ja kumpp 2011, 121 lisäävät vielä, että eettinen johtamistyyli luo luottamuksen tunnetta ja lisää työyhteisön sosiaalista pääomaa.

On tärkeää ymmärtää yhteisen vision ja luottamuksen rakentamisen merkitys. Toiminnalle tuottavaa on nähdä ja hyödyntää katulähetyksen toiminnan resursseina vapaaehtoisten yksilölliset taidot, sekä innostus yhteiseen asiaan. Ihmiset hakeutuvat usein samahenkisten ihmisten pariin ja siitä syystä vasta toimintaan tulleille vapaaehtoisille on tärkeää tulla huomioiduiksi ja tuntea olevansa tervetulleita. (Kuuluvainen 2015, 86–97.) Välillä on hyvä miettiä ja suunnitella myös, mistä uusia jäseniä ja aktiivisia vapaaehtoisia voisi löytyä. Kun tämäkin osa toiminnasta suunnitellaan yhdessä ja hyvin, siihen on myös sitouduttu yhdessä. (Karreinen, Halonen & Tennilä (toim.) 2017, 23–24.)

#### **3.2 Katulähetyksen vapaaehtoisen hyvinvointia tukevat tekijät**

Ihminen on fyysinen, psyykinen, sosiaalinen, henkinen ja hengellinen kokonaisuus. Tällöin puhutaan holistisesta eli kokonaisvaltaisesta ihmiskäsityksestä. Työstä ihminen voi saada näitä kaikkea tukevaa,

sosiaalisia, psyykkisiä ja fyysisiä voimavaroja, mutta tutkimusten mukaan se voi myös kuormittaa näillä samoilla alueilla. (Juuti & Salmi 2014, 27.)

Mielen hyvinvointia voi edistää omilla valinnoilla ja näin huoltaa mielenterveyttään. Hyvinvointia edistää tasapaino suoritusten ja levon välillä. Lepoon sisältyvät myös aktiiviset toiminnot, kuten liikunta ja sosiaaliset tapahtumat. Toimivat sosiaaliset suhteet lisäävät ihmisen hyvinvointia. (Peltomaa 2015, 113.) Vasikkasaaren illan sisältö oli suunniteltu sen ajatuksen pohjalta, että ihmisen hyvinvointiin vaikuttaa suuresti, saako hän kokea yhteisöllisyyden ja yhteenkuuluvuuden tunnetta, itsensä merkitykselliseksi ja osaksi jotain suurempaa, jossa hänellä on mahdollisuus vaikuttaa. Vapaaehtoistyöstä ei myöskään saa tulla pelkkää suorittamista, vaan myös itseään kunnioittavaa huolenpitoa sen tekijälle (Leskinen & Hult 2010, 75).

### **3.2.1 Sosiaaliset suhteet ja vertaisryhmä**

Ryhmään kuulumista voidaan pitää hyvänä sosiaalityön välineenä ja sen on tutkittu vahvistavan ihmisten käyttämättömiä voimavaroja, joista on ollut löytyessään apua arjessa. (Näkki & Sayed 2015, 106–107.) On tutkittu, että vertaisryhmässä luottamuksen ilmapiiri antaa uskallusta jakaa omia ja muiden kokemuksia. Uskalletaan ilmaista tunteita, jolloin ihminen helpommin sopeutuu ja kokee osallisuuden tunnetta. Tämän tiedetään kasvattavan sosiaalista pääomaa ja voimaannuttavan ihmistä. Vertaistuki nähdään osana hyvinvointia, koska se pystyy tyydyttämään ihmisen perustarpeita, ja tämä taas heijastuu myös läheisiin ja siitä mahdollisesti lähiympäristöön. Kun ihminen saa liittymisen ja hyväksytyksi tulemisen tunteen, hänellä on mahdollisuus tuntea myös yhteisöllisyyttä, joka on ihmisten sosiaalista vuorovaikutusta sovitulla tavoilla ja periaatteilla. (Mikkonen & Saarinen 2018, 21–16.)

### **3.2.2 Luonnon vaikutus ihmisen hyvinvointiin**

Luonto lataa ihmisen voimavaroja, koska se rauhoittaa ja virkistää ja motivoi omalla lempeydellään liikkumaan itselle sopivalla tavalla. Tutkimusten mukaan jo 5–10 minuutin luonnossa vietetty aika saa hengitystiheyden, sykkeen ja verenpaineen laskemaan. (Arvonen 2018, 13.)

Florence Williamsin (2017,62.) Metsän parantava voima- teoksessa todetaan ihmisaivojen reagoivan voimakkaasti sosiaaliseen ja emotionaaliseen stressiin. Tämän tietäen kannattaa keskittyä myös siihen kuinka saamme itsemme toipumaan siitä, eikä vain stressin aiheuttajiin.

Rentoutuminen on aktiivinen tapahtuma, jonka tarkoitus on ehkäistä kehon ja mielen tarpeetonta kulu- tusta ja rauhoittaa elimistön toimintaa. Luonnolla on todettu olevan rauhoittava vaikutus. Se tarjoaa meille ihmisille rentoutumista ja palautumista edistävän tilan. Rauhoittuessamme alamme havainnoida ulkoista ympäristöä ja sisäisiä tunnetilojamme. Läsnäolomme siis vahvistuu. (Orasmaa 2018, 28.)

Elvyttävää luontokokemusta tutkittaessa on todettu, että on ihminen luonnossa yksin tai ryhmässä, el- vyttävyyden kokemukseen vaikuttaa ryhmän koko. Ryhmän koko on suotuista, kun sen jäsenet voidaan kohdata yksilöinä. Liika väenpaljous ei virkistä. (Leppänen & Pajunen 2021, 224.)

### **3.2.3 Ihmisen fyysinen hyvinvointi**

Liikunnalla on suuri rooli ihmisen fyysisessä ja psyykkisessä hyvinvoinnissa. Fyysisistä vaikutuksista sanotaan, että kunnon kohoaminen auttaa jaksamaan paremmin ja esimerkiksi painonhallinta on hel- pompaa. Liikunta kohottaa myös mielialaa ja vie ajatuksia pois negatiivisista asioista. Voidaan todeta siis liikunnan edesauttavan aivan yleisesti ihmisen toimintakyvyssä. (Peltomaa 2015, 110.) Kun ihmi- nen on hyvässä kunnossa, hän kuormittuu vähemmän, palautuu nopeammin, sairastaa vähemmän ja pysyy yleensäkin toimintakykyisempänä. (Aalto & Leino, 2016,16.)

Liikunta vapauttaa elimistössä hormoneja, joiden tiedetään tuottavan hyvänolontunnetta ja vaikuttavan positiivisesti mielialaan. Liikunta vähentää myös tutkitusti stressintunnetta ja jännittyneisyyttä. (Leski- nen & Hult 2010, 41.) Ihminen on luotu liikkumaan useista syistä, joihin kuuluvat esimerkiksi lihakset, luut, nivelet ja välilevyt. Kaikki ne tarvitsevat sopivaa liikettä ja kuormitusta pysyäkseen toimintaky- kyisinä. Myös aivot pitävät levon ja ponnistelun vaihtelusta. Henkinen ytimemme, persoonallisuus- temme, saa energiaa biologisten lakien mukaan unesta, ruoasta, liikunnasta ja ihmisten välisestä onnis- tuneeksi koetusta vastavuoroisuudesta. (Itkonen & Kauravaara (toim.) 2015, 73.)

Ihmisen fyysiseen ja psyykkiseen hyvinvointiin kuuluu siis myös riittävä lepo ja monipuolinen ravinto. Tässä opinnäytetyössä ja sen toiminnallisessa osuudessa Vasikkasaarella ei kuitenkaan perehdytty

tällä kertaa tämän tarkemmin näihin aiheisiin, koska rajasin illan sisällön sosiaalisten suhteiden ja vertaisryhmän, luonnon, liikunnan sekä taiteen vaikutukseen ihmisen hyvinvoinnissa.

### **3.2.4 Taiteen vaikutus ihmisen hyvinvointiin**

On todettu, että taiteen kokemiseen ryhmässä liittyy aktiivista osallistumista ja se rakentaa ihmisten yhdessäoloa ja vuorovaikutusta. Yhteinen kulttuuri ja sen mukana taide, muokkaavat meidän identiteettiä ja synnyttävät yhteenkuuluvuutta. Tämä kaikki vaikuttaa vahvasti ihmisten arkeen, sosiaaliseen pääomaan ja terveyteen. (Hyypä & Liikanen 2005.)

Taiteen avulla ryhmätoiminnassa saadaan otettua mukaan kaikki aistit ja opitaan jokainen jotain uutta liikkeen, kehon, kuvan, äänen ja mielikuvien avulla. Tällaisen onkin sanottu edistävän osaamista, luovuutta, yksilöllisyyttä, itsetuntemusta ja hyvinvointia. Kun taidetta käytetään muuhun kuin taiteellisiin tarkoituksiin, puhutaan taiteen soveltavasta käytöstä. (Näkki & Sayed (toim.) 2015, 107.) Musiikki on esimerkiksi oiva työväline vaikuttaa tunnetiloihin. Jokainen voi löytää sopivan musiikin ja tavan poistaa omaa stressiään ja parantaa hyvinvointiaan. (Lieppinen 2011, 96.) Taide voi auttaa myös löytämään tunteen, kertomaan ja analysoimaan sitä ja sen vuoksi sen on tutkittu olevan kytköksissä onnellisuuden tunteeseen ja toimivaan yhteistyöhön. (Launonen 2015, 41–43.)

Kulttuuritoimintaan osallistuminen siis lisää elämän mielekkyyden kokemusta, hyvinvointia ja onnellisuutta. Kulttuuritoimintaan osallistumiseksi on määritelty taidemuodon tekeminen itse tai sen kokeminen yleisönä. On tutkittu, että osallistuminen kulttuuriseen, sosiaaliseen tai uskonnolliseen toimintaan vapaa-ajalla on jopa elämää pidentävää, terveysvaikutukset ovat sitä suuremmat, mitä enemmän niihin osallistutaan. (Peltomaa 2015, 109.)

### **3.2.5 Hengellisyys ja henkisyys**

Hengellisyys on henkilökohtainen todellisuus, mutta se saattaa olla myös yhteisöllinen kokemus, yhteisesti jaettuina arvoina ja tavoitteina ryhmän keskinäisessä vuorovaikutuksessa ja toimintakäytännöissä (Kanerva & Tanska (toim.) 2015, 9). Hengellisyys tuo ryhmälle rauhoittumisen kokemusta, joka on mielellinen asia. Koemme, koska meillä on mieli, ja meillä on mieli, koska koemme (Koivisto, Kukkola, Latomaa & Sandelin 2014, 14).



Silverton (2013, 23) kertoo mielen ja kehon liittyvän toisiinsa ja toimivan näin kokonaisuutena. Henkisyiden yhteyttä ihmisen hyvinvointiin on tutkittu paljon ja sen on todettu olevan yhteydessä mm. onnellisuuteen, toivoon, optimismiin, elämän vaikeuksista selviämiseen, muiden vapaaehtoiseen auttamiseen, myötätuntoon, kiitollisuuteen, itsetuntoon ja anteeksiantavuuteen. Henkisyys nähdään meissä kaikissa ihmisissä ikään kuin sisäsyntyisenä voimavarana, jota voidaan aktivoida eri keinoin. Luontoyhteyden muodostaminen ja vaaliminen voi olla yksi tapa lähestyä ihmisen henkistä olemusta. On mahdollista, että luontoyhteys vastaa ihmisen henkisiin tarpeisiin. (Ylilauri & Yli-Viikari 2019, 4–5.)

Joskus vapaaehtoiset arvostavat ja toivovat hengellisyyttä vapaaehtoistoimintaan, jolloin se mahdollistaa henkilökohtaisten arvojen toteuttamisen toiminnassa. He saattavat kokea toiminnan mahdollisuutena hengellisenä välikappaleena toimimiselle. Henkilökohtaiseen uskonnollisuuteen liittyen tietyt vapaaehtoistyön muodot voidaan kokea kanavana evankelioimiseen, kuten aineellisen avun yhdistäminen hengelliseen tukeen. Yeungin vapaaehtoisuuden motivaation timanttimallassa eri akselin päissä on antaminen ja saaminen. Tutkimuksen mukaan ääripäät ovat motivaatiossa niin limittyneet, että se kertoo klassisesta ajatuksesta ”antaessaan saa”. (Nylund & Yeung 2005, 109–117.)

### **3.3 Toiminnallisuus ryhmämuotoisessa asiakastyössä**

Tämän ajan suuria ongelmia ovat yksinäisyys ja eristäytyneisyys. Sosiaalialan työntekijöiden työhön kuuluu usein ohjata asiakkaita mahdollisuuksien mukaan heille sopiviin ryhmiin, mutta se ei ole aina helppoa tai yksinkertaista, osallistumisen kynnyksellä saattaa olla liian korkea. Toisinaan toiminnallinen ryhmä on silloin paikka, johon on helpompi tulla tekemään asioita yhdessä, kuin vain juttelemaan. Toiminnan tulee olla aina tavoitteellista, on se sitten taidetta, liikuntaa tai pelejä. (Näkki & Sayed 2015, 105–106.)

Tutkimusten mukaan parhaiten sitouttavaa yhteisöllisyyttä syntyy ihmisten välisissä kohtaamisissa. Tällöin pääsee syntymään ihmisten välisiä verkostoja, ystävyys-suhteita ja uusia toimintaideoita. (Norrana (toim.) 2016, 123.)

Ryhmään kuulumisesta ja ryhmässä koetusta arvostuksesta saamme energiaa, pysymme uteliaana ja voimaantuneena, ja samalla ajattelussamme mieli säilyttää spontaanisuuden ja tunnistaa oman kehonne viestit (Itkonen & Kauravaara (toim.) 2015, 73).

## 4 OPINNÄYTETYÖN MENETELMÄLLISET RATKAISUT

Tässä kappaleessa kuvataan opinnäytetyössä käytetty tutkimusote ja menetelmät, sekä analyysimenetelmät. Valitsin työlleni laadullisen teorialähtöisen analyysin, jossa on kyse siitä, että aineiston analyysia ohjaa valmis aikaisemman tiedon perusteella luotu kehys. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 97.)

### 4.1 Opinnäytetyön tutkimusote ja menetelmät

Tämä opinnäytetyö on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus, jossa tutkija osallistuu ryhmän toimintaan ja havainnoi sen vuorovaikutusta elämäkokemuksia jakaen. Osallistuva havainnointi on keino ymmärtää ja kuvata ryhmää. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 93–95.) Laadullinen tutkimus tapahtuu luonnollisessa ympäristössään ja tutkija itse kerää aineiston vuorovaikutussuhteessa tutkittavaan ryhmään. (Kananen 2019, 26.)

Opinnäytetyön tekeminen antoi mahdollisuuden tarkastella vapaaehtoistyötä kehittämisen näkökulmasta, löytyikö iltaan osallistuneiden palautekyselyiden vastauksista yhdenmukaisuuksia ja kuinka paljon (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 164–213).

Tässä opinnäytetyössä keskityttiin vapaaehtoistyön johtamiseen ja sieltä nimenomaan rajattuna ilmiönä vapaaehtoisten vapaaehtoistyössä jatkamista tukevien osa-alueiden selvittämiseen, ymmärtämiseen ja esiintuomiseen. Tähän saatiin mahdollisuus etsimällä pääkäsitteiden tietoperusta, pitämällä havainnointipäiväkirjaa, käymällä tarkasti läpi Vasikkasaaressa keskustelussa ilmi tullutta vapaaehtoistyön antia, kirjaamalla palautekyselyiden vastaukset ja käyttämällä niihin laadullista ja teorialähtöistä sisällön analyysiä sekä päätelmien tekoa (Tuomi & Sarajärvi 2009, 99).

### 4.2 Opinnäytetyön analyysimenetelmät

Tämän opinnäytetyön aineisto selvitti katulähetyksen vapaaehtoisten vapaaehtoistyössä jatkamista tukevia tekijöitä, ja analyysin tarkoitus oli luoda sanallinen kuvaus siitä. Sisällönanalyysillä järjestetään aineisto selkeään muotoon, ja aineiston analysoinnin tarkoituksena on informaation lisääminen, kun hajanaisesta aineistosta pyritään luomaan tiivistä ja yhtenäistä (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122).

## 5 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET JA ANALYYSI

Palautekyselyiden kysymysten tuli liittyä sosionomi (AMK) kompetenssien hallintaan ja niissä täytyi tulla vielä opinnäytetyön pääkäsitteet ilmi. Vapaaehtoisten palautekyselyn kysymykset ja vastaukset on esitetty liitteissä diagrammeina (LIITE 5)

### 5.1 Palautekysely Vasikkasaaren iltaan osallistuneille vapaaehtoisille

Vasikkasaaren iltaan osallistuneet vapaaehtoiset saivat täytettäväkseen ja palautettavakseen palautekyselyn, jossa selvitettiin kymmenen kysymyksen avulla heidän ajatuksiaan illan sisällöstä ja vapaaehtoisena toimimisesta katulähetyksessä. Iltaan osallistuneista yhdeksästä vapaaehtoisesta yhdeksän palautti oman kyselynsä.

Opinnäytetyön tarkoitus oli selvittää katulähetyksen vapaaehtoisten motivaatiotekijöitä, jotka saavat heidät jatkamaan vapaaehtoistoiminnassa. Tavoitteena oli tuoda esiin nämä tekijät, jotta seurakunnalla on mahdollisuus käyttää niitä vapaaehtoistyön kehittämisessä. Seuraavassa käyn läpi, kuinka tavoitteisiin päästiin.

Teemoittelun avulla loin palautekyselyistä ja havainnoinnista kertyneestä aineistosta aihepiirejä, joista valitsin kolme analyysirunkoa varten: sosiaaliset suhteet ja vertaistuki, vaikuttamisen mahdollisuus ja henkilökohtaiset motiivit. Teemoittelussa kyse on siitä, että laadullinen aineisto ryhmitellään eri aihepiirien mukaan ja sen mukaan, mitä kustakin teemasta on sanottu (Tuomi & Sarajärvi 2018, 105).

Opinnäytteen tietoperusta nojaa jo olemassa oleviin teorioihin, joten valitsemani teorialähtöistä sisällönanalyysia ohjasi valmis, aikaisemman tiedon perusteella luotu malli (Tuomi & Sarajärvi 2018, 110). Kirjoitin vapaaehtoisten vastauksia ja Vasikkasaaren illassa keskusteluhetkessä kertomia asioita taulukkoon, johon nimesin seuraavat käsitteet yläluokka alkuperäinen ilmaisu, pelkistetty ilmaisu ja alaluokka. Seuraavaksi sijoitin teemoittelun avulla saamani aihepiirit tauluun ja täytin sitä yläotsikoiden mukaan. Näin sain tiivistettyä vapaaehtoisilta saamaani tietoa, hain vastauksista samankaltaisuuksia ja pyrin konkretisoimaan niitä aiheita, jotka saavat katulähetyksen vapaaehtoiset jatkamaan mukana toiminnassa (Tuomi & Sarajärvi 2018, 135).

Sisällönanalyysin avulla löysin muutaman kohdan, jotka toistuivat vapaaehtoisten vastauksissa palautekyselyissä ja Vasikkasaarella käydyssä keskustelussa. Aiheena siellä oli vapaaehtoistyön anti, joka motivoi heitä jatkamaan katulähetyksen vapaaehtoisena. Sisällönanalyysillä siis löysin ja sain järjestyksi aineistosta esiin nousseista kohdista synteesejä eli tiiviin kuvauksen johtopäätösten tekoa varten.

Katulähetyksen vapaaehtoisten käyttäessä ilmaisuja ”Uusi perhe”, ”ystäviä”, ”apua raittiina pysymiseen ja arjen asioihin”, ”ideoita ja ajatuksia”, ”yhteistyön ja yhdessäolon merkitys on kasvanut”, nimesin yläluokaksi **Sosiaaliset suhteet ja vertaistuki** ja alaluokaksi **Osallisuus**. Kun he käyttivät ilmaisuja ”voi vaikuttaa katulähetyksen toimintaan”, ”olen saanut välineitä vaikuttaa omaan arkeeni”, ”mielikästä tekemistä”, ”kun ei ole enää työelämässä”, ”voi auttaa toisia”, ”olemme saaneet vahvistusta yhteiseen kutsuun auttaa lähimmäistä”, nimesin yläluokaksi **vaikuttamisen mahdollisuus** ja alaluokaksi **Toimijuus**. Kun he käyttivät ilmaisuja ”kitollisuus”, ”saa siunausta”, ”saa tehdä vapaaehtoistyötä nimenomaan seurakunnassa”, ”pyrin noudattamaan saamiani oppeja”, ”halu jakaa iloa ympärilleni ja olla joukossa rohkeampi ja ymmärtäväisempi”, nimesin yläluokaksi **henkilökohtaiset motiivit** alaluokaksi **Empatia**.

Sisällönanalyysin avulla sain siis vastauksen tutkimuskysymykseeni mitkä tekijät motivoivat katulähetyksen vapaaehtoisia jatkamaan vapaaehtoistehtävässään. Tulokset tukivat opinnäytetyön tietoperustaa ja niihin pääsin valituilla tiedonkeruumenetelmillä.

## 5.2 Palautekysely työelämänohjaajalle

Palautekyselyn kysymykset työelämänohjaajalle koskivat koko opinnäytetyöprosessia ja sen toiminnallista osuutta Vasikkasaarella. Palautekyselyn vastaukset löytyvät liitteistä (LIITE 6). Ohjaajan mukaan ilta oli tärkeä, jotta vapaaehtoiset saavat tunnustusta ja tukea tärkeässä työssä, jota moni tekee todella aktiivisesti ja oman elämän mahdollisista haasteista huolimatta. Toiveena illalle oli, että vapaaehtoisille voidaan tarjota virkistystä ja välineitä omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen, sekä voimaantumista ja osallisuutta siten, että he saavat kokea itsensä ja työnsä arvokkaaksi. Ohjaajan mielestä seurakunta saa kyseisestä opinnäytetyöstä hyvän toimintamallin vapaaehtoistyön tukemiseen ja malli on hyvin laajennettavissa myös muihin vapaaehtoisryhmiin.

### 5.3 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyössäni olen kertonut tarkasti työn toteuttamisesta kaikissa sen vaiheissa ja välttänyt virheiden syntymistä. Opinnäytetyötä tehdessä käytetään käsitteitä: reliabiliteetti, tulosten pysyvyys/mittausten toistettavuus, jonka mukaan kaksi tutkijaa päätyy samaan tulokseen kyseisen aineiston perusteella. Sekä validiteettia, oikeiden asioiden tutkiminen/opinnäytetyön tutkimusmenetelmien tai mittareiden kykyä mitata sitä, mitä oli tarkoitus. Opinnäytetyön luotettavuutta miettiessä voi kysyä myös, sopiiko kirjoittajan antama selitys työn kuvaukseen ja onko se luotettava. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 231–232.) Tämän vuoksi pyysin työelämänohjaajaani lukemaan valmiin opinnäytetyön, jotta hän, jolle ilmiö oli tuttu, arvioisi vastaavatko tulokset tutkittua (Tuomi & Sarajärvi 2018, 165).

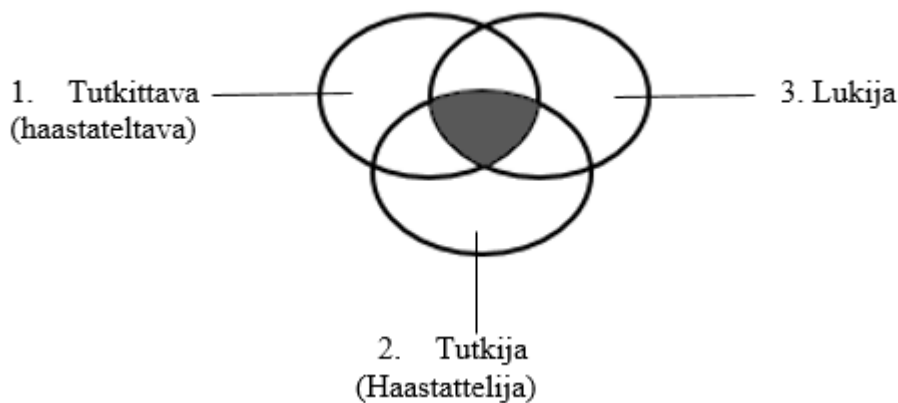
Eettisyyden näkökulmasta tämän ilmiön tutkiminen on perusteltua ja syy on se, ettei vapaaehtoisten vapaaehtoistyössä jatkamisen motivaatiotekijöitä ole aiemmin Kokkolan seurakuntayhtymän seurakuntien katulähetyksessä tutkittu. Koko tämän opinnäytetyöprosessin ajan olen avoimesti kertonut katulähetyksen vapaaehtoisille opinnäytetyöstäni ja siitä, mitä minä teen heidän kanssaan ja miksi. Mielestäni he ymmärsivät, mitä tutkimukseen lupautuminen tarkoittaa ja mitä seurauksia siitä on. Esimerkkinä tästä on se, että Vasikkasaaren ilta taltioitiin valokuvaamalla, jolloin heiltä kysyttiin etukäteen, jos eivät tahdo, että kasvot näkyvät kuvissa. Kerroin myös, että työ taltioidaan Centrian omaan Theseuskantaan.

Tässä opinnäytetyössä on pyritty jo projektisuunnitelmasta saakka sisäiseen johdonmukaisuuteen, joka on eräs hyvän opinnäytetyön kriteereistä. Se osoittautui myös yllättävän haastavaksi työn edetessä. Laadullinen opinnäytetyö ei ole aina laadukas, joten olen ollut myös tarkka sen suhteen, miten ja millaisia lähteitä olen käyttänyt. Alussa oli tärkeää miettiä tutkimuksen kohderyhmää ja tarkoitusta sekä sitä, miksi tämä aihe itseäni kiinnostaa. Myöhemmin mietin, miten aineiston keruu on tapahtunut toisaalta menetelmänä toisaalta tekniikkansa puolesta, jotta havainnointi oli luotettavaa ja puolueetonta. Minulle oli myös tärkeää, että kohderyhmän jäsenet pysyivät tekstissäni tunnistamattomina ja kuinka suhde toimi kohderyhmäläisten kanssa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 149–164.)

Opinnäytetyössäni ei vapaaehtoisia ole kirjattu nimillä eikä muulla tunnistettavalla tiedolla mitään, ja kaikki opinnäytetyöhön liittyvät palautekyselyt ja havaintojen muistiinpanot on myös hävitetty asiaan kuuluvalla tavalla. Niitä ei missään vaiheessa käsitellyt minun lisäkseni kukaan muu. Vapaaehtoisten palautekyselyiden vastausprosentti oli 100%, koska kaikki iltaan osallistuneet yhdeksän henkilöä palauttivat sen. Vasikkasaaren illan aikaan katulähetyksen vapaaehtoisia oli 25, heistä 18 sillä hetkellä

aktiivisesti mukana toimivia. Olisin saanut varmempaa tietoa, jos iltaan olisi osallistunut useampi, mutta vastauksista nousi esiin selvästi muutama aihe, joihin voin luottaa ja joita on syytä myöhemmin käsitellä.

Mielestäni opinnäytetyössä käytetyt menetelmät ja mittarit olivat perustellusti valittuja, mutta silti on todettava, että siinä, että kaksi tutkijaa päätyisivät täysin samaan tulokseen, saattaa olla omat vaikeutensa. Me emme havaitse asioita samalla tavalla saati sitten tulkitse, joten tässäkin opinnäytetyössä on moninkertaisia tulkintoja. On opinnäytetyön tekijä, kohderyhmä ja opinnäytetyö lukija. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 229.) Alla oleva (KUVIO 1) kertoo tulkintojen moninkertaisuudesta.



KUVIO 1. Tulkintojen moninkertaisuus. (mukaillen Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 229)

Edellinen kuvio on toteamus, ei tekosyy tai selitys sille, että opinnäytetyön tekijä olisi havainnoinut tai tehnyt johtopäätöksiä ilman eettisyyden ja luotettavuuden pohdintaa.

#### 5.4 Opinnäytetyöprojektin arviointi

Jokaisessa opinnäytetyössä on useita kohtia, joiden arviointi osoittaa työn arvon. On aiheellista mainita sekä työn vahvuudet että heikkoudet, koska kaikissa opinnäytetyöissä on jotain hyvää. Kritiikin täytyy olla tasapainossa opinnäytetyön arvon kanssa, koska huolimatonta työtä ei pidä esitellä loistavana tai toisinpäin. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 180–184.)

Henkilökohtainen tavoitteeni oli tehdä opinnäytetyö loppuun sairauksistani huolimatta, ja siihen tavoitteeseen päästiin. Jotta se oli mahdollista, tarvitsin ja sain paljon ohjausta. Ensimmäiseksi ajattelin, että opinnäyteprosessia arvioitaessa täytyy miettiä, kuinka siinä näkyi sosionomin (AMK) kompetenssit.

Eettinen osaamiseni näkyi siinä, että edistin tasa-arvoa ja pyrin huono-osaisuuden ehkäisemiseen yhteisön ja yksilön tasolla, kun suunnittelin ja toteutin heille illan, jossa sisältönä oli vapaaehtoisen hyvinvointia tukevia tekijöitä. Saimme keskustella tasavertaisina omista kokemuksistamme vapaaehtoistyössä ja muistutimme toisiamme vaitiolovelvollisuuden tärkeydestä.

Asiakastyön osaaminen näkyi siinä, kun tuin ja ohjasin vapaaehtoisia tavoitteellisesti koko projektini ajan. Näin sain luotua osallisuutta tukevan ammatillisen vuorovaikutus- ja yhteistyösuhteen. Tunnistin oman ihmiskäsitykseni ja arvomaailmani. Toimintani oli vapaaehtoisia kunnioittavaa ja heidän tarpeistaan lähtevää.

Sosiaalialan palvelujärjestelmäosaamistani näkyi siinä, kun ennakoin hyvinvointipalveluiden muutoksia, ja ymmärrän vapaaehtoistyön merkityksen kasvavan tämän päivän yhteiskunnassamme. Omalla toiminnallamme voimme lisätä tasapuolisuutta ja oikeudenmukaisuutta.

Kriittistä ja osallistavaa yhteiskuntaosaamista tulee siinä, kun viestin opinnäytetyölläni katulähetyksen vapaaehtoisille ymmärrykseni heidän tärkeästä yhteiskunnallisesta panoksestaan. Keskusteluissa kävimme läpi sitä, kuinka vapaaehtoistyö on yhteiskunnallista vaikuttamista, mutta katulähetyksessä myös vaikuttamista seurakunnassa.

Tutkimuksellista kehittämisosaamista pääsin harjoittelemaan, kun palautekyselyiden ja osallistavan havainnoinnin avulla keräsin tietoa opinnäytetyötäni varten, jonka suunnittelin, toteutin, arvioin ja raportoin. Tutkimuksellinen kehittämisosaamiseni harjaantui myös analysoidessani opinnäytetyön aineistoa, jonka tuloksia Kokkolan suomalaisen seurakunnan vapaaehtoistyönkoordinaattori voi vapaaehtoistyön suunnittelussa ja kehittämisessä hyödyntää.

Johtamisosaamista minulta vaadittiin, jotta osasin etukäteen esitellä vapaaehtoisille opinnäytetyöni ja Vasikkasaaren illan niin selkeästi ja innostavasti, että he halusivat osallistua siihen. Selkeän informaation antaminen oli tärkeää, koska johtovastuu oli minulla ja sitä myöten velvollisuus pitää kiinni aika-tilausta, niin Vasikkasaarella kuin koko opinnäyteprosessissa. Tilanteet muuttuivat esimerkiksi interventioiden aikana ja minun täytyi olla valmis päätöksentekoon ennakoimattomissakin tilanteissa.



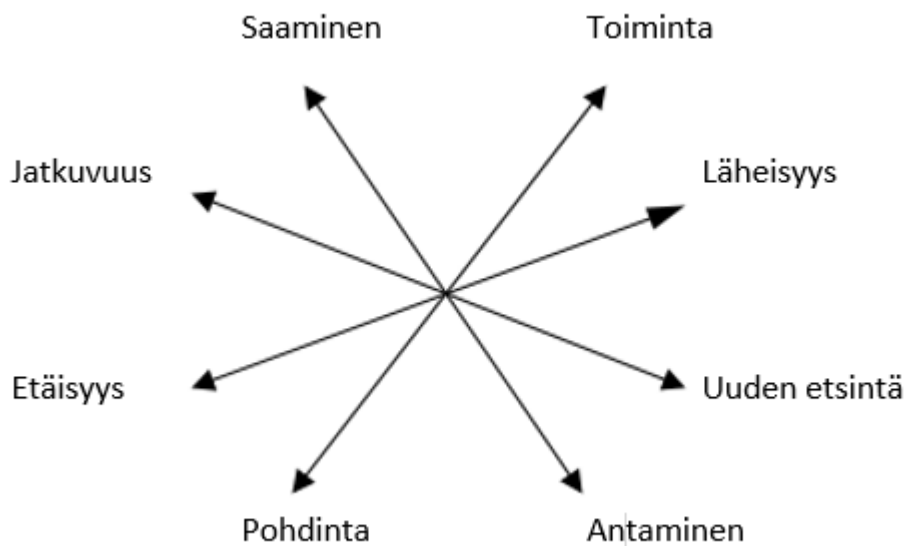
Opinnäytetyön päätehtävistä ja niiden tavoitteisiin pääsystä voidaan todeta, että projektin alussa onnistuin mielestäni suunnittelussa, verkostojen luomisessa ja yhteydenpidossa yhteistyöhenkilöihin. Verkoston luomisen tavoite oli pyrkiä vuorovaikutukseen ollen kuunteleva, joustava ja valmistautunut muutoksiin. Näihin tavoitteisiin päästiin. Toteutusvaiheessa, interventioissa, käytin osallistavaa työtettä ja näytin täten johtamisosaamista, johon kuului myös työnjako. Tiedottamista oli läpi koko työn, ja sen tavoite oli olla eettistä ja läpinäkyvää kautta linjan. Onnistunut tiedottamisen hetki oli, kun Keskipohjanmaa-lehti tuli kutsustani tekemään jutun katulähetystyöstä. Valmis työ toimii dokumentaation keinona, kuten myös valokuva-albumi, jonka teetin Vasikkasaaren illasta. Dokumentaatioon kuuluu myös vahvasti yhteistyösopimukset ja ennen kaikkea valmis opinnäytetyö, joten näihinkin tavoitteisiin päästiin.

Interventioiden tavoitteisiin pääsyä arvioitaessa, tavoitteet löytyvät (LIITE 3). Nämä läpi käytyäni voin todeta päässeeni interventioiden tavoitteisiin niiltä osin, joita voin itse arvioida. Huomasin vasta jälkeinpäin, että minun olisi kannattanut kysyä työelämänohjaajalle tarkoitettussa palautekyselyssä kysymyksiä, jotka olisivat liittyneet organisaatiolähtöisesti interventioiden tavoitteisiin pääsemiseen.

Opinnäytetyön arviointiin kuuluu vielä miettiä kirjoittajan omaa kirjallista tuotosta ja siinä, että pääsin tähän vaiheeseen työn ollessa valmis, vaadittiin paljon ohjausta. Ongelmana ei ollut niinkään suuresti sisällysluettelon tekeminen ja sen mukaan työn rakentaminen, vaan päästä irti itselle ominaisesta rönsyilevästä kirjoitustyylistä ja löytää johdonmukaisesti etenevä tapa kirjoittaa.

## 6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Sisällönanalyysin tuloksista nousi esiin se, mitä opinnäytetyön oli tarkoitus selvittää, eli katulähetyksen vapaaehtoisten motivaatiotekijöitä, jotka saavat heidät jatkamaan vapaaehtoistehtävässään. Tiivistetyssä muodossa nämä olivat: osallisuus, toimijuus ja empatia. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuoda esiin nämä motivaatiotekijät. Tämä opinnäyte tuloksineen todensi jo aiheesta tiedettyä. Alla olevassa kuviossa Anne Birgitta Yeungin vapaaehtoisuuden motivaation timanttimalli havainnollista, mitä vapaaehtoiset saavat vapaaehtoistyöstä. Siitä on havaittavissa juuri samoja piirteitä kuin opinnäytetyön tuloksista (Nylund & Yeung (toim.) 2005, 107).



KUVIO 2. Vapaaehtoisuuden motivaation timanttimalli (Nylund & Yeung (toim.) 2005, 107)

Vapaaehtoistyö tarjoaa itsensä toteuttamisen mahdollisuutta ja tukee henkilökohtaista, niin fyysistä kuin psyykkistä hyvinvointia. Yeungin mukaan vapaaehtoistyö tarjoaa myös emotionaalisia palkintoja esimerkiksi onnistumisen kokemusta ja tärkeäksi koetuksi tulemisen tunnetta. Vahvimpana hänen tutkimuksessaan nousi halua auttaa ja levittää auttamishalua, tunne me-hengestä ja osassa vastauksista jopa se, että vapaaehtoistyö koettiin kanavana sosiaalisen vuorovaikutuksen edistämiseen. Vapaaehtoistyö tarjosi myös vastaajille laajennusta omaan elämämpiiriin, palkkatyön jatketta ja kiinnostavia työmuotoja eli vastapainoa omalle ajalle. (Nylund & Yeung, 2005, 107–115.)

Vaikka sisällönanalyysistä ei noussutkaan uutta tietoa, siinä vahvistui hyvin käytännön tasolla se, mitä aiheesta jo tiedetään. Vapaaehtoisten vastauksista ja keskusteluista nousi esiin, kuinka ryhmässä toimiminen voimaannuttaa, antaa mahdollisuuden vaikuttaa omiin ja ympärillä oleviin asioihin ja kuinka he

tunsivat yhteisöllisyyttä, jota he saivat sosiaalisesta kanssakäymisestään. Nämä tiedot tukivat jo olemassa olevaa, kuten opinnäytetyön tietoperusta osiossa kerrottiin kohdassa Sosiaaliset suhteet ja vertaistuki.

Mielestäni osallistavahavainnointi ja palautekysely olivat sopivat aineistonhankintamenetelmät, koska niiden avulla sain sekä luonnollisesta tilanteesta koottua aineistoa sekä itse määrittelemiini kysymyksiin vastaukset. Kun mietitään vapaaehtoisen hyvinvointia ja jaksamista, mielestäni Vasikkasaaren illan sisältö rakentui toimivasti opinnäytetyön tietoperustassa esiteltyjen katulähetyksen vapaaehtoisen hyvinvointia tukevien tekijöiden mukaan. Näitä olivat sosiaaliset suhteet ja vertaisryhmä, luonto, fyysinen hyvinvointi, taide, henkisyys ja hengellisyys.

Keskusteluissa tuli ilmi, että heidän toimintansa kehittämistä oli hidastanut vakituisen ohjaajan poissaolo ja sijaisen kanssa oli tehty työt voimassaolevien suunnitelmien mukaan. He toivoivat juurikin tuloksellista johtamista, koska pitivät omaa panostaan tärkeänä ja kokivat motivoituvansa, kun ohjaajakin toimii yhteisten tavoitteiden puolesta. Palautekyselyn tuloksista nousi esiin myös tieto siitä, että moni kyselyyn vastanneista ei kokenut olevansa mukana ryhmän päätöksenteossa. Tähän voi tulevaisuudessa kiinnittää huomiota ja etsiä aikaa yhteiselle ajatustenvaihdolle.

Palautekyselyssä he kertoivat myös sen, etteivät odota heitä varten järjestettyjä juhlia, vaan useampi heistä toivoi koulutuksia tai kursseja ja yhteisiä matkoja. Eniten ääniä saivat yhteiset illanvietot. Tieto näistä vapaaehtoisten ajatuksista liittyen toiminnanohjaukseen tukee myös opinnäytteen tietoperustaa kohdassa ammatillinen vapaaehtoistyönjohtaminen Kokkolan seurakuntayhtymän seurakuntien katulähetyksessä.

Tärkeitä olivat myös lausunnot myöhemmin siitä, kuinka yhdessä tekeminen Vasikkasaarella on vahvistanut yhteistyön ja yhdessäolon merkitystä, sekä se, kuinka sieltä koettiin saavan vahvistusta yhteiseen kutsuun auttaa lähimmäistä. Edellä mainitut todentavat aiemmin tutkitun käytännön tasolla ja liittyvät näin opinnäytetyön tietoperustasta löytyviin kohtiin Toiminnallisuus ryhmämuotoisessa asiakastyössä ja Hengellisyys osana katulähetyksen vapaaehtoisen hyvinvointia.

Nyt opinnäytetyö on valmis ja sen tavoitteisiin on päästy. Selvitin motivaatiotekijät, jotka saavat vapaaehtoiset jatkamaan, ja jotta tieto ei jäisi vain tähän, mielestäni sitä voisi hyödyntää muutamalla tavalla. Vapaaehtoiset kertoivat toivovansa yhteisiä illanviettoja ja, että keskusteluhetkeen Vasikkasaarella olisi saanut olla enemmän aikaa varattuna. Tästä voi vetää johtopäätöksen, että vapaaehtoisten

jaksamista ja motivaatiota tukisivat tulevaisuudessakin yhteiset illat ja vaikka työnohjaustyylinen tavoitteellinen ja säännöllinen kokoontuminen.

Onnistuneeksi projektia voi kutsua, kun se saavuttanut sisällölliset ja laadulliset tavoitteensa ja näihin opinnäytetyö jotenkin pääsi, mutta se ei valmistunut asetetussa aikataulussa. Siinä opin, ettei projektin eteenpäin viemisen ole hyvä olla yhden ihmisen varassa. Tärkeintä on, että asiakas, tässä tapauksessa katulähetyksen vapaaehtoiset, saivat heille järjestetyn illan aikataulun mukaisesti.

## 7 POHDINTA

Se miksi katulähetyksen vapaaehtoiset valikoituivat opinnäytetyöni kohderyhmäksi, juontaa siihen, että heidän rehellinen ja arkinen toimintansa tuntui itsestänikin tärkeältä. Ensimmäisen kerran tuntui, että seurakunnan toiminnassa oli jotain, mihin minullakin voisi olla annettavaa. Näille vapaaehtoisuutta tekeville ihmisille minä halusin tehdä opinnäytetyönäni yhteisen illan ja selvittää, mistä he saavat motivaation jatkaa vuodesta toiseen. Itsekin olen vuosien mittaan ollut useissa erilaisissa vapaaehtois-tehtävissä.

Kun mietin vielä hetken tämän opinnäytetyön alkua, olisi toki kannattanut hakea ihan ensimmäiseksi opinnäytetyön kirjoittajan opas, sillä tekisin KAIKEN nyt toisin. Tutkimustehtävän olisin miettinyt heti alussa tarkemmin, sillä nyt se kehittyi lopulliseen muotoonsa vasta ajan kanssa ja saamalla avustuksella. Olisin etukäteen kysynyt, kauanko katulähetyksen vapaaehtoiset toivovat Vasikkasaaren illan kestävän ja laittanut vielä muistutusviestin kyseisenä päivänä. Se olisi ehkä auttanut jonkun mukaan lähtemistä.

Työtä kirjoittaessa harmitti useammassa kohdassa, kun ymmärsi oman naiiviutensa ja lyhytkatseisuutensa. Ellei luonne olisi tämä ja aihe näin mielenkiintoinen, olisi helposti jäänyt tämä loppurutistus tekemättä, kun vielä sairauskin koetteli. Toisaalta on hyvä, että tämä minun lyhyeksi aikomani rupeama venyikin useiksi vuosiksi, koska selkeää kypsymistä on tapahtunut useammassakin kohtaa. Kriittinen ajattelu on mahdollistanut oman oppimisprosessin, jota ilman en olisi tavoittanut tätä ammatillista kasvua kohti asiantuntijuutta, jota nyt koen saaneeni.

Tällä opinnäytetyöllä toivon osoittaneeni sosionomin ydinosuamisen seuraavilta alueilta, vuorovaikutus, viestintä ja kanssakulkemisen taidot sekä työn organisoimisen ja johtamisen taidot. Lopputulemaksi voidaan todeta, että tavoitteena oli tehdä opinnäytetyö loppuun saakka ja tähän päästiin. Väittäisin, että koko prosessin aikana eniten kehittyi oma ajattelutapani ja ymmärrän vihdoinkin, miksi ekstrovertti ei aina pärjää ja sen, että apua saa, kun opettelee ottamaan vastaan. Lisäarvo opinnäytetyölle on se, että katulähetyksen vapaaehtoiset ja heidän toiminta saivat lisää näkyvyyttä.

## LÄHTEET

- Aalto & Leino. *Terveysliikunnan työkirja: optimoi hyvinvointisi*. 2016. Oulu: O'niel Imagination Oy.
- Arvonen. *Mielen ja kehon maastokirja*. 2018. Helsinki: Metsäkustannus.
- Hirsjärvi, Remes & Sajavaara. *Tutki ja kirjoita*. 2009. Helsinki: Tammi
- Hyyppä & Liikanen. 2005. *Kulttuuri ja terveys*. Helsinki: Edita.
- Ilvonen. 2007. *Miten tiedotan? Yhdistystoimijan tiedottamisopas*. Vantaa: Dark Oy.
- Itkonen, Kauravaara. 2015. *Liikunta kansalaisten elämänsäkulussa: Tulkintoja liikkumisesta ja liikunnan edistämisestä*. Jyväskylä: LIKES-tutkimuskeskus 2015
- Juuti & Salmi. 2014. *Tunteet ja työ uupumuksesta iloon*. Juva: PS-kustannus.
- Kananen. 2019. *Opinnäytetyön ja pro gradun pikaopas: avain opinnäytetyön ja pro gradun kirjoittamiseen*. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Kanerva & Tanska (toim.). 2015. *Työ ja henki. Avaimia henkiseen ja hengelliseen työhyvinvointiin*. Helsinki: Kirjapaja ja kirjoittajat.
- Karreinen, Halonen, Tennilä (toim.). *10 askelta parempaan vapaaehtoistoimintaan*. Tampere: Hämeen Kirjapaino Oy
- Koivisto, Kukkola, Latomaa & Sandelin (toim.). 2014. *Kokemuksen tutkimus IV*. Vantaa: Hansa Print Oy.
- Kuuluvainen. 2015. *Vapaaehtoistyön johtaminen*. Helsinki: Lönnberg.
- Launonen. 2015. *Paljastavat värit, hoitavat kuvat*. Helsinki: Gummerus Kustannus Oy.
- Leppänen & Pajunen. 2017. *Terveysmetsä: tunnista ja koe elvyttävä luonto*. Helsinki: Gummerus.
- Leskinen & Hult. 2010. *Kokonaisvaltainen hyvinvointi: kristallisoit toimintasi, saavuta tavoitteesi*. Tammikuu.
- Lieppinen. 2011. *Eheyttävä taideterapia: Taideterapian oppikirja = Healing art therapy*. Tampere: Mediapinta.
- Mikkonen & Saarinen. 2018. *Vertaistuki sosiaali- ja terveysalalla*. Tallina: Printon
- Niiranen, Seppänen-Järvelä, Sinkkonen & Vartiainen. 2010. *Johtaminen sosiaalialalla*. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press 2010.

- Norrena (toim.). 2016. *Ryhmä oppimaan!; Toiminnallisia työtapoja ja tehtäväkehyksiä*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Nylund & Yeung (toim.). 2005. *Vapaaehtoistoiminta: anti, arvot ja osallisuus*. Tampere: Osuuskunta Vastapaino.
- Näkki & Sayed (toim.). 2015. *Asiakastyön menetelmiä sosiaalialalla*. Helsinki: Edita Publishing.
- Orasmaa. 2018. *Luonnon aika: rentouttavia hetkiä luonnossa*. Helsinki: Metsäkustannus.
- Pelin. 2020. *Projektihallinnan käsikirja..* Helsinki: Projektijohtaminen Oy Risto Pelin.
- Peltomaa. 2015. *Stressi, palautuminen ja hyvinvointi: ihmisen mahdollisuudet vaikuttaa kehon- ja mielen tilaan*. Kerava: Opintoverkko.
- Silverton. 2012. *Mindfulness: tietoisien läsnäolon läpimurto*. Helsinki: Schildts & Söderströms.
- Tuomi & Sarajärvi. 2009. *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Tammi.
- Williams. 2017. *Metsän parantava voima*. Helsinki: Minerva kustannus Oy.
- Ylilauri & Yli-Viikari. 2019. *Kohti luonnollista hyvinvointia: näkökulmia luontoperustaisen toiminnan kehittämiseen*. Vaasa: Vaasan yliopisto, Levón-instituutti.

[www.katulahetyслиitto.org](http://www.katulahetyслиitto.org) Viitattu 16.4.2021.

## ESITTELYKIRJE

### **Syyskuinen tervehdys Teille katulähetyksen vapaaehtoiset!**

Olen Eini Prest, viimeisen vuoden sosionomiopiskelija täältä Kokkolasta. Arvostan kovasti vapaaehtoistyötä kaikissa muodoissa ja olen itsekin aktiivi sillä saralla, joten tuntui luontevalta pyytää Teidän porukkaa opinnäytetyöni kohderyhmäksi.

Opinnäytteenäni suunnittelen ja toteutan Teille, yhteistyössä minua auttavien henkilöiden kanssa, kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin illan Vasikkasaaren leirikeskuksessa tiistai 3.10.20xx klo 17.00–21.00. Illta koostuu pienistä minun ja parin ystäväni ohjaamista toimintatuokioista, rennosta yhdessäolosta, eväiden syömisestä ja luonnosta nauttimisesta. Koska tämän illan toteutus venyi näin syksyyn, meille on varattu myös sisätilat käyttöömmek. Ajattelin silti, että alkuillan ohjelma olisi ulkona, jos vain sää sallii. Varautukaa siis ulkoiluun sopivilla vaatteilla.

Syöminen toteutetaan niin kutsutulla nyyttikestityyllillä, eli jokainen tuo vähän jotain syömistä tai juomista. Tästä ei pidä kuitenkaan ottaa stressiä, jos syystä tai toisesta ei voi tuoda mitään mukanaan. Kaikille riittää kuitenkin ja tärkeintähän on, että tuo itsensä ja osallistuu! ☺

Jos tarvitset kyytiä paikalle tai haluaisit itse esimerkiksi laulaa, soittaa, lukea jonkin tekstin niin kerrothan sen meille.

Ystävänäni on lupautunut valokuvaamaan illan ja teetän kuvat katulähetykselle syksyn aikana. Niitä ei käytetä mihinkään muuhun, vaan ne jäävät ainoastaan teille muistoksi yhteisestä illasta ja minun opinnäytetyöhöni, jonka esittelen koululla. Jos et tahdo näkyä kuvissa, kerrothan senkin ja voimme huomioida sen iltaa taltioidessamme.

Lisätietoja: Eini 044-xxx



Nimenne: \_\_\_\_\_

Ystäväni valokuvaa päivän. Kuvat tulevat yhdistyksen omaan käyttöön, saako kasvonne näkyä kuvissa?

Kyllä\_\_\_ Ei\_\_\_

Lehdistö kutsutaan paikalle. Saako kasvonne näkyä mahdollisissa lehtikuvissa?

Kyllä\_\_\_ Ei\_\_\_

Päivän aikatauluun on jätetty tilaa, mikäli joku Teistä haluaisi esimerkiksi laulaa, lausua runoja, soittaa jotain soitinta tai jotenkin muuten ilahduttaa meitä läsnäolijoita. Tähän osioon on varattuna noin 30 minuuttia, joten siihen sopii useampikin ohjelmanumero.

Olen kiinnostunut järjestämään jotain ohjelmaa:

Kyllä\_\_\_ En\_\_\_

**KATULÄHETYKSEN VAPAAEHTOISTEN ILTA VASIKKASAARESSA**  
**3.10.20xx klo 17.00–21.00**

**TERVETULO! klo 17.00–17.15**

Käymme läpi illan ohjelmaa, säästä riippuen olemme ulkona tai sisällä. Meille on varattu tilat Vasikka-saaresta. Katulähetyksen oma pappi Emilia Teerikangas siunaa yhteisen iltamme.

**LIIKETTÄ NIVELIIN JA KOLOTTAVIIN LIHAKSIIN klo 17.20–17.40**

Susanna Vasela tulee vetämään meille venyttelyhetken

**HILJAISUUDENPOLKU klo 17.45–18.15**

Saa kiertää polun yksin tai ystävän kanssa. Hiljennytään lukemaan matkan varrelle laitettuja rukouksia, tekstejä ja nauttimaan luonnosta merenrannalla.

**RUOKAILU klo 18.20–18,50**

Nyhtikesti-meiningillä ☺

**KESKUSTELUA klo 18.55–19.25**

Keskustellaan Einin ohjaamana vapaaehtoistyön annista, ehkä haasteistakin

**MUSIIKKIA KLO 19.30–19.50**

Katja Iso-Koivisto laulaa

**EMILIAN OPETUSHETKI KLO 19.55–20.25**

Aiheena kirkkovuosi luontoon sidottuna

**KIVIÄ JA ILTAHARTAUTTA KLO 20.30–21.00**

Keräämme astiaan pieniä kiviä, joita Eini on tuonut mukanaan. Kun Katja laulaa, laitamme niitä astiaan siunauksiksi, rukouksiksi, kauniiksi ajatuksiksi ja toiveiksi...

## PROJEKTIN TAVOITETAULUKKO

	<b>Katulähetyksen Vapaaehtoiset</b>	<b>Katulähetyk/srk</b>	<b>Sosionomi/AMK-lähtöiset</b>
<b>Oppimistavoitteet</b>	- Heidän osallistumisella vapaaehtoistyöhön ja yhteiseen illtaan on merkitystä heille itselle, heidän yhteisölle, sekä koko seurakunnalle	- Erilainen malli toteuttaa tällaista iltaa.  - Yhteistyötä opiskelijan kanssa	- Opin projektinkaaren alusta loppuun saakka (opinnäytetyöni päätehtävät) soveltaen niihin sosionomi amk-kompetenssit
<b>Toiminnalliset tavoitteet</b>	- Vapaaehtoinen saa nähdä, tehdä ja kokea illan joka on suunniteltu juuri heille  - Vapaaehtoiset osallistuvat illan sisältöön ja antavat näin siihen oman panoksensa	- Katulähetyksen ohjaaja ja pappi saavat viettää aikaa vapaaehtoisten kanssa ja oppia tuntemaan heitä paremmin.	- Saan toteuttaa illan, joka suunnittelusta toteutukseen ajateltu holistisen ihmiskäsityksen mukaan.  - Saan haastaa itseä yrittämään ja uskaltamaan useassakin projektin vaiheessa
<b>Tulostavoitteet</b>	- Vapaaehtoinen motivoituu ja oppii jotain uutta (mitataan palautekyselyssä)  - Vapaaehtoiset kokevat, että toiminnan ohjaaja on kanssakulkija heidän kanssaan – luottamus vahvistuu	- Yhteisöllisyyden tunne vahvistuu  - Katulähetyksen vapaaehtoisten sitoutuminen toimintaan vahvistuu.  - Katulähetyksen ja seurakunnan vapaaehtoistoiminta saa näkyvyyttä lehdistössä	- Asiantuntijuuteni vahvistuu  - Saan aikaan valmiin opinnäytetyön  - Toimitan nimettöminä palautetut palautekyselyt vapaaehtoistoiminnan nykyiselle koordinaattorille

**INTERVENTIOIDEN TAVOITETAUKOT**

	<b>ASIAKASLÄHTÖISET TAVOITTEET</b>	<b>ORGANISAA-TIOLÄHTÖISET TAVOITTEET</b>	<b>SOSIONOMI (AMK) LÄHTÖISET TAVOITTEET</b>
<b>OPPIMISTAVOITTEET</b>			- Asian selkeä esitys - Projektin aloitustaitoja - Ryhmän ohjaustaitoja, jotta saa ryhmän aidosti innostumaan ja kiinnostumaan asiasta
<b>TOIMINNALLISET TAVOITTEET</b>	- Vapaaehtoiset voivat esittää iltaan ja opinnäyte-työhön liittyviä kysymyksiä ja - Heillä on mahdollisuus vaikuttaa illan sisältöön	- Toiminnan ohjaaja näkee kuinka helpo- poa/haastavaa hänen ryhmää on houkutel- la vieraaseen toi- mintaan ja mitä he siitä etukäteen halua- vat tietää	- Saada jaettava mahdol- lisimman usealle tietoa ja iltaan liittyvät paperit
<b>TULOSTAVOITTEET</b>	- Osallisuuden tunne, kuu- lua ryhmään, joka järjestää yhteistä tekemistä - Vapaaehtoiset ilmoittau- tuvat iltaan		

## 1. interventio – Tavoitetaulukko

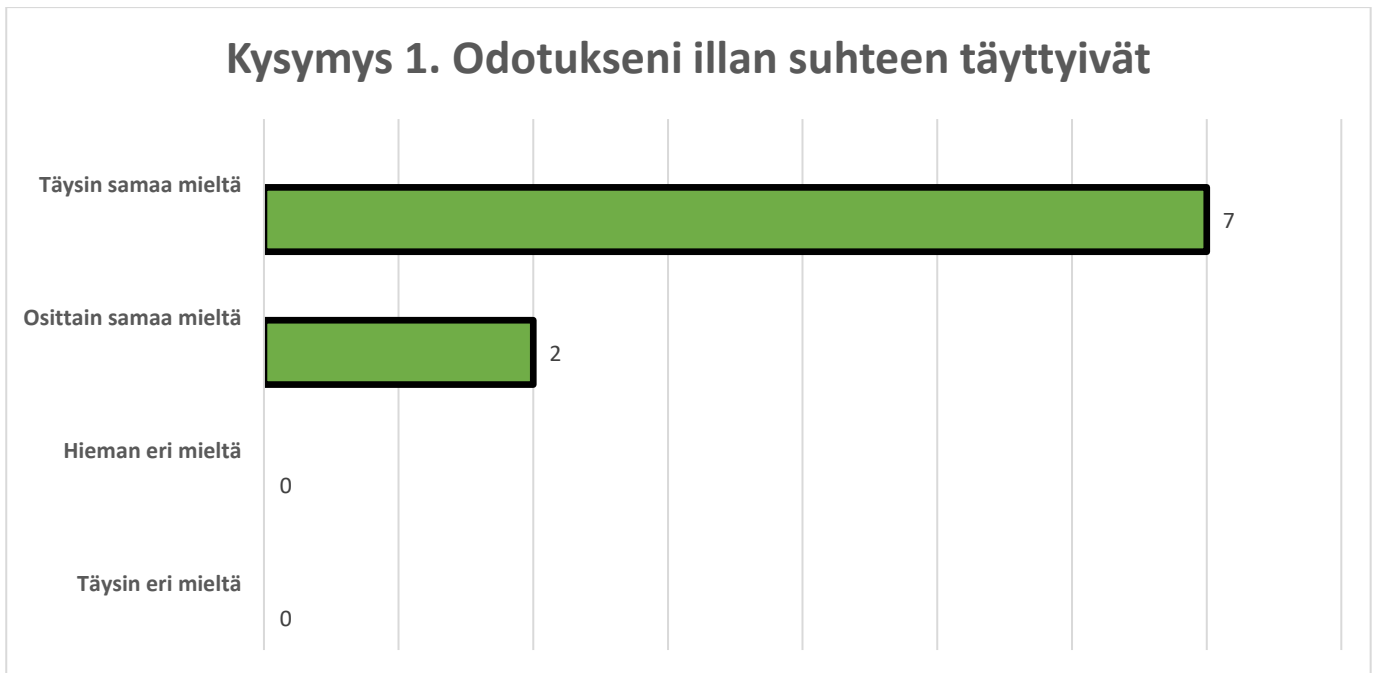
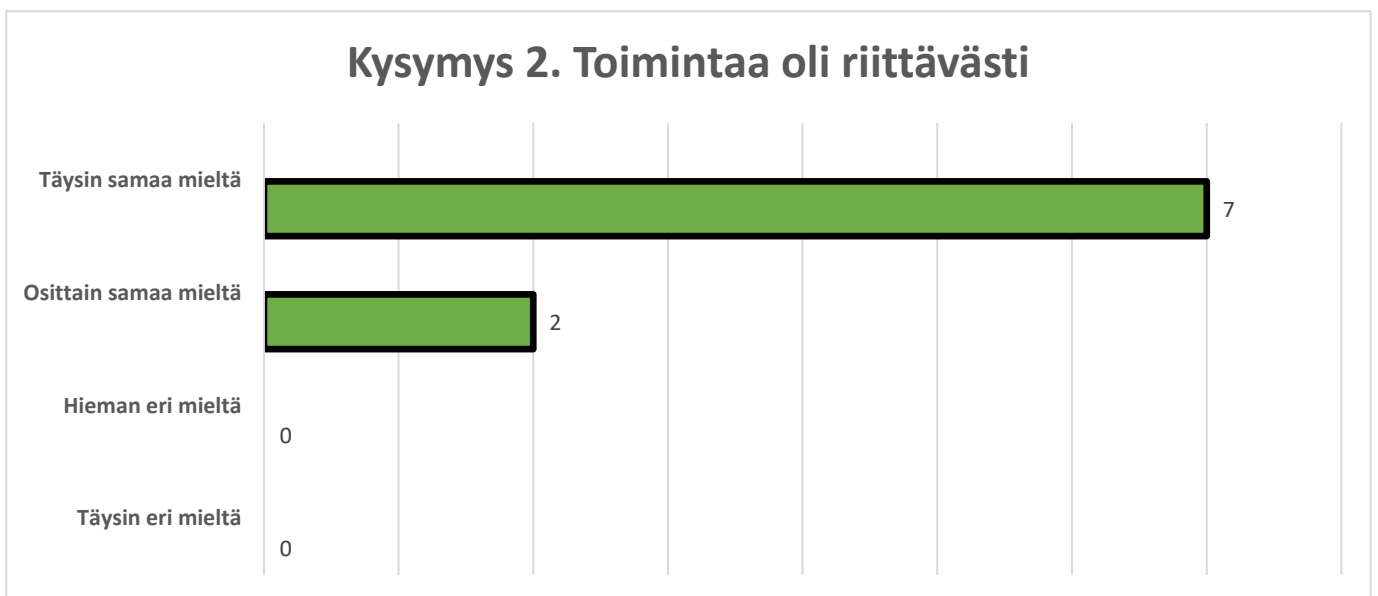
	<b>ASIAKASLÄHTÖISET TAVOITTEET</b>	<b>ORGANISAA-TIOLÄHTÖISET TAVOITTEET</b>	<b>SOSIONOMI (AMK) LÄHTÖISET TAVOITTEET</b>
<b>OPPIMISTAVOITTEET</b>	- Saada uusia ideoita ar- keen illan sisällön myötä - Uutta tietoa hyvinvoin- nista - Ryhmän jäsenet voivat tutustua paremmin toi- siinsa	- Toiminnan ohjaaja tutustuu paremmin oman ryhmän vapaa- ehtoiisiin	- Oppia järjestämään hallittu kokonaisuus - Oppia projektin toi- mintaosuutta
<b>TOIMINNALLISET TAVOITTEET</b>	- Ryhmässä toimiminen, puhuminen ja kuuntelemi- nen	- Ryhmähenkeä ko- hottava kokemus	- Aikataulut pysyvät suunnitellussa
<b>TULOSTAVOITTEET</b>	- Vapaaehtoinen kokee saaneensa mahdollisuuden saada ääntään kuuluville - Nauttivat juuri heille suunnittelusta ja toteutusta illasta	- Vapaaehtoinen mo- tivoituu jatkamaan seurakunnan katulä- hetyksen vapaaehtoi- sena	- Tilaisuus, jonka olen itse suunnitellut ja to- teuttanut

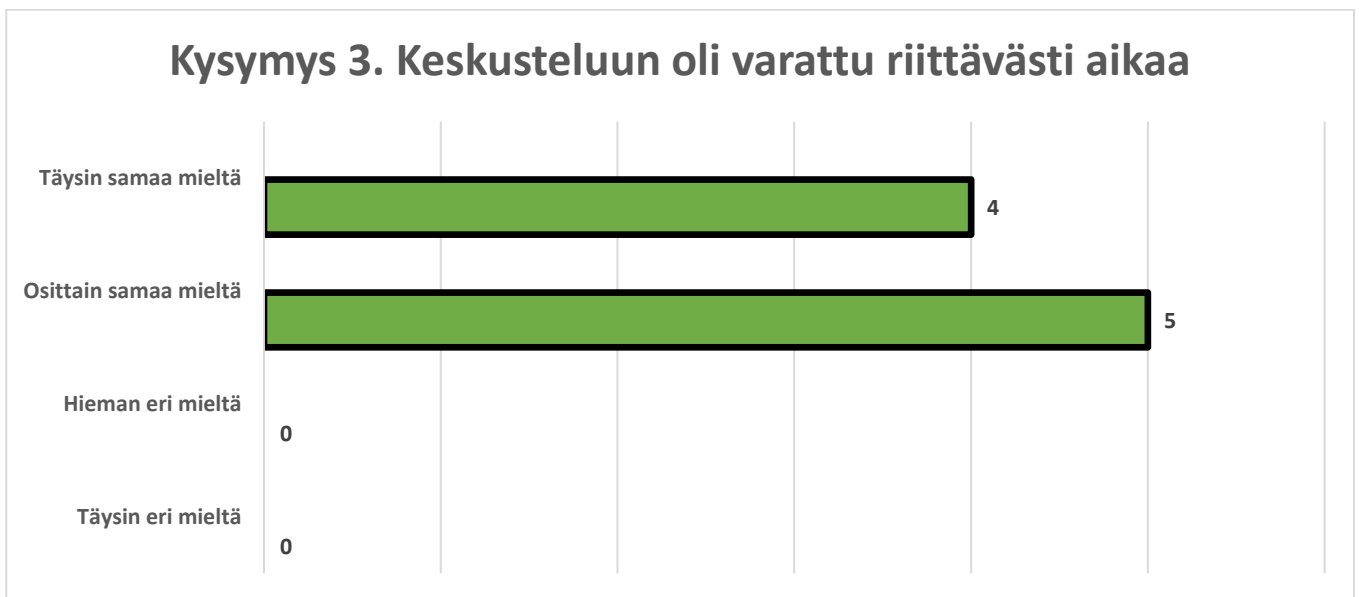
## 2. interventio – Tavoitetaulukko

	<b>ASIAKASLÄHTÖISET TAVOITTEET</b>	<b>ORGANISAA- TIOLÄHTÖISET TAVOITTEET</b>	<b>SOSIONOMI (AMK) LÄHTÖISET TAVOITTEET</b>
<b>OPPIMISTAVOITTEET</b>	- Vapaaehtoisen mielipidettä/palautetta kuunnellaan		- Kuinka projekti lopetetaan - Ottaa sanallista palautetta vastaan
<b>TOIMINNALLISET TAVOITTEET</b>	- Hän kokee pystyvänsä vaikuttamaan asioihin	- Heidän toiminnan ohjaaja saa kuulla mitä illassa teimme ja näkee valokuva-albumin illan ohjelmasta	- Luoda avoin tunnelma palautteen keräämiselle
<b>TULOSTAVOITTEET</b>	- Hän kokee toimintansa olevan merkityksellistä	- Toiminnanohjaaja saa kokemuksen, että ilta järjestettiin ja vietiin loppuun, vaikka hän ei päässyt paikalle	- Saa käytännön osuuden opinnäytetyöstä loppuun

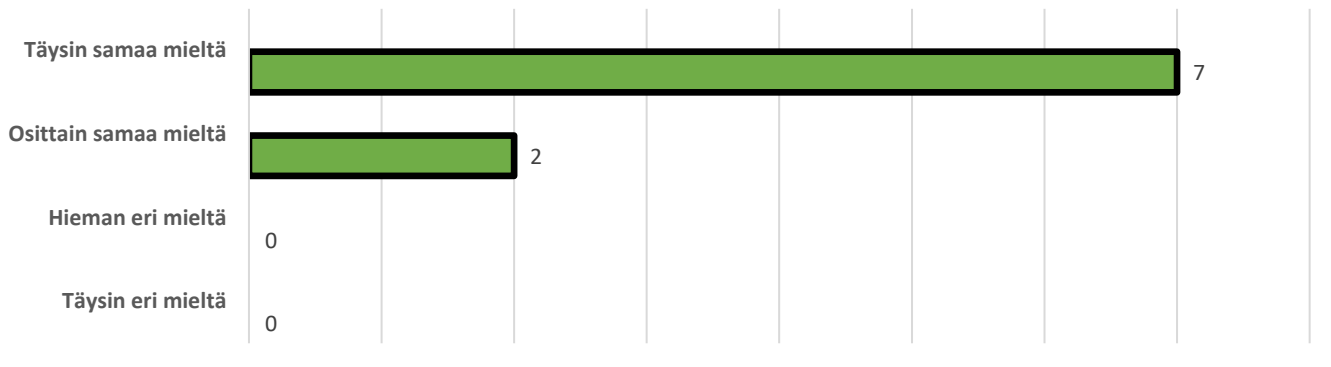
3. interventio – Tavoitetaulukko

## VAPAAEHTOISTEN PALAUTEKYSELYN VASTAUSDIAGRAMMIT

Kuvio 3  $N = 9$ Kuvio 4  $N = 9$

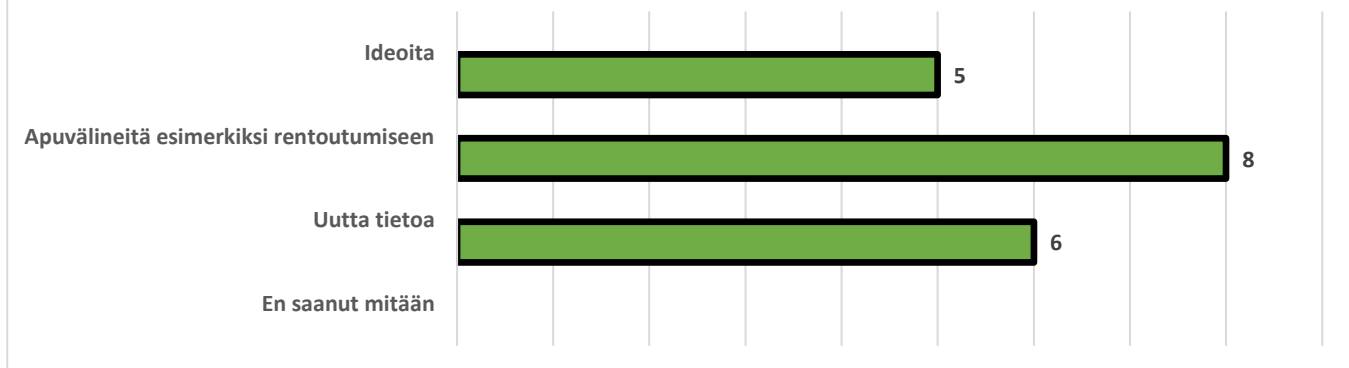
Kuvio 5  $N = 9$ Kuvio 6  $N = 9$

### Kysymys 5. Illan jälkeen ymmärrän paremmin ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin vaikuttavia asioita?



Kuvio 7  $N = 9$

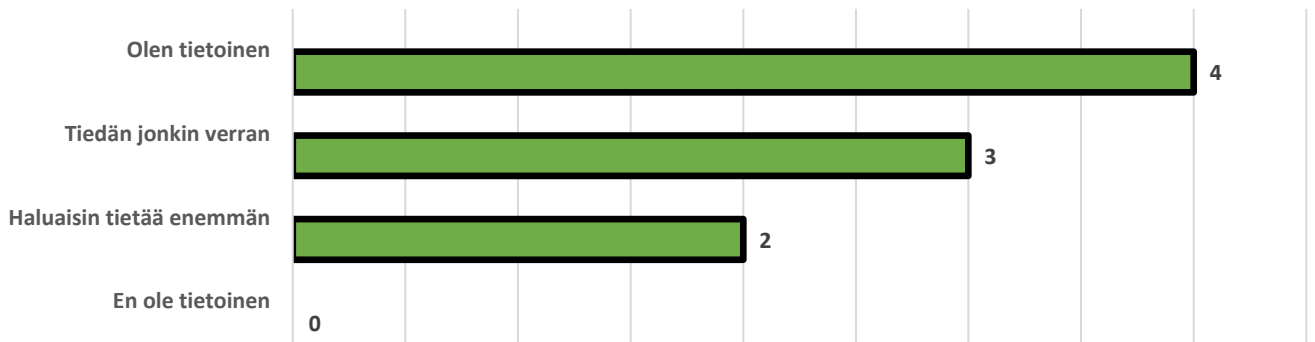
### Kysymys 6. Sain illasta (useampi vaihtoehto mahdollinen) ?



Kuvio 8  $N = 9$

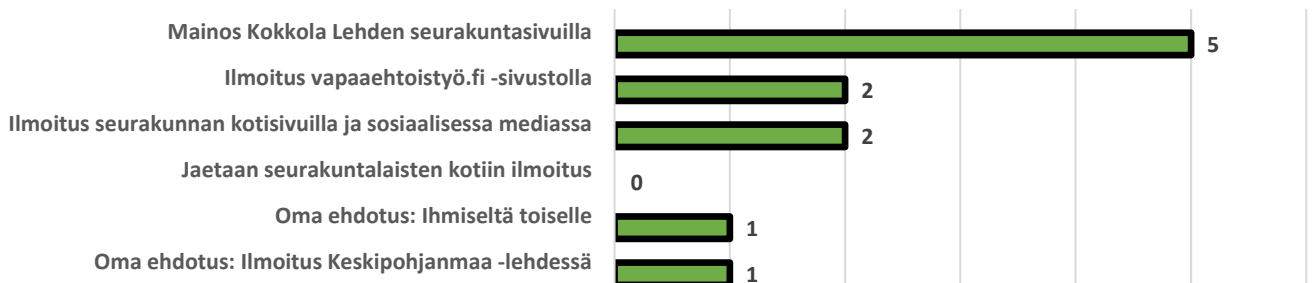


### Kysymys 7. Oletko tietoinen muista kotiseurakuntamme vapaaehtoistehtävistä?



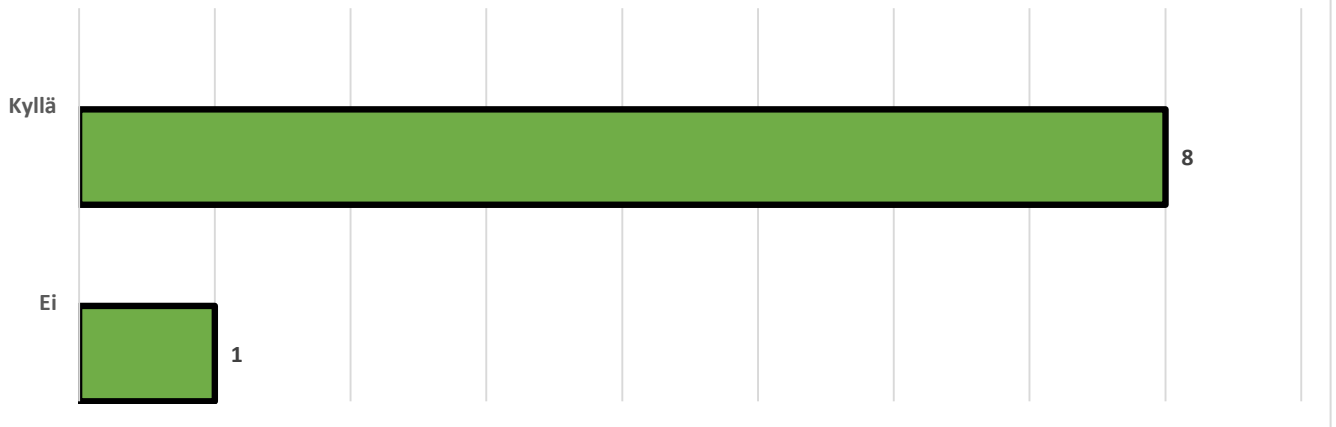
Kuvio 9  $N = 9$

### Kysymys 8. Mitkä viestintäkanavat ovat mielestäsi toimivia, kun haetaan vapaaehtoisia mukaan seurakunnan toimintaan (useampi vaihtoehto mahdollinen)



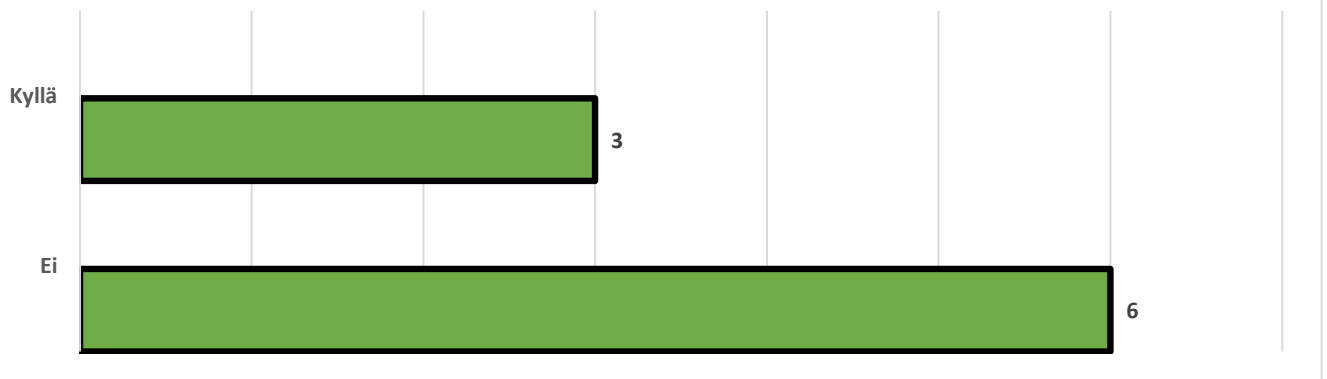
Kuvio 10  $N = 9$

### Kysymys 9. Koetko saavasi tukea ja opastusta vapaaehtoistehtäviisi katulähetystyössä



Kuvio 11 N = 9

### Kysymys 10. Koetko saavasi sanoa mielipiteesi ja, että sinut otetaan mukaan, kun suunnitellaan yhteistä toimintaa?



Kuvio 12 N = 9