

# **Maaseudun tukihenkilöverkko**

## **- Tukea ihmiseltä ihmiselle**

**Sirpa Hokkanen**

Opinnäytetyö

Koulutusala Luonnonvara- ja ympäristöala	
Koulutusohjelma Maaseutuelinkeinojen koulutusohjelma	
Työn tekijä(t) Hokkanen Sirpa	
Työn nimi Maaseudun tukihenkilöverkko - Tukea ihmiseltä ihmiselle	
Päiväys 27.11.2013	Sivumäärä/Liitteet 40/3(8)
Ohjaaja(t) Suhonen Pirjo, Paldanius Kalevi	
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Maaseudun Sivistysliitto/ Maaseudun tukihenkilöverkko/ Ritva Lampela	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Maaseudun tukihenkilöverkko on perustettu vuonna 1996. Maaseudun tukihenkilöverkko tarjoaa tukea ihmiseltä ihmiselle. Toiminta perustuu maaseudun olosuhteet hyvin tunnevan tukihenkilön ja tuettavien dialogille, jossa etsitään yhdessä ulospääsyä vaikeasta elämäntilanteesta. Tukisuhteissa on kyse samanarvoisten ihmisten vuorovaikutuksesta, jossa tuen tarvitsija itse määrittelee keskustelun aiheen.</p> <p>Maaseudun elinolot ovat jatkuvan muutoksen alla. Maaseudun tukihenkilöverkon perustamisen aikaan maaseutua koettelivat Euroopan Unioniin liittymisen mukanaan tuomat paineet ja muutokset. Maatalouden yleinen kehitys ja toimintaympäristön muutos jatkuvat edelleen. Epävarmuus tulevaisuudesta sekä jokapäiväiseen jaksamiseen ja selviämiseen liittyvät kysymykset ovat tämän päivän maaseudun arkea. Tilakoon kasvun mukanaan tuomat ongelmat työmäärän lisääntymisenä, vapaa-ajan ja riittävän levon vähenemisenä uuvuttavat jo nuoriakin viljelijöitä. Paineet parisuhteen hoitamisesta, perhe-elämästä sekä talouteen ja terveyteen liittyvät kysymykset ovat niitä aiheita, joita maaseudun tukihenkilöt ovat viimeisten vuosien aikana eniten kohdanneet tukisuhteissaan.</p> <p>Kvantitatiivisen kyselytutkimuksen tarkoituksena oli kartoittaa tukihenkilöiden tarpeita ja tavoitteita koulutusten suuntaamisesta ja tukihenkilötoiminnan kehittämistä. Opinnäytetyön tekijänä käsiteltiin tutkimusaineiston SPSS- tilasto-ohjelmalla ja analysoin sen perusteella esille tulleita seikkoja. Mielestäni tutkimus tuo tukihenkilöverkolle ajantasaista tietoa tukihenkilöiden koulutustarpeista ja viitteitä tukihenkilötoiminnan kehittämishaasteista. Rahoittajalle tutkimus vahvistaa tukihenkilöverkon olemassaolon merkityksellisyyttä.</p> <p>Kyselytutkimuksen palautti 134 tukihenkilöä. Heidän työnsä tukihenkilönä oli kestänyt keskimäärin 9.95 vuotta. Tuettavien määrä vaihteli välillä 0-38 henkilöä, keskiarvona 4.89 tuettavaa/ tukihenkilö. Kyselyn perusteella tukihenkilöt osallistuivat melko hyvin jatkokoulutuksiin ja aluetapaamisiin. Ryhmätyönohjauksiin osallistuminen vaihteli alueittain. Siellä, missä niitä järjestettiin, niihin myös osallistuttiin. Joillakin alueilla ei työnhajausta ole tai ainakaan siitä ei tiedetä. Yksilötyönohjausta toivottiin lisättävän. Jatkokoulutuksia toivottiin järjestettäväksi kaksipäiväisinä, alueellisesti kerran vuodessa. Jokavuotista valtakunnallista seminaaria toivottiin.</p>	
Avainsanat tukihenkilöverkko, jaksaminen, tukihenkilö, tuettava	

Field of Study Natural Resources and the Environment			
Degree Programme Degree Programme in Rural Development			
Author(s) Hokkanen Sirpa			
Title of Thesis The rural support person network – Support from person to person			
Date	27.11.2013	Pages/Appendices	40/3 (8)
Supervisor(s) Suhonen Pirjo, Paldanius Kalevi, Petri Kainulainen			
Client Organisation/Partners Union for Rural Education and Culture/ The rural support person network/Ritva Lampela			
<p>Abstract</p> <p>The rural support person network was established in 1996. It provides support from person to person. The concept builds on a dialogue between a support person well versed in rural conditions and the person supported. The dialogue constitutes a joint effort to find ways out of a difficult life situation. A support relationship is based on an interaction between two equals where the person in need of support defines the topic of the conversation.</p> <p>Rural living conditions are constantly undergoing changes. At the time the rural support network was established the countryside was facing the pressures and changes caused by Finland´s joining the European Union. The general rural development and changes in the working environment are a still ongoing process. Uncertainty about the future and concerns about coping and survival on a daily basis are part and parcel of today´s life in the country.</p> <p>Problems brought on by growing farm sizes, such as an increasing work load and a decrease in free time and sufficient rest wear out even young farmers. Marital, family, economic and health problems are some of the issues most often encountered by rural support persons in their support relationships in the past few years.</p> <p>The purpose of this quantitative inquiry was to identify the needs and goals of rural support persons for directing training and developing the support person system further. As the writer of this thesis I worked on the research material with the SPSS statistics programme and analysed the facts it brought up. I believe that my research will provide the support person network with up-to-date information on the training needs of support persons and an idea of the development challenges faced by the support person system. For its financier the research reinforces the importance or the existence of the support person network.</p>			
<p>Keywords</p> <p>support person network, coping, support person, person supported</p>			

## SISÄLTÖ

1	JOHDANTO .....	5
2	MAASEUDUN TUKIHENKILÖVERKKO.....	7
2.1	Toiminnan taustaa .....	7
2.2	Koordinaattori ja ohjausryhmä .....	9
2.3	Tukihenkilöverkon taustaorganisaatiot.....	9
2.4	Maaseudun tukihenkilö.....	10
2.5	Vastaava tukihenkilö/ aluevastaava .....	10
2.6	Muu alueellinen toiminta.....	11
2.7	Yhteistyö muiden toimijoiden kanssa.....	11
2.8	Tukihenkilötoiminnan seuranta ja raportointi.....	12
2.9	Yhteydenottomäärät ja syyt vaihtelevat .....	13
2.9.1	Tukikontaktien aiheet vuosina 2007 – 2009.....	13
2.9.2	Tukikontaktien määrät ja aiheet vuosina 2010- 2012 .....	15
3	TUTKIMUKSEN TAVOITE.....	18
3.1	Tutkimusmenetelmät.....	18
3.2	Tutkimusaineiston analyysi .....	19
3.3	Kyselylomake.....	20
3.4	Tutkimuksen validiteetti ja reliabiliteetti .....	22
4	TUTKIMUSTULOKSET JA NIIDEN TARKASTELUA .....	24
5	HAASTATTELUTUTKIMUS PITKÄAIKAISILLE TUKIHENKILÖILLE .....	31
6	MISTÄ MUUALTA APUA VOI HAKEA? .....	34
6.1	Viranomaistahoja .....	34
6.2	Muita auttajatahoja .....	35
7	PÄÄTÄNTÖ.....	37
	LÄHTEET .....	40

## LIITTEET

Liite 1 Tiedustelu tukihenkilötyöstä

Liite 2 Kyselylomakkeen avoimet vastaukset

Liite 3 Toiminnan seurantalomake

## 1 JOHDANTO

“Ehkä joku lähelläsi  
voisi olla ystäväsi.  
Sinulle tahtoisin kertoa sen,  
surunsa vuoren kokoisen.  
Ja jos itse juuri nyt  
olet surusta väsynyt,  
anna toisten lohduttaa,  
tulla viereesi istumaan.” – Eppu Nuotio (Kodin Pellervo 5/2013)

Olen seurannut sivusta Maaseudun tukihenkilöverkon toimintaa koko sen olemassaoloajan, syksystä 1996 lähtien. Työssäni ensin maatalouslomittajana ja sittemmin kunnan maataloustoimistossa, minulla oli oiva näköalapaikka tarkastella tukihenkilötoiminnan kehittymistä ja viimein levittäytymistä koko maahan. Sain nähdä sen olevan aivan alusta alkaen todella tärkeä ja tervetullut kanava maatalousväestön tuntojen tulkiksi.

Vapaaehtoinen tukihenkilötoiminta on mielestäni eräs tärkeimmistä vapaaehtoistyön muodoista. Koska olen aina ollut kiinnostunut talkootyön ohella vapaaehtoistyöstä, kouluttauduin vihdoinkin tämän vuoden tammikuussa Maaseudun tukihenkilöksi. Varhaisen välittämisen mallin koulutukset ja maanviljelijöiden työhyvinvoinnin päivät ovat nekin tuoneet lisäarvoa tukihenkilönä toimimiselle. Toimintamme on saanut julkisuutta ja sen myötä tunnettavuutemme on lisääntynyt. Kynnys ottaa yhteyttä on madaltunut, on herätty huomaamaan maatalouden erityisyys. Koska maatalousyrittäjällä ei ole palkansaajien tavoin työyhteisöä tukena, hän voi helposti jäädä ongelmien yksin. Maatilalla käy läheisten ja ystävien lisäksi laaja joukko yhteistyökumppaneita, jotka voivat olla ratkaisevassa asemassa huomattaessaan yrittäjien hyvinvointiin vaikuttavia mahdollisia uhkatekijöitä.

Tätä opinnäytetyötäni varten minua kiinnosti tehdä tukihenkilöverkossa toimiville tukihenkilöille kysely toiminnan merkityksellisyydestä ja yhteydenottojen aiheista, sekä siitä, ovatko yhteydenottojen syyt muuttuneet vuosien varrella. Ottaessani yhteyttä tukihenkilöverkon koordinaattori Ritva Lampelaan, oivalsimme keskusteluissa kuitenkin, että hänellä oli jo olemassa valmis kyselyaineisto, tosin hieman erilaiselta kansantokannalta, jolta minä olisin asiaa tarkastellut, mutta jota hän ei ole ehtinyt muokata eikä analysoida lainkaan. Niinpä sovimme, että analysoin hänen valmiin aineistonsa.

Näin saamme tuotettua ajantasaista tietoa verkon merkityksellisyydestä, koulutuksen tarpeellisuudesta ja tukihenkilötoiminnan kehittämistarpeista tukihenkilöverkole ja sen taustaorganisaatioille. Oman lisänsä opinnäytetyöhöni tuo haastattelututkimus, jossa halusin haastatella muutamaa tukihenkilöveteraania, jotka ovat olleet mukana tukihenkilöverkon toiminnassa sen alusta asti. Heidän kertomuksissaan tulee hyvin esille muutokset yhteydenottojen syissä tukihenkilöverkon olemassaoloaikana. Siinä heijastuu haluni kuvata, vaikkakin lyhyesti, maatalouden yleistä kehittymistä ja toimintaympäristön muutosta tukihenkilötoiminnan ajanjaksolla ja tulevaisuudessa.

Oman elämänpolun epätasaisuus ja avun saanti sitä tarvitessani on tuonut minulle kiinnostuksen ja halun toisen ihmisen tukemiseen ja kuuntelemiseen. Koen, että minun on jollakin tapaa helppo ymmärtää ja auttaa toista ihmistä, kun itsellä on ollut kriisejä, joista olen selvinnyt kohtuullisesti. Jo asian tunteminen teoreettisesti auttaa minua tukihenkilönä. Jokaisen tukihenkilön tärkein työkalu on hänen oma persoonansa, kahta samanlaista tukihenkilöä ei ole.



## 2 MAASEUDUN TUKIHENKILÖVERKKO

Luvussa 2 olen käyttänyt lähteenäni Auli Sulinin kirjaa, Tukea ihmiseltä ihmiselle. Maaseudun tukihenkilöverkko. Maatalousyrittäjien eläkelaitoksen julkaisuja 10/2001. Helsinki: Oy Edita Ab. sekä omia luentomuistiinpanojani Maaseudun Tukihenkilöverkon peruskoulutuksesta, jatkokoulutuksista sekä keskusteluistani koordinaattori Ritva Lampelan ja toisten tukihenkilöiden kanssa. Toimiessani tukihenkilönä tammikuusta 2013 alkaen olen osallistunut tukihenkilöverkon jatkokoulutusten lisäksi aktiivisesti myös Pohjois-Savon alueen tukihenkilöille tarkoitettuihin aluekokouksiin ja koulutuksiin. Myös niistä olen ammentanut tietoa ja kokemuksia tähän opinnäytetyöhön.

### 2.1 Toiminnan taustaa

Yhteiskunnassa vallitsevat olosuhteet vaikuttavat väestön hyvinvointiin ja mielenterveyteen. 1990-luvun taloudellisen taantuman voidaan katsoa vaikuttaneen sekä suoraan, että epäsuorasti väestön mielenterveyteen. Maaseudulla mielenterveyden ongelmiin on kautta aikain suhtauduttu varauksella; ongelmia on aina ollut, mutta niistä on mieluummin vaiettu kuin puhuttu ääneen. Euroopan Unioniin liittymisen myötä tilanne kuitenkin muuttui. EU toi mukanaan epävarmuuden, pelon toimeentulosta ja perinteiden katkeamisesta – kulttuurin ja koko elämän kokonaisvaltaisesta muutoksesta maaseudulla. EU kosketti kaikkia maaseudun ihmisiä, epäonnistumisessa ei välttämättä ollutkaan enää kyse yksittäisen henkilön epäonnistumisesta, vaan EU:n luomasta ulkoisten olosuhteiden muutoksesta. Ajatukset ihmisten jaksamisesta ja mielenterveydestä alkoivat nousta esiin enenevässä määrin myös maaseudun väestön keskuudessa. ( Sulin A. 2001, 9-10.)

Maaseudun tukihenkilöverkon syntysanat lausuttiin marraskuussa 1996. Aloite tähän tuli viljelijöiltä itseltään. Maatalousyrittäjien järjestöihin ja Melaan oli välitetty viestiä maaseudun väestön taloudellisesta epävarmuudesta ja henkisistä paineista, stressistä ja työuupumuksesta. Myös Suomen Mielenterveysseuran kriisipuhelimiin tuli yhteydenottoja maaseudun ihmisten pahoinvoinnista. Niinpä syksyllä 1996 Maa- ja metsätaloustuottajain keskusliitto (MTK) koollekutsui laajan viljelijäjärjestöjä ja heitä lähellä olevia laitoksia edustavien asiantuntijoiden joukon pohtimaan, mitä olisi tehtävissä maalaisväestön auttamiseksi ja etsimään ratkaisuja monimuotoisille ongelmille. Keskusteluissa rakentui ajatus tuen tarjoamisesta maaseudun väestölle tukihenkilöiden avulla. Suomen Mielenterveysseura oli rakentanut omaa tukihenkilöverkkoaan jo

1980-luvulta lähtien, mutta viljelijöiden omat tukihenkilöt nähtiin tarpeellisiksi, koska kynnys ottaa yhteyttä tukihenkilöön on matalampi silloin, kun tukijaksi saa omaa elämänpiiriä tuntevan ja omasta ammattikunnasta koulutetun ihmisen. Verkon rakentamisen ottivat tehtäväkseen Maa- ja Metsätaloustuottajain Keskusliitto (MTK), Maatalousyrittäjien eläkelaitos (Mela), Maaseudun Sivistysliitto (MSL), Maa- ja Kotitalousnaisten Keskus, Kirkon Diakonia- ja Yhteiskuntatyön Keskus (KDYK) ja Suomen Mielenterveysseura (SMS). Ensimmäiset vapaaehtoiset tukihenkilöt koulutettiin keväällä 1997. Maaseudun tukihenkilöverkko toimi alkuvuosina nimellä viljelijöiden tukihenkilöverkko.

Suomen Mielenterveysseuran kehittämä toimintamalli omalle tukihenkilöverkolleen on ollut perustana Maaseudun tukihenkilöverkon toimintamallin rakentumiselle. Toimintamalli on rakenteeltaan kaksiportainen: verkon toimijoina ovat aluevastaavat ja tukihenkilöt. Alueellisesti tukihenkilöt tekevät varsinaista tukityötä, aluevastaavat järjestävät alueensa tukihenkilöiden tapaamisia, huolehtivat yhteydenpidosta tukihenkilöihin ja tiedottamisesta. Tukihenkilön peruskurssin on käynyt tukihenkilöverkon toiminnan alusta lähtien laskettuna 636 henkilöä ja aluevastaavan peruskurssin 114 henkilöä. Tukihenkilösitoumuksen on tehnyt koulutetuista kaikkiaan 655 henkilöä. Suurin osa aluevastaavista on toiminut ensin tukihenkilönä. Vuonna 2012 aktiivisesti toiminnassa mukana olevia tukihenkilöitä oli 150 henkilöä, joista 130 tukihenkilöä oli antanut nimensä ja numeronsa julkaistaviksi Maaseudun tukihenkilöverkon internetsivuilla, [www.tukihenkilo.fi](http://www.tukihenkilo.fi). Tukihenkilöverkon internetsivuilla vieraili vuoden 2012 aikana 19 185 kävijää. (Maaseudun tukihenkilöverkon Toimintakertomus 2012).

Maaseudun tukihenkilöverkon rakentaminen käynnistettiin syksyllä 1996 Maatalousyrittäjien eläkelaitoksen työturvallisuusrahalla. Euroopan Sosiaalirahastolta (ESR) ja Raha-automaattiyhdistykseltä (RAY) saadulla hankerahoituksella saatiin tukihenkilöverkko rakennettua koko maan kattavaksi vuoden 2000 alussa. Verkon toiminta on edelleen valtakunnallista toimintaa. Nykyisin toiminnan organisointia ja koulutusta rahoitetaan Raha-automaattiyhdistyksen kohdennetulla toiminta-avustuksella. Tukityöstä aiheutuvia kuluja korvataan Maa- ja metsätaloustuottajain Keskusliitossa olevalta lahjoitustililtä. Suurin osa lahjoitustilin tuloista koostuu seurakuntien kolehtikeräyksistä. Tukihenkilöiden tukityö on tuettaville maksutonta, mutta tukihenkilöt voivat laskuttaa Maaseudun tukihenkilöverkolta tukityöhönsä kohdistuvia puhelin- ja matkakuluja.



## 2.2 Koordinaattori ja ohjausryhmä

Maaseudun tukihenkilöverkolla on tällä hetkellä yksi vakituinen työntekijä, verkon koordinaattori. Koordinaattorin työaika on aiemmin ollut 85 %, mutta koska hänen työnkuvansa on laajentunut ja verkon toiminnan kehittämistyötä on ollut paljon, on tänä vuonna tukihenkilöverkolla ensikertaa kokoaikainen työntekijä. Hän hallinnoi Maaseudun tukihenkilöverkon toimintaa kokonaisvaltaisesti koko maassa. Työnsä tukena hänellä on ohjausryhmä.

Ohjausryhmä on taustaorganisaation edustajista koostuva ryhmä, johon kuuluu edustaja jokaisesta taustaorganisaatiosta, paitsi MTK:sta on kaksi edustajaa. Tukihenkilöverkolla on ohjausryhmässä lisäksi kaksi tukihenkilöiden edustajaa.

Ohjausryhmän tehtävänä on toiminnan ohjaus ja rahoituksen seuranta sekä toiminnan yleinen kehittäminen yhdessä koordinaattorin kanssa. Ohjausryhmä päättää vuosittain Maaseudun tukihenkilötoiminnan toiminta- ja taloussuunnitelmasta ja linjaa sitä toiminnan- ja budjetinseurantareporttien pohjalta neljännesvuosittain sekä vahvistaa rahoitushakemuksen ja raportoinnin, päättää erillispäätöksillä varsinaisesta toimintasuunnitelmasta tai budjetista poikkeavista hankkeista sekä tukee ja arvioi koordinaattorin työtä. Jäsentensä kautta ohjausryhmä tuo toimintaan sidosryhmiensä asiantuntemuksen. Maaseudun tukihenkilöverkon toiminnan hallinnoijana toimi pitkään Maaseudun Sivistysliitto ry, kesästä 2013 alkaen on hallinnoijaksi vaihtunut Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto ry. Vaikka tukihenkilöverkolla on useita taustaorganisaatioita, vaatii rahoittaja, että yksi organisaatio toimii toiminta-avustuksen hallinnoijana.

## 2.3 Tukihenkilöverkon taustaorganisaatiot

Maaseudun tukihenkilöverkon taustaorganisaatioihin on vuosien saatossa tullut pieniä muutoksia. Perustajaorganisaatiot ovat pysyneet mukana toiminnassa, joidenkin nimi on hieman muuttunut ja onpa mukaan tullut muutama uusikin järjestö. Nyt syksyllä 2013 Maaseudun tukihenkilöverkon taustaorganisaatiot ovat: Kirkkohallituksen jumalanpalvelus- ja yhteiskuntayksikkö (KJY), Maa- ja metsätaloustuottajain Keskusliitto (MTK), Maa- ja kotitalousnaisten Keskus ry, Maaseudun Sivistysliitto ry (MSL), Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto ry (MTLH), Maatalousyrittäjien eläkelaitos (Mela), Sosiaali- ja terveysministeriö (STM), Suomen Mielenterveysseura (SMS) ja Työterveyslaitos (TTL)

## 2.4 Maaseudun tukihenkilö

Maaseudun tukihenkilöverkon vapaaehtoiset henkilöt toimivat kuuntelijoina, rinnalla kulkijoina, keskustelijoina vaikeissa ja erityisissä elämäntilanteissa, joita nimenomaan maaseudun ihmiset kohtaavat (Maaseudun tukihenkilöverkko 2005). Tuettavien piiri on laaja, käsittäen maatalousyrittäjien lisäksi myös kaikenikäiset maaseudulla asuvat henkilöt. Tukihenkilö on ihminen, joka ymmärtää tuettavan elämäntilanteen maaseudun ihmisen näkökulmasta, oivaltaa maaseudun erityisyyden elinympäristönä, puhuu tuettavan kanssa ”samaa kieltä”. Tuettavan ongelmia pyritään kuuntelemaan vahvistaen hänen omanarvontuntoaan ja omaa selviytymistään. Kaikessa toiminnassa noudatetaan tuettavan tahtoa.

Tukihenkilöverkon tukihenkilöt ovat eri-ikäisiä, erilaisissa elämäntilanteissa olevia, hyvin erilaisia ammattialoja edustavia, tavallisia maaseudun ihmisiä, joita yhdistää halu auttaa. Tukihenkilöiksi haluavat ihmiset on haastateltu, heidät on katsottu tehtävänsä sopiviksi keskustelujen avulla ja he ovat saaneet 38 tuntia kestävästä peruskoulutuksen tukihenkilönä toimimiselle. Tukityö on pääsääntöisesti puhelimitse tapahtuvaa kuuntelua ja keskustelua, mutta toisinaan tukisuhde voi sisältää myös tapaamisia. Tukinet on internetissä toimiva nettituki, jossa koulutetut tukihenkilöt vastaavat sinne lähetettyihin viesteihin. Tukihenkilötoimintansa aluksi tukihenkilö allekirjoittaa Tukihenkilön vaitiolositoumuksen, jossa hän sitoutuu noudattamaan eettisiä periaatteita, joiden mukaan tuen antaminen on täysin luottamuksellista ja avun tarvitsijalle maksutonta. Salassapitosäännökset ovat niin ehdottomat, että niiden rikkominen vie tukihenkilöltä oikeuden toimia tukihenkilönä Maaseudun tukihenkilöverkossa.

## 2.5 Vastaava tukihenkilö/ aluevastaava

Vastaavat tukihenkilöt (nykyisin aluevastaavat) ovat Maaseudun tukihenkilöverkon kantavia voimia. He organisoivat oman alueensa tukihenkilötoimintaa ja toimivat kontaktihenkilöinä. Aluevastaavat huolehtivat tiedottamisesta, työnohjauksesta ja alueensa tukihenkilöiden jatkokouluttamisesta. He myös etsivät aktiivisesti alueeltaan uusia mahdollisia tukihenkilöitä ja valintaprosessissa haastattelevat heidät ennen kuin he voivat hakea tukihenkilön peruskoulutukseen. Aluevastaavien tehtävänä on lisäksi tukihenkilötoiminnan tunnetuksi tekeminen alueellaan sekä joissakin tapauksissa myös tukihenkilöiden välittäminen apua tarvitsevalle maaseudun väestölle. Aluevastaavia toimii Maaseudun tukihenkilöverkossa tällä hetkellä 35 henkilöä 18 maakunnan alueella.

## 2.6 Muu alueellinen toiminta

Erilaiset alueelliset keskusteluryhmät ja alueellinen yhteistyö maaseudun eri toimijoiden kanssa ovat muutamana viime vuonna tuoneet lisäväriä maaseudun tukihenkilötoimintaan. Ryhmissä on keskusteltu erilaisista aiheista joko ryhmän kesken tai sitten niihin on voitu kutsua mukaan luennoimaan jonkin alan asiantuntija tai maaseudun toimija. Kokoontumisten sosiaalinen anti on ollut tärkeä. Tällaisia ryhmiä ovat olleet esim. emäntien keskusteluryhmä, miesten keskustelupiiri ja robottinavettaryhmä. Ryhmien vetäjinä ovat toimineet esimerkiksi tukihenkilö tai aluevastaava.

Vaikka aluevastaavat pääsääntöisesti hoitavatkin oman alueensa työnohjauksen, on joillakin alueilla kokoontunut ulkopuolisen työnohjaajan vetämä työnohjausryhmä. Nämä ryhmät ovat tulleet tarpeeseen, koska tukihenkilöillä on erilaisia tukisuhteita ja tarpeita keskustella niihin liittyvistä asioista. Työnohjauksen käyttö ei ole tukihenkilölle pakollista, mutta erittäin suositeltavaa. On hyvä purkaa vaikeita, tukisuhteissa esille tulleita asioita ammattilaisen kanssa. Työnohjauksen alueelliset tarpeet ovat toki vaihtelevat. Mikäli tukikontakteja on vähän, ei työnohjauksellekaan ole välttämättä kovin suurta tarvetta. Yksilötyönohjaukseen tukihenkilöverkon resurssit eivät tahdo riittää. Aluevastaavan ja tukihenkilön välinen yhteydenpito on silloin tärkeää, jotta tukihenkilö ei jää ongelmatilanteessa yksin.

## 2.7 Yhteistyö muiden toimijoiden kanssa

Maatalousyrittäjien työterveyshuollon toiminta vaihtelee kunnittain ja alueittain. Useissa työterveyshuollon toimipaikoissa aluevastaava tai tukihenkilö osallistuu maatalousyrittäjien työterveyshuollon yhteistyöryhmän toimintaan. Harmittavan paljon on niitä työterveyshuollon toimipisteitä, joissa ei kiinnitetä tarpeeksi huomiota maanviljelijöiden henkiseen jaksamiseen.

Syksyllä 2007 aloitettu yhteistyö Vammalan kriisikeskuksen Tukinetin kanssa on jatkunut ja laajentunut. Toimintaa on seurattu Tukinetin tilastoista saadun tiedon avulla. Vuonna 2012 Tukinetissä toimi kolme tukihenkilöverkon tukihenkilöä. He olivat vastanneet Tukinetin kautta tulleisiin viesteihin 123 kertaa toimintavuoden aikana. Tuki oli kohdistunut 39:n autettavaan. Tämä on osoitus nettituen yleistymisestä ja siitä, että se koetaan helppona, matalan kynnyksen tukimuotona. Tukinetissä on lisäksi avoin keskusteluryhmä otsikolla ”Elämää maaseudulla”. Keskusteluryhmään jätettiin

viime vuoden aikana yli 200 viestiä, niitä on luettu tuhansia kertoja ja keskusteluun vastattu tai osallistuttu kymmeniä kertoja. (Maaseudun Tukihenkilöverkon Toimintakertomus 2012).

## 2.8 Tukihenkilötoiminnan seuranta ja raportointi

Maaseudun tukihenkilöverkon toimijat seuraavat verkon toimintaa erilaisilla raportointilomakkeilla. Maaseudun tukihenkilöt vastaavat puheluihin yleensä kotonaan ja tekevät jokaisen tuettavan kanssa suullisen tukisuunnitelman, jossa he yhdessä sopivat tukisuhteen tarpeesta ja yhteydenpidon määrästä. Toiminnan seuranta- lomake on tukihenkilön työväline, johon hän voi merkitä itselleen muistiin tietoja tuettavan elämäntilanteesta, yhteydenoton aiheista sekä arviota tuettavan tilanteen muutoksesta tukisuhteen aikana. Toiminnan seurantalomake uudistuu ensi vuoden 2014 alusta lukien, liitteenä uusittu lomake (LIITE 3) Näiden toiminnan seurantalomakkeiden pohjalta tukihenkilön on helppo siirtää tiedot tilastointilomakkeelle. Tukihenkilöt täyttävät nämä tilastointilomakkeensa pääsääntöisesti kerran vuodessa, loppuvuodesta. Tukihenkilön tilastointilomakkeella kysytään kohtaamisten ja puheluiden määriä sekä tukikontaktien syitä. Vuonna 2012 tilastoitiin ensimmäistä kertaa, kuinka moneen eri tuettavaan tukikerrat ovat kohdistuneet. Aiemmin on tilastoitu vain tukikontaktien kokonaismäärää.

Aluevastaavien lomakkeilla kysytään välittömän ja välillisen työn tuntimääriä. Välittömää työtä on mm. tukihenkilön kouluttaminen, puhelinkontaktit tukihenkilöiden kanssa, kaikki muu suora toiminta ja tukihenkilöön kohdistuva toiminta. Välilliseksi työksi taas lasketaan tukihenkilötyöstä aiheutuvien laskujen käsittely, postitus, tilastojen täyttäminen, tiedottaminen, oma kouluttautuminen ja muu tukihenkilötoimintaan liittyvä työ. Aluevastaavat toimivat osin myös tukihenkilöinä ja raportoivat tällöin myös tukikontakteistaan.

Tukihenkilötoiminnan seuranta on tärkeää rahoittajaa varten, jotta tukihenkilötoiminnan tarpeellisuus tulee todennettua. RAY:n seurantakäytäntö edellyttää, että tukea saavat järjestöt tuottavat tietoa, joka raportoidaan rahoittajalle. Toiminnan arviointi on yksi kehittämisen väline, jonka kautta on mahdollista pohtia, mitä tehdään, kenelle, miksi ja millä tavalla. Järjestöt ovat tilivelvollisia osoittamaan jäsenistölleen, rahoittajilleen ja muille sidosryhmille, mitä toiminnalla on saatu aikaiseksi. Tukihenkilötoimin-

nan tilastointi antaa tarpeellista tietoa myös itse tukihenkilöverkolle. Tukikontaktien aiheet antavat viitteitä jatkokoulutusten aiheille.

## 2.9 Yhteydenottomäärät ja syyt vaihtelevat

Tukihenkilötoiminnan tilastointi on kautta vuosien ollut vaihtelevaa. Koordinaattorin vaihtuminen usein ja hänen tukihenkilötoimintaan kohdistuneen työaikansa prosentuaalinen vähäisyys ovat olleet syynä siihen, että tilastot tukihenkilötoiminnan koko ajanjaksolta eivät ole verrannollisia keskenään. Tukikeskustelujen aiheet ovat tukihenkilöiden raporteissaan kirjoittamia keskustelun aiheita, eivät aukikirjoitettuja, tarkkoja nimikkeitä tuettavien ongelmista. Vaikka vuosittaiset yhteydenottomäärät ovatkin pysyneet lähes vakiona, yhteydenottojen syyt ovat vuosi vuodelta muuttuneet monimutkaisemmiksi ja usein tuen tarvitsija onkin moniongelmainen. Tukikontaktimäärien vertaamista keskenään vuosittain vääristää sekin, että vasta vuodesta 2012 alkaen on tilastoinnissa otettu huomioon tuen kohdistumiskerrat/tuettava. Monesti tukisuhde vaatii useita puheluita ja/tai kohtaamisia, joskus jopa vuosia jatkuvan yhteistyön. Tukihenkilön tapa täyttää tilastolomaketta onkin tässä erityisasemassa; toinen tukihenkilö voi täyttää yhden henkilön jokaisen yhteydenoton eri kerraksi, toinen taas yhden tuettavan kaikki yhteydenotot ja tapaamiset vain yhdeksi tapahtumaksi. Tilastointilomakkeiden täyttämiseen kaivattaisiinkin kenties jonkinasteista ohjeistusta, jotta jokainen osaisi täyttää lomakkeen samalla tavalla.

Seuraavassa tarkastelen Maaseudun tukihenkilöverkon Toimintakertomusten pohjalta yleisimpiä tukikontaktien aiheita vuosilta 2007 – 2009. Käyn läpi vuosittain kolme suurinta yhteydenottoaihetta.

### 2.9.1 Tukikontaktien aiheet vuosina 2007 – 2009

Ongelmat pari-, perhe- ja ihmissuhteissa olivat selvästi suurin syy yhteydenottoihin vuonna 2007. Niiden yhteenlaskettu määrä oli peräti 28 % kaikista tukikeskusteluista. Sairaudet aiheuttivat keskusteluja 16 % ja mielenterveysongelmat sekä masennus kolmanneksi eniten, 10 %. Ammattiavun saamisen vaikeutuminen varsinkin mielenterveyspuolella oli nostettu esille tukisuhteiden vaikeudesta keskusteltaessa. Samoin turvakotien puute on tuonut ongelmia maaseudulla. Uhkaavan tilanteen sattuessa ihmisillä ei ole oikein paikkaa, mihin mennä turvaan. Naapuriapua ei välttämättä ole saatavilla tai sitä ei uskalleta hakea.

Vuonna 2008 suurimpana syynä yhteydenottoihin olivat monenlaiset ongelmat ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa, yhteensä 27 %:lla yhteyttä ottaneista. Yksinäisyys oli etenkin vanhemman väestön ongelma. Yksinäisyyttä koki 11 % yhteydenottajista. Masennus nousi yhteydenottojen syistä seuraavalle sijalle 13:lla prosentilla. Masennuksen taustalla oli joissakin tapauksissa sairautta, yksinäisyyttä, loppuun palamista tai väsymistä. Toisinaan masennukseen liittyi runsas alkoholin käyttö.

Suurimmaksi syyksi yhteydenottoihin vuonna 2009 oli noussut yksinäisyys 16 prosentilla. Yksinäisyyttä tunsivat ikääntyneet yksin asujat maaseudulla, mutta myös sukupolvenvaihdon myötä tilalta pois muuttaneet. Seuraavana olivat erilaiset vakavat sairaudet, 14 %. Sairaudet lisäsivät usein toisen puolison työmäärää ja heikensivät tilan taloudellista tilannetta. Mielenterveydellisten ongelmien osuus oli 9 % yhteydenottoista. Ongelmat mielenterveyden saralla olivat usein pitkäkestoisia ja yhteydenotto- ja tukihenkilön ja tuettavan välillä oli viikoittain, jopa useamminkin.

Tarkastelen seuraavassa tarkemmin tukihenkilökontaktien määriä ja syitä kolmen viime vuoden ajalta. Koordinaattori Ritva Lampelan mukaan tilastoja on kautta vuosien kirjattu ja vedetty yhteen niin eri lailla, ettei niitä voida juurikaan luotettavasti vertailla. Minulla ei ole ollut käytettävissäni tilastotietoja tukihenkilötyöstä ennen vuotta 2007.

## 2.9.2 Tukikontaktien määrät ja aiheet vuosina 2010- 2012

TAULUKKO 1. Vuosi 2010 Tukikontaktien aiheet, % kokonaismäärästä. Taulukossa on laskettu yhteen kohtaamiset ja puhelut, N= 4314

Aiheet	%
Yksinäisyys	20
Sairaudet	13
Masennus	12
Mielenterveysongelmat	9
Ongelmat perhesuhteissa	7
Parisuhdeongelmat	5
Avioerot kriiseineen	4
Taloudelliset vaikeudet	4
Kuolema	4
Työssä jaksaminen ja työuupumus	4
Ihmissuhdeongelmat	2
Epävarmuus tulevaisuudesta ja EU	2
Omaishoitajan jaksaminen	2
Tapaturmat, moniongelmaisuus, päihteet, väkivaltaisuus, itsemurhat, riidat, huoli läheisistä, oikeudellinen apu, kukin 1 %	8
Muut syyt (perintöasiat, sukupolvenvaihdos, käytännön apu, tulipalot, yms.)	4
<b>Yhteensä</b>	<b>100</b>

Taulukossa 1 näemme tukikontaktien syyt vuoden 2010 tilastojen pohjalta. Puheluja on tukihenkilöille ollut yhteensä 2595 kpl ja tukihenkilöiden kohtaamisia tuettavien kanssa 1719 kpl. Yhteensä 4314 kontaktia. Näitä kontakteja yhteensä on taulukossa merkitty N-kirjaimella. Tukikontaktien aiheet on laskettu prosentteina kontaktien kokonaismäärästä. Vuoden 2010 tilastoissa eniten tukea on tarvittu yksinäisyyteen, sairauksiin ja erilaisiin mielenterveysongelmiin. Ongelmat parisuhteissa ja perhesuhteissa ovat nekin olleet melko yleisiä yhteydenottoesityitä. (Maaseudun Tukihenkilöverkko, Toimintakertomus 2010).

Taulukko 2. Vuosi 2011 Tukikontaktien aiheet, % kokonaismäärästä. Taulukossa on laskettu yhteen kohtaamiset ja puhelut, N= 3404

Aiheet	%
Avioero	20,6
Sairaudet	16,1
Alkoholi	10,6
Mielenterveysongelmat	9,6
Yksinäisyys	6,3
Perheen ongelmat	5,2
Arkielämän ongelmat	5,2
Taloudelliset vaikeudet	5,0
Muu tuki; haudalla käynti, harrastuksiin meneminen, mielenterveystoimistossa käynti	5,0
Parisuhdeongelmat	3,5
Kuolemaan liittyvät asiat	3,4
Pelko tulevaisuudesta	2,1
Työuupumus, väsymys	1,4
Maahanmuutto	1,0
Muut syyt (hyväksikäyttö, narsismi, perheväkivalta, suru)	3,6
Yhteensä	100

Taulukossa 2 on tukikontaktien aiheet vuodelta 2011. Puhelujen ja kohtaamisten yhteismäärä, 3404 kpl, pitää sisällään 1811 puhelua ja 1593 tapaamista. Näitä kontakteja yhteensä on taulukossa merkitty N-kirjaimella. Tukikontaktien aiheet on laskettu prosentteina kontaktien kokonaismäärästä. Vuoden 2011 tilastoissa on tuettavia puhuttanut selkeästi eniten avioero ja siihen liittyvät asiat. Sairauksien ja mielenterveysongelmien ohella alkoholi on noussut tukihenkilöiden eniten kohtaamien aiheiden joukkoon. Maaseudun Tukihenkilöverkko, Toimintakertomus 2011).



Taulukko 3. Vuosi 2012 Tukikontaktien aiheet, % kokonaismäärästä. Taulukossa on laskettu yhteen kohtaamiset ja puhelut, N= 1397

Aiheet	%
Parisuhteeseen liittyvät asiat	30
Sairaudet	16
Työpaineet	10
Yksinäisyys	9
Avioero	7
Perheeseen ja lapsiin liittyvät ongelmat	6
Ihmissuhdeongelmat	5
Taloudelliset vaikeudet	5
Muu tuki; haudalla käynti, harrastuksiin meneminen, mielenterveystoimistossa käynti	4
Kuolemaan liittyvät asiat	3
Masennus	2
Huoli tulevaisuudesta	2
Mielenterveyteen liittyvät asiat	1
Yhteensä	100

Taulukossa 3 näemme tukikontaktien syyt vuoden 2012 tilastojen pohjalta. Puheluja on tukihenkilöille tullut yhteensä 999 kpl ja tukihenkilöiden kohtaamisia tuettavien kanssa 398 kpl. Yhteensä 1397 kontaktia. Vuoden 2012 aikana tuki kohdistui 343:n tuettavaan. Näitä kontakteja yhteensä on taulukossa merkitty N-kirjaimella. Tukikontaktien aiheet on laskettu prosentteina kontaktien kokonaismäärästä. Parisuhteeseen liittyvät asiat ovat olleet selkeästi vuonna 2012 eniten puhuttanut tukisuhdeaihe, ollen lähes kolmasosa kaikista yhteydenotoista. Sairauksien ja yksinäisyyden lisäksi ovat työn aiheuttamat paineet nousseet selkeiksi yhteydenottojen aiheiksi. (Maaseudun Tukihenkilöverkko, Toimintakertomus 2012).

### 3 TUTKIMUKSEN TAVOITE

Maaseudun tukihenkilöverkon koordinaattorin toteuttaman tutkimuksen tarkoituksena oli kartoittaa tukihenkilöiden tarpeita ja tavoitteita koulutusten suuntaamisesta ja tukihenkilötoiminnan kehittämisestä. Myös rahoituksen varmistaminen tulevaisuudessa vaatii taustatietoja tukihenkilöverkon toiminnasta. Tutkimuksen kohderyhmänä olivat Maaseudun tukihenkilöverkossa valtakunnallisesti tukihenkilöinä toimivat henkilöt sekä aluevastaavat. Tukihenkilöverkko sai uuden koordinaattorin vuoden 2012 alusta edellisen jäätyä eläkkeelle vuoden 2011 syksyllä. Tutkimuksen teettäminen kumpusi hänen halustaan päästä jyvälle siitä, missä tukihenkilöverkossa mennään nyt ja mitä asioita tulevaisuudessa pitäisi kenties muuttaa.

Tutkimuslomakkeen yhteydessä lähetettiin tukihenkilöille myös yhteystietolomake, johon pyydettiin jokaista päivittämään yhteystietonsa tukihenkilöverkon osoiterekisterin ajantasaistamiseksi. (LIITE 1) Maaseudun Tukihenkilöverkko noudattaa henkilötietolakia 523/1999 ja laatii rekisterinsä henkilötietolain § 10 mukaisesti. Tukihenkilöverkon internetsivuilla, [www.tukihenkilo.fi](http://www.tukihenkilo.fi), kerrotaan alueellisesti vain tukihenkilöiden nimet ja puhelinnumerot.

#### 3.1 Tutkimusmenetelmät

Minulla oli opinnäytetyön tekijänä jo alun perin aikomus tehdä opinnäytetyöni tueksi jonkinlainen tutkimus. Pähkäillessäni mahdollisuksiani kyselytutkimuksen tekemiseksi tukihenkilöiden saamien yhteydenottojen syistä ja niiden mahdollisista muutoksista koko tukihenkilötoiminnan aikajänteellä, tarjosikin tukihenkilötoiminnan koordinaattori minulle valmista aineistoa hieman eri aiheesta. Hänen tekemänsä tutkimuslomake oli tehty häntä kiinnostavista, hänen työssään tärkeinä pitämistään asioista. Kyselylomakkeella tiedusteltiin erilaisin väittein tukihenkilöiden mielipidettä tukihenkilötoiminnan kehittämistä sekä tukihenkilöiden koulutus- ja työnohjaustarpeita tulevia koulutuksia varten. Tietoa vastauksista tarvittiin kipeästi, mutta kiireinen koordinaattori pelkäsi tutkimusaineiston jäävän kiireen jalkoihin. Niinpä vaihdoin oman tutkimukseni valmiiseen aineistoon, jota analysoin. Tutkimuksen aineisto on kerätty heinäkuussa vuonna 2012, lähettämällä postitse kyselylomakkeet Maaseudun tukihenkilöverkon aktiivisesti toimiville tukihenkilöille sekä aluevastaaville. Tukihenkilöt saivat vastata kyselyyn nimettöminä.

Tutkimusmenetelmänä opinnäytetyössä on käytetty kvantitatiivista kyselytutkimusta. Kvantitatiivista tutkimusta voidaan kutsua myös tilastolliseksi tutkimukseksi. Tutkimusmenetelmän avulla pyritään selvittämään prosenttiosuuksiin ja lukumääriin liittyviä epäselvyyksiä sekä asioiden välisiä riippuvuuksia. Otoksen tulisi tällöin olla riittävän edustava ja tutkimuslomakkeella vastausvaihtoehtoja. Aineistoa voidaan kuvata numeerisesti ja tulokset esitetään yleensä kuvioina tai taulukkomuodossa. (Heikkilä 2004, 16). Tiedonkeruumenetelmänä on käytetty kyselylomaketta (LIITE 1), joka koostuu avoimista kysymyksistä, suljetuista eli vaihtoehdon antavista kysymyksistä sekä mielipideväittämistä, joista vastaaja voi olla joko täysin samaa mieltä, täysin eri mieltä tai jotakin siltä väliltä. Vastaajille esitettiin väittämiä, joissa vastausvaihtoehtojen asteikko oli 5-portainen, ns. Osgoodin asteikko. (Heikkilä 2004, 54) Tutkimuslomakkeen lopussa oli vielä yksi sekamuotoinenkin kysymys, jossa vastausvaihtoehtoja muutama oli mainittu ja yksi oli avoin. (Heikkilä 2004, 52). Vastausmahdollisuuksia ei ollut juurikaan ohjeistettu, vaan moneen kysymykseen oli varattu vastausvaihtoehtojen lisäksi avointa vastustilaa. Vastaajat olivat kirjoittaneet omin sanoin ajatuksiaan kyselyn avoimiin vastauskohtiin, josta ne on koottu yhteen, tuomaan lisäarvoa ja -informaatiota vastauksiin ja koordinaattorille (LIITE 2).

### 3.2 Tutkimusaineiston analyysi

Kyselylomakkeita oli lähetetty kaikkiaan 320 kappaletta ja niitä palautui 134. Kyselylomake oli lähetetty kaikille tukihenkilösitoumuksen tehneille tukihenkilöille ja aluevastaaville, jotka olivat olleet viime vuosina mukana toiminnassa. Kyselyn mukana vastaajille lähetettiin lisäksi yhteystietolomake, johon heitä pyydettiin päivittämään yhteystietonsa ja halukkuutensa toimia jatkossakin tukihenkilönä. Tukihenkilötoiminnasta pois jääneet tukihenkilöt eivät palauttaneet kumpaakaan lomaketta. Pääosin lomakkeet oli täytetty asianmukaisesti, mutta osassa lomakkeista oli myös puutteita. Kaksipuoleisesta kyselylomakkeesta oli täytetty esimerkiksi vain toinen puoli tai koko lomakkeesta vain muutama kohta. Joistakin kysymyksistä oli valittu turhankin monta vastausvaihtoehtoa. Lomakkeet numeroitiin siinä järjestyksessä kuin ne olivat kansiossa, johon koordinaattori oli ne kerännyt. Kerätyn aineiston analysointi on tehty SPSS-tilasto-ohjelmalla.

### 3.3 Kyselylomake

Kyselylomake on tämän opinnäytetyön liitteenä (LIITE 1), mutta esittelen tässä lyhyesti kysymykset sekä niiden sisältöä.

1. Tukihenkilötyöni on alkanut vuonna? – Vastaajan tukihenkilötyön alkamisvuosi
2. Tuettavien määrä viimeisen kahden vuoden aikana? Vastaukseksi odotettiin tuettavien kappalemäärää. Kysymyksessä ei oltu eritelty tukisuhdetta sen kummemmin. Puhelinkeskustelut, tapaamiset, Tukinetin ja sähköpostin avulla tapahtuneet yhteydenpidot oletetaan lasketun yhteen.
3. Tukikohtaamiset ovat pääsääntöisesti olleet? - Vastausvaihtoehtoina "puhelin yhteys", "tapaaminen" tai "internet". Vastaaja voi valita useita vaihtoehtoja.
4. Oletko osallistunut tukihenkilöverkon koulutuksiin viimeisen kahden vuoden aikana? – Vastausvaihtoehtoina "peruskoulutus", "jatkokoulutus" tai "tukisuhteen rikastuttamiskurssi". Vastaaja voi valita useita vaihtoehtoja.
5. Onko alueellanne aluetapaamisia? – Vastausvaihtoehtoina "kyllä, säännöllisesti", "satunnaisesti" tai "ei". Vastaukseksi vain yksi vaihtoehto.
6. Oletko osallistunut niihin? – Vastausvaihtoehtoina "kyllä, säännöllisesti tai lähes säännöllisesti", "satunnaisesti" tai "en ole". Vain yksi vastausvaihtoehto.
7. Kuinka usein aluetapaamiset järjestetään? – Vastausvaihtoehtoina "1 kertaa/kuukausi", "joka toinen kuukausi", "2-4 kertaa/vuosi" tai "1 kerta/vuosi". Vain yksi vastausvaihtoehto.
8. Onko alueellanne työnohjausta? – Vastausvaihtoehtoina "kyllä, säännöllisesti", "satunnaisesti" tai "ei". Vain yksi vastausvaihtoehto.

9. Osallistutko työnohjaukseen? – Vastausvaihtoehdot ”kyllä”, ”en” tai ”joskus”. Vain yksi vastausvaihtoehto.
10. Kuinka usein työnohjaus järjestetään? – Vastausvaihtoehtoina ”1 kertaa/kuukausi”, ”joka toinen kuukausi”, ”2-4 kertaa/vuosi” tai ”1 kerta/vuosi”. Vain yksi vastausvaihtoehto.
11. Saatko mielestäsi riittävästi tukea aluevastaavalta? - Vastausvaihtoehtoina ”kyllä”, ”en”, ”joskus” tai ”en ole tarvinnut aluevastaavan tukea”. Lisäkysymyksenä tiedusteltiin aluevastaavalta kaivatun tuen laatua. Vastaukset koottu liitteessä yhteen (LIITE 2)
12. Saatko mielestäsi riittävästi tietoa ja tukea koordinaattorilta? - Vastausvaihtoehtoina ”kyllä”, ”en”, ”joskus” tai ”en ole tarvinnut koordinaattorin tukea”. Lisäkysymyksenä tiedusteltiin, millaista tukea koordinaattorilta kaivattaisiin. Vastaukset koottu liitteeseen (LIITE 2)

Toiveita Tukihenkilöverkon kehittämisen suhteen kysyttiin monivalintaväittämillä, joiden vastausvaihtoehdot olivat ”täysin samaa mieltä”, melko samaa mieltä”, ”en samaa enkä eri mieltä”, ”melko eri mieltä” sekä ”täysin eri mieltä”.

1. Toivon, että jatkokoulutukset järjestetään alueellisesti 1 krt/vuosi.
2. Alueellisen koulutuksen kesto 1 pv.
3. Alueellisen koulutuksen kesto 2 pv.
4. Toivon, että kerran vuodessa järjestetään valtakunnallinen seminaari.
5. Koulutukseen hakeudutaan täyttämällä ilmoittautumislomake, jolla kartoitetaan tarve ja aiemmat koulutukset.
6. Ryhmätyönohjaus on tarpeellinen.
7. Yksilötyönohjaus on tarpeellinen.
8. Tukisuhteen rikastuttamispäivät ovat tarpeellisia.
9. Tulisiko tukihenkilönä toimimiselle olla yläikäraja?
10. Tulisiko aluevastaavana toimimiselle olla yläikäraja?

Kahdessa viimeisessä kysymyksessä pyydettiin rengastamaan vastaajan mielestä paras, sopivin vaihtoehto.

1. Hyvä koulutuspaikka on? – Vastausvaihtoehtoina ”kaupungin hotelli”, ”kurssikeskus” tai ”joku muu: mikä?” Vastaukset koottu yhteen liitteessä (LIITE 2).
2. Hyvä ryhmä koko koulutukselle on? – Vastausvaihtoehtoina ”alle 10 hlöä”, ”10 -15 hlöä”, ”15 -20 hlöä” tai ”yli 20 hlöä”.

Kyselylomakkeen lopuksi oli tilaa vapaalle sanalle. Siinä vastaajilla oli mahdollisuus kertoa näkemyksiään kaikesta mahdollisesta mieltä painavasta tukihenkilötyöhön liittyvästä asiasta sekä ottaa kantaa kyselylomakkeessa viitattuihin asioihin. Nämä ”Mitä muuta haluat sanoa?” – kysymykset on koottu yhteen liitteessä (LIITE 2).

#### 3.4 Tutkimuksen validiteetti ja reliabiliteetti

”Tutkimuksessa pyritään välttämään virheiden syntymistä, mutta silti tulosten luotettavuus ja pätevyys vaihtelevat”. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 226.) Siksi kaikissa tutkimuksissa koetetaan arvioida tutkimuksen luotettavuutta.

Validiteetti tarkoittaa mittauksen tai tutkimusmenetelmän oikeellisuutta eli mitataanko eksaktisti sitä, mitä tutkimuksella oli tarkoituskin mitata. Validius on pääsääntöisesti systemaattisen virheen puuttumista. Tutkijalla täytyy olla tutkimukselleen tarkat tavoitteet ja mitattavat muuttujat ja käsitteet tulee olla määritettyjä. Mittareiden tulee mitata oikeita asioita ja kattaa tutkimusongelma kokonaisuudessaan. (Heikkilä 2004, 29).

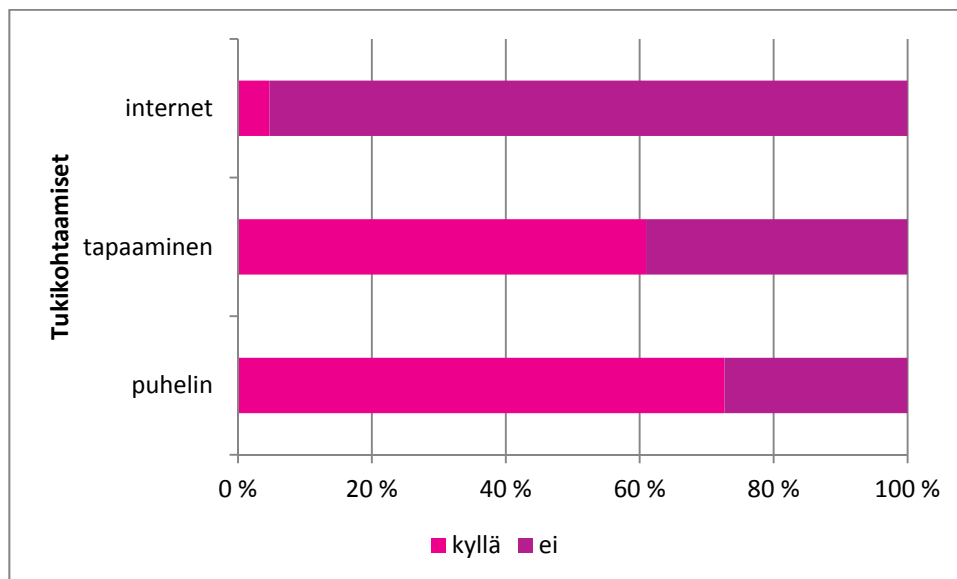
Reliabiliteetilla tarkoitetaan mittaustulosten toistettavuutta samanlaisin tuloksin. Tutkimuksesta saadut tulokset eivät saa olla sattumanvaraisia, vaan tutkijan tulee olla kaikissa tutkimuksen vaiheissa tarkkana mahdollisten virheiden varalta. Sisäinen reliabiliteetti voidaan todeta toistamalla mittaaminen samassa tutkimuksessa, ulkoinen siten, että mittaukset ovat toistettavissa muissakin vastaavissa tutkimuksissa ja tilanteissa. (Heikkilä 2004, 30).

Mielestäni tutkimuksen validiteetti ja reliabiliteetti täyttyvät. Tutkimuslomakkeella kysytyt asiat selviävät saadusta vastausaineistosta ja mittaustulokset on tarvittaessa myös toistettavissa. Tutkimuksen luotettavuutta heikentää mielestäni hieman joidenkin vastaajien tyhjiksi jättämät kohdat ja vastaavasti vastausvaihtoehtojen liika valitseminen. Väittämäkohdissa oli yhden vastausvaihtoehdon rengastaminen ollut toisinaan melko villiä. Mikäli vastaaja oli valinnut asteikolta useita vaihtoehtoja, otin aina huomioon negatiivisemmän vaihtoehdon.

#### 4 TUTKIMUSTULOKSET JA NIIDEN TARKASTELUA

Kyselytutkimuslomakkeen palautti siis kaikkiaan 134 Maaseudun tukihenkilöverkon tukihenkilöä. Vastaajien tukihenkilötyö Maaseudun tukihenkilöverkossa oli alkanut vuosien 1990 ja 2012 välillä, keskiarvona tukihenkilötyö oli kestänyt 9.95 vuotta. Eniten tukihenkilötyön aloittajia tutkimuksen mukaan oli vuosina 1998 ja 2000 (17 henkilöä kumpanakin vuonna). Ensimmäiset vapaaehtoiset tukihenkilöt koulutettiin kuitenkin vasta keväällä 1997, joten ainakin 11 henkilöä on ymmärtänyt kysymyksen väärin. He ovat voineet toimia tukihenkilönä jossakin toisessa organisaatiossa tai jollekin yksityishenkilölle. Vastauksista ei käynyt myöskään ilmi, ovatko tukihenkilöt olleet tukityössään koko ajan vai ovatko he pitäneet välillä taukoa.

Tuettavien määrä viimeisen kahden vuoden aikana vaihteli 0 – 38 välillä, keskiarvon ollessa 4,89 tuettavaa/tukihenkilö. Tuettavia ei ollut lainkaan viimeisen kahden vuoden aikana 15%:lla vastaajista, 66,6 %:lla vastaajista oli ollut 0-4 tuettavaa viimeisen kahden vuoden aikana, vain 4,2 %:lla tuettavia oli ollut yli 20. Vastauksista ei käynyt ilmi, oliko tuettavien tukisuhteet puhelimeen, Tukinettiin vai tapaamisiin pohjautuvia. Joku oli maininnut tukisuhteiden lisäksi tuettavikseen myös ystävät ja tuttavat, joka ei liene ollut yleinen käytäntö vastauksissa.

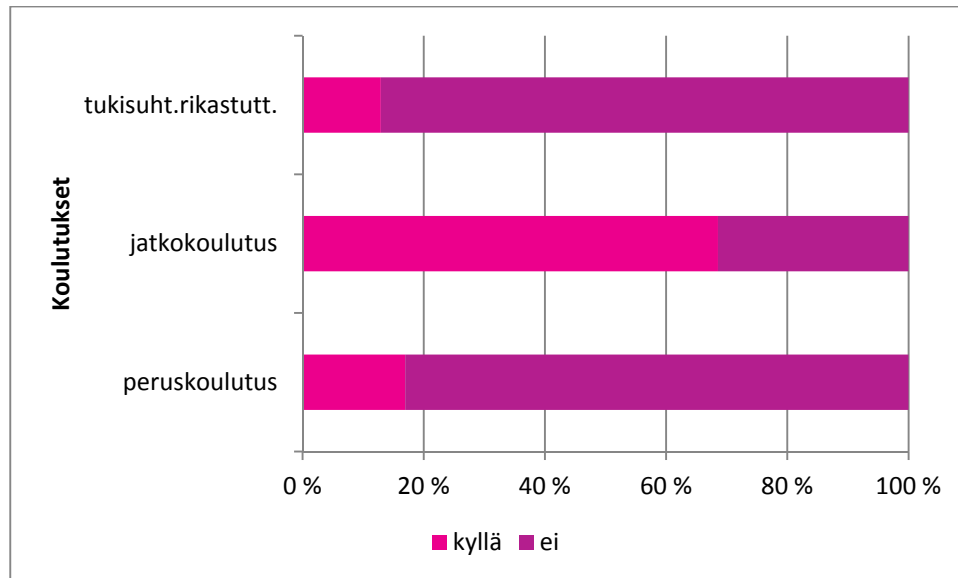


Kuvio 1. Vastaajien (n=128) tukikohtaamiset pääsääntöisesti puhelimitse

Tukikohtaamiset ovat pääsääntöisesti tapahtuneet puhelimitse ja tapaamalla. Puhelin on ollut kaikkein suosituin kohtaamisen muoto (72,7 % vastaajista). Tuettavaa on käynyt tapaamassa 60,9 % vastanneista. Vastaajista vain 6 henkilöä (4,7 %) oli koh-



dannut tuettavansa internetin välityksellä. Vastaajista osa valitsi useamman kuin yhden vastausvaihtoehdon.



Kuvio 2. Vastaajien (n=124) osallistuminen koulutuksiin viimeisen kahden vuoden aikana

Tukihenkilöverkon järjestämiin koulutuksiin viimeisten kahden vuoden aikana on osallistunut kiitettävä määrä tukihenkilöitä. Peruskoulutukseen oli osallistunut 16,9 % vastaajista, jatkokoulutukseen 68,5 % vastaajista ja tukisuhteen rikastuttamiskurssille 12,9 % kyselyyn vastanneista. Peruskoulutus järjestetään yleensä kerran vuodessa, uusille tukihenkilöille. Jatkokoulutukset on yleensä järjestetty eri puolille maata niin, että mahdollisimman moni pääsisi niihin mukaan. Jatkokoulutuksissa on vuosittain vaihtuva teema, lähinnä sellainen, jonka läpikäynnistä hyötyisi mahdollisimman moni tukihenkilö. Teema on monesti löytynyt edellisvuoden tilastoista nousseista tuettavien yhteydenottojen aiheista, esimerkiksi vuonna 2012 jatkokoulutuksen aiheena oli ollut ”Kaaos mielessä ja kukkarossa – taloudelliset huolet ja niiden vaikutus mieleen ja uupuminen”. Tänä vuonna jatkokoulutuksen aihe oli ”Kriisit ja mielenterveysongelmat”. Tukisuhteen rikastuttamiskurssin tavoitteena on syventää ja monipuolistaa pitkään jatkuneen tukisuhteen mahdollisuuksia. Lisäksi tukisuhteessa oleville annetaan ammatillista työnohjausta tukisuhteen eteenpäin viemiseksi.

Aluetapaamisia on tukihenkilöiden mielestä säännöllisesti 48,4 %:lla vastaajista, satunnaisesti 36,1 %:lla ja ei lainkaan 14,8 %:lla. Suurin osa aluetapaamisista on 2-4 kertaa vuodessa (46,2 %) tai kerran vuodessa (43 %). Kerran kuukaudessa tai joka

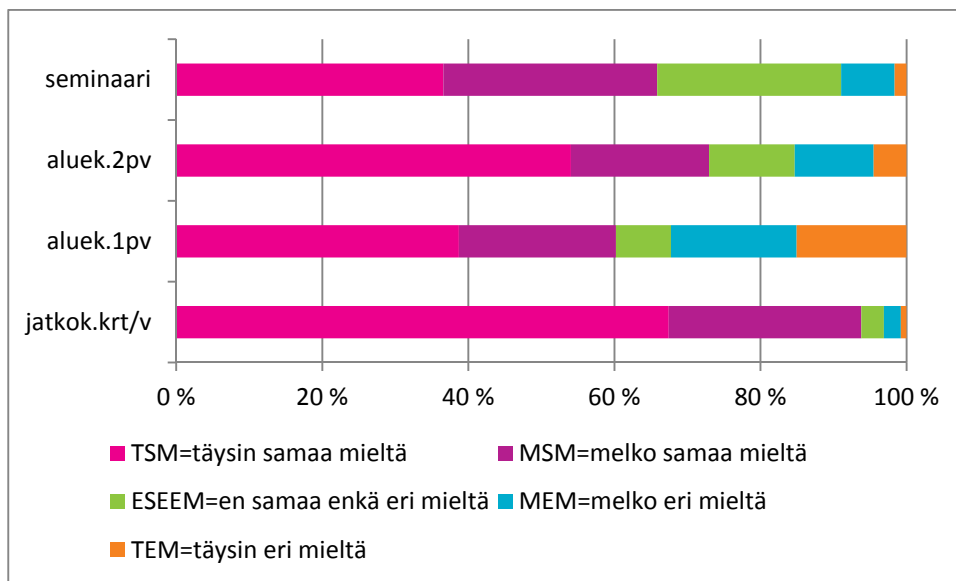
toinen kuukausi aluetapaaminen on verrattain harvinaista (yhteensä 10,8 %:lla). Tukihenkilöiden oma osallistuminen vaihtelee. 60,3 % vastaajista osallistuu aluetapaamisiin säännöllisesti, 19,8 % satunnaisesti ja 19,8 % ei osallistunut aluetapaamisiin lainkaan. Lisäkommentteina joissakin vastauksissa oli, että osallistuisi kyllä aluetapaamisiin, mikäli niitä vain olisi ja mikäli niistä tiedotettaisiin tarpeeksi hyvissä ajoin. Aluetapaamisten määrää vuosittain ei ilmeisesti tiedetä, koska vastaajista 41 henkilöä jätti vastaamatta ko. kohtaan.

Työnohjausta oli vastaajien alueilla säännöllisesti 27,5 %:lla, satunnaisesti 40,4 %:lla ja ei lainkaan 32,1%:lla tukihenkilöistä. Yleisimmin työnohjausta oli kerran vuodessa (52,3%) tai 2-4 kertaa vuodessa (29,2%). Tätä useammin työnohjausta oli vain 18,5 %:lla vastaajista. Työnohjauksen kertoja/vuosi vääristää se, että kohtaan ”kuinka usein työnohjaus järjestetään” jätti vastaamatta 69 henkilöä, yli 50 % vastaajista. Ilmeisesti se, että melkein kolmasosan vastaajista alueella ei työnohjausta ollut, vaikuttaa tähänkin. Niillä alueilla, joilla työnohjausta järjestettiin, siihen myös verrattain hyvin osallistuttiin. Työnohjaukseen osallistui vastaajista säännöllisesti 48,5 %, joskus 22,2 %. Vastaajista 29,3 % ei osallistunut työnohjaukseen. Tukihenkilöistä 35 ei vastannut tähän lainkaan.

Tukihenkilöt kokivat saavansa tukityöhönsä hyvin tukea ja tietoa niin aluevastaavilta kuin koordinaattoriltakin. Aluevastaavilta sai riittävästi tukea 45,0 % vastaajista, 12,8 % sai tukea joskus ja 30,3 % ei ollut tarvinnut aluevastaavien tukea. Vain 11,9 % vastanneista koki, ettei ollut saanut riittävästi tukea aluevastaavaltaan. Kyselylomakkeen avoimissa vastauskohdissa tukea kaivattiin yhteydenottojen muodossa, keskustelu-avuksi ja järjestämään erilaisia tapahtumia, joissa oman alueen tukihenkilöille olisi tarjolla virkistystä ja tarvittaessa työnohjausta vaikeiden tukiasioiden läpikäyntiin. (LIITE 2).

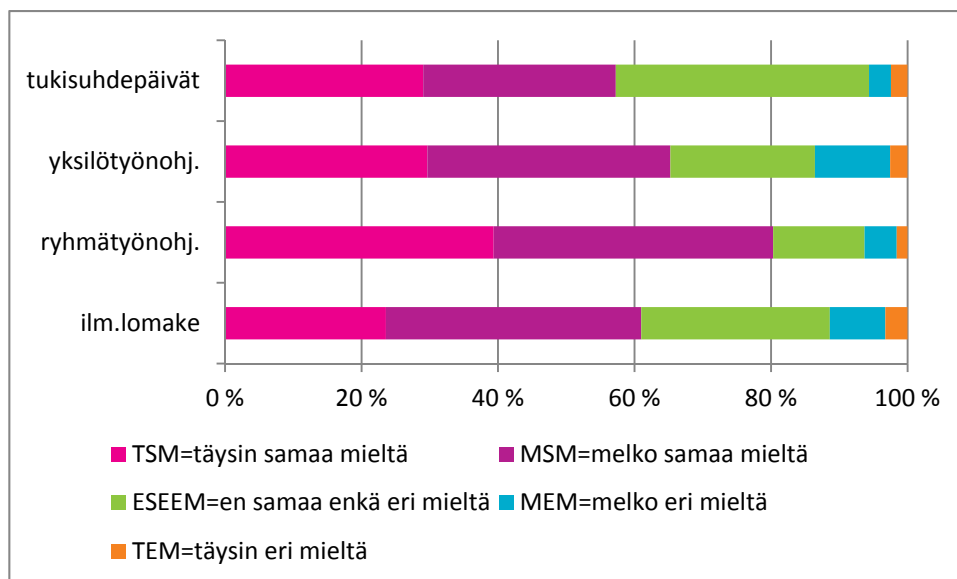
Koordinaattorilta oli tukea ja tietoa saanut riittävässä määrin 58,4 % vastanneista, 10,4 % sai tukea ja tietoa joskus ja 26,4 % ei ollut tarvinnut koordinaattorin tukea lainkaan. 4,8 % koki, ettei saanut koordinaattorilta tarpeeksi tukea. Kyselylomakkeen avoimissa vastauskohdissa koordinaattorin tukea toivottiin konkreettisiin asioihin; tiedottamaan ajankohtaisista asioista ja tapahtumista, avuksi tilastointiin, erilaisten tilaisuuksien järjestämiseen ja yleensäkin toiminnanohjausta. (LIITE 2).

Tutkimuslomakkeen loppuosassa oli esitetty väittämiä, joilla haluttiin kartoittaa vastaajien toiveita Tukihenkilöverkon kehittämisen suhteen. Vastaajia pyydettiin valitsemaan 5-portaiselta asteikolta se vaihtoehto, joka parhaiten kuvaa sitä miten paljon vastaaja on väitteen kanssa samaa tai eri mieltä. Vastausvaihtoehdot olivat: TSM=täysin samaa mieltä, MSM= melko samaa mieltä, ESEEM= en samaa enkä eri mieltä, MEM= melko eri mieltä, sekä TEM= täysin eri mieltä.



Kuvio 3. Vastaajien (n=129) mielestä jatkokoulutus kannattaa järjestää kerran vuodessa. Yksipäiväistä aluekoulutusta vastaajista (n=93) halusi noin puolet, kaksipäiväistä aluekoulutusta vastaajista (n=111) lähes kolme neljännestä. Kerran vuodessa järjestettävä valtakunnallinen seminaari jakoi vastaajien (n=123) mielipiteet.

Jatkokoulutusten järjestämistä alueellisesti kerran vuodessa kannatti valtaosa vastanneista. Täysin samaa mieltä oli 67,4% ja melko samaa mieltä 26,4% vastanneista. Alueellisen, yksipäiväisen koulutuksen kannalla oli täysin 38,7% ja melko samaa mieltä 21,5% vastaajista. Kaksipäiväisen alueellisen koulutuksen puolesta, täysin ja melko samaa mieltä, oli yhteensä 73% vastanneista. Valtakunnallisen Tukihenkilöseminaarin järjestäminen kerran vuodessa jakoi mielipiteitä aiempia enemmän. Täysin samaa mieltä oli 36,6%, melko samaa mieltä 29,3% ja ei samaa eikä eri mieltä oli 25,2% vastaajista. Melko eri mieltä tai täysin eri mieltä oli vastaajista vain yhteensä 8,9 %. Valtakunnallinen seminaari järjestettiin jo tänä syksynä Rovaniemellä ja jatkoa luultavasti seuraa myös ensi vuonna.



Kuvio 4. Vastaajien (n=123) mielestä ilmoittautumislomakkeella ilmoittautuminen oli hyvä idea. Ryhmätyönohjauksen tarpeellisuuden puolesta liputti lähes jokainen vastaajista (n=127). Vastaajat (n=118) pitivät tärkeänä myös yksilötyönohjausta. Tukisuhteen rikastuttamispäivätkin olivat vastaajien (n=124) mielestä tarpeen. Niihin osallistuneita tukihenkilöitä oli tosin vain reipas 10% vastaajista.

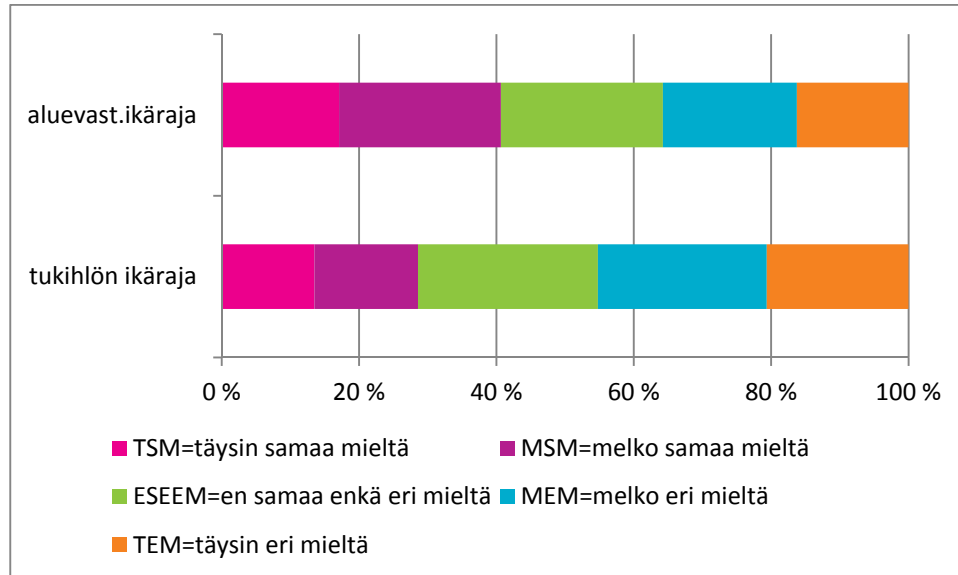
Koulutuksiin hakeutumista ilmoittautumislomake täyttämällä pidettiin hyvänä ideana. Lomakkeella kartoitettaisiin tukihenkilön koulutustarve sekä osallistuminen aiempiin koulutuksiin. Yli 60 % vastanneista oli lomakkeesta täysin tai melko samaa mieltä. Ei samaa eikä eri mieltä oli vastaajista 27,6%, muuten joko melko tai täysin erimielisiä oli vain kymmenisen prosenttia vastanneista.

Työnohjausta pidettiin tärkeänä. Ryhmätyönohjauksen tarpeellisuus- kohtaan olivat vastanneet nekin vastaajista, jotka olivat jättäneet vastaamatta edellisen sivun työnohjauskysymyksiin. Tähän heijastuu edelleen tietämättömyys työnohjauksen alueellisesta järjestämisestä tai se, ettei työnohjaukseen osallistuta. Ryhmätyönohjauksen tarpeellisuudesta täysin samaa mieltä oli 39,4% vastaajista, melko samaa mieltä 40,9% vastaajista ja ei samaa eikä eri mieltä 13,4%. Erimielisten osuudeksi jäi 5,3%.

Myös yksilötyönohjaus koettiin tarpeelliseksi. Vastaajista täysin samaa mieltä oli 29,7% ja melko samaa mieltä 35,6%. 21,2% vastanneista ei ollut samaa eikä eri mieltä. Melko tai täysin eri mieltä yksilötyönohjauksesta oli yhteensä 13,5% vastaajista. Näyttäisi siltä, ettei yksilötyönohjausta pidettäisi niin tärkeänä kuin ryhmätyönohjausta. Tukihenkilöverkon resurssit yksilötyönohjaukseen ovat melko riittämättömät.

Tukisuhteen rikastuttamispäiviin kertoi aiemmin osallistuneensa 12,9 % kyselyyn vastanneista. Rikastuttamispäivien tarpeellisuudesta täysin samaa mieltä oli 29,0% vas-

tanneista, melko samaa mieltä 28,2% ja ei samaa eikä eri mieltä 37,1% vastanneista. Melko eri mieltä oli vain 3,2% ja täysin eri mieltä 2,4% vastanneista.



Kuvio 5. Yläikärajan asettaminen tukihenkilönä ja aluevastaavana toimimiselle jakoi vastaajien (n=126) mielipiteet täysin.

Väitteissä kyseltiin vielä mielipidettä yläikärajan asettamisesta tukihenkilönä ja aluevastaavana toimimiselle. Molemmissa tapauksissa vastausvaihtoehdot jakautuivat koko skaalan alueelle. Tukihenkilön yläikärajan asettamisen kanssa täysin samaa mieltä oli 13,5%, melko samaa mieltä 15,1% ja ei samaa eikä eri mieltä 26,2% vastanneista. Melko eri mieltä oli 24,6% ja täysin eri mieltä 20,6% vastaajista.

Aluevastaavan yläikärajan asettamisen kanssa samaa mieltä oli 17,1%, melko samaa mieltä 23,6% ja ei samaa eikä eri mieltä 23,6% vastanneista. Melko eri mieltä oli 19,5% ja täysin eri mieltä 16,3% vastanneista. Yleinen suuntaus yläikärajan asettamisesta tukihenkilöille ja aluevastaaville oli negatiivinen. Joissakin lomakkeissa oli erikseen kirjoitettu kommentteja yläikärajan vedon tärkeydestä, jotta vireystila auttamiseen säilyisi, eikä omat vaivat ja huolet nousisi päällimmäisiksi aiheiksi tukityössä. Jossakin lomakkeessa taas oli liputettu ikärajattomuuden puolesta vedoten iäkäämmän tukihenkilön tai aluevastaavan laajaan elämäkokemukseen.

Koulutuspaikaksi annetuista vaihtoehdoista kaupungin hotellia ehdotti 50,5 % vastanneista, kurssikeskusta 32,7 % ja jotain muuta 16,8 % vastaajista. Lähes neljäsosa vastaajista oli kirjoittanut vastauskohtaan lisäksi omia ehdotuksiaan. Maaseutumatkailukohteita, kylpylöitä, jopa laivaseminaaria ehdotettiin. Monelle vastaajalle paikalla

ei ollut suurta väliä, kunhan paikka on rauhallinen ja sinne on hyvät liikenneyhteydet. Koulutuspaikkakuntien vaihtelua, kouluttajien asiantuntemusta ja hyviä koulutusaiheita pidettiin tärkeinä. (LIITE 2).

Koulutuksen sopivimpana ryhmäkokona pidettiin pientä ryhmää, 10-15 henkilöä (46,8% vastanneista). Toiseksi suosituin oli 15-20 henkilön suuruinen ryhmä (41,9% vastanneista). Alle 10 henkilön ryhmää ja yli 20 henkilön ryhmää kannatti molempia vain 5,6 % vastanneista. Ryhmäkokoo voinee vaihdella hieman koulutuksen aiheesta ja luonteesta riippuen, mutta moni toivoi koulutusten yhteyteen aikaa keskustella vaikeista tukisuhteista koordinaattorin, kouluttajien ja toisten tukihenkilöiden kanssa joko yksityisesti tai pienissä ryhmissä.

## 5 HAASTATTELUTUTKIMUS PITKÄAIKAISILLE TUKIHENKILÖILLE

Minua on tämän opinnäytetyöprosessin aikana kiinnostanut tavattomasti tietää, miten ne tukihenkilöt, jotka ovat olleet mukana verkossa aivan sen alkuajoista saakka, ovat kokeneet maatalouden murroksen ja ihmisten selviytymisen siinä. Kyselytutkimuksen lisäksi haastattelin siis muutamaa tukihenkilöveteraania, joista osan olen kohdannut koulutuksissa ja osalle sain yhteystiedot tukihenkilöverkon koordinaattorilta.

Haastateltavilleni on yhteistä paitsi elämänura tukihenkilönä, myös elämä ja työ vahvasti maatalouden parissa. Tässä haastattelussa he esiintyvät nimettöminä ja sukupuolettomina. Kirjoitan haastateltavieni tunteja ja mielipiteitä eräänlaisena jatkumona, sen enempää erittelemättä kysymyksiä kuin vastauksiakaan. Nykyisyyttä ei ole ilman menneisyyttä, joten keskustelutuokiomme yleensä alkoi heidän tukihenkilötoimintansa alkumetreiltä, jopa jo ennen sitä tapahtuneista muutoksista maataloudessa.

Maaseudun tukihenkilöverkon rakentamisen alettua vuonna 1996, haastateltavat lähtivät toimintaan mukaan ensimmäisten joukossa. He kokivat, että heitä tarvittiin ja heidän tuestaan ja ammatillisuudestaan olisi hyötyä tuettaville. Monet heistä olivat kiinnittäneet huomiota maaseudun ihmisten henkiseen ja taloudelliseen pahoinvointiin jo ennen varsinaista EU-jäsenyyspäätöstä.

Muutoksen 90-luku oli alkanut. Kukaan tuskin pystyi silloin ennustamaan maatalouden murrosta koko sen laajuudessaan. Laman ahdingon hieman hellitettyä alkoivat Suomessa integraationeuvottelut Euroopan Unionin kanssa helmikuussa 1992. EU:n yhteiseen maatalouspolitiikkaan sopeutuminen alkoi hintajärjestelmää uudistamalla vuoden 1994 alussa, jolloin se käytännössä jo vastasi EU:n järjestelmää. Tuottajahinnat alenivat ja viljelijöiden tulot pienenivät. Epävarmuus tulevaisuudesta näkyi varovaisuutena päätöksenteossa. Tuotantoa jatkettiin, mutta investointeihin ei uskaltanut. Metsätalouden myönteinen kehitys viennin voimakkaan kasvun myötä toi monelle tilalle tarpeellista lisätuloa kompensoimaan maatalouden tulojenmenetystä.

Tammikuun ensimmäisenä päivänä vuonna 1995 Suomesta tuli Euroopan Unionin jäsen, vaikkakin suurin osa suomalaisista viljelijöistä oli EU:iin liittymistä vastaan. Markkinahinnat alenivat tuotantosuunnasta riippuen 40-60 %. Tuotantopanostenkin hinnat alenivat, mutta viljelijöiden tulot olisivat romahtaneet ilman tukia. Tuottajille maksettiin siirtymäkauden tukia ja lisähintaa, jotta tulotaso saatiin pidettyä tyydyttävänä. Viljelijät toivat esille mielipidettään, jonka mukaan he olisivat mieluummin jat-

kaneet entisillä tuottajahinnoilla ja saaneet edelleen elantonsa myydyistä tuotteista kuin ”paperiviidakosta” tukiaisina. Tukihenkilöiden mielestä viljelijät kokivat, etteivät ole enää itsenäisiä maanviljelijöitä, vaan EU:n renkejä, joiden tekemisiä EU vahtii ja asettaa byrokratiallaan kapuloita heidän rattaisiinsa. Paperityöt koettiin rasittavina ja monet pitivät tukia suorastaan nöyryyttävinä. Valvonnat miellettiin viestiksi viljelijän epärehellisyydestä. Tällainen maatalouden muutoskehitys ajoi viljelijät pohtimaan oman työnsä merkitystä, kannattavuutta ja tulevaisuutta ehkä enemmän kuin koko suomalaisen maatalouden historian aikana.

Parhaiten EU:iin liittymisen ymmärsi tukihenkilöiden mielestä nuoret viljelijät, joilla oli koulutusta ja näkemystä ajatella EU:ta myös mahdollisuutena, ei pelkästään uhkana. Monet vanhemmat viljelijät alkoivat puhua tilasta luopumisesta joko myymällä tai sukupolvenvaihdoksen kautta. He kokivat tukihakemusten täyttämisen hankalana, jotkut suorastaan mahdottomana tehtävänä. MTK:n kouluttamat EU-apulaiset toivatkin avun monelle tilalle. Avun pyytäminen tuntemattomalta ihmiseltä oman tilan asioihin oli joillekin viljelijöille raskas asia. Kun aina ennenkin oli omillaan tilalla pärjätty, niin oli henkisesti raskasta alkaa selittämään tilan peltoja ja eläimiä ulkopuoliselle. Osa viljelijöistä ymmärsi maataloustuet palkkana ja oman toimintansa tavallaan palveluammattissa, osa taas vain negatiivisena pakkona. Viljelijän oma suhtautuminen ratkaisi paljon.

Maaseudun tukihenkilöverkon alkuaikoina tuettavat tarvitsivat paljon tukea Euroopan Unioniin liittyvissä, aivan konkreettisissa asioissa. EU:n myötä myös epä tietoisuus, ahdistus sekä maatalouden muutos paineet olivat lisänneet ihmisten henkisen tuen tarvetta. Myös ihmissuhdeongelmiin ja yksinäisyyteen muisteltiin tukea haetun myös jo aivan tukihenkilötoiminnan alkuaikoina.

EU:iin sopeutujat jatkoivat tuotantoa ja alkoivat pikkuhiljaa kehittää tilojaan. Ne, jotka eivät sopeutuneet, lopettivat tuotannon. Tila siirtyi sukupolvenvaihdoksella nuorempien hartioille tai myymällä vieraille. Aivan pienimmät tilat vain lopettivat, saattoivat laittaa pellot kasvamaan puuntaimia, taikka myöhemmin vuokrasivat pellot muille viljelijöille.

Viljelijäväestö selviytyi kuka milläkin keinolla. Työn arvostaminen ja korkea työmoraali pitivät viljelijöiden maauskoa yllä. Perhekeskeisyys, johonkin täysvaltaisena jäsenenä kuuluminen, antoi elämälle tarkoituksen. Myös perinteet koettiin tärkeiksi voimavaroiksi, sukutiloista tahdottiin pitää tiukasti kiinni. Tosin sehän saatettiin kokea myös



taakkana. Monet turvautuivat uskontoon, valitettavasti toiset taas päihteisiin. Ihmisen henkilökohtaiset ominaisuudet vaikuttivat stressinsietokykyyn silloin niin kuin nytkin. Yrittäjäominaisuudet vain ovat toisilla ihmisillä paremmat. Ihmisten sosiaaliset suhteet olivat tuolla aikakaudella erityisen tärkeitä. Harrastuspiirien, järjestötapaamisten tai ystäväpiirin koettiin olevan valtava voimavara. Oma tilannetta voitiin verrata toisen tilanteeseen tai jotakin työmenetelmää voitiin jalostaa yhdessä. Kokemuksia jaettiin ja yhteistyötä tehtiin mahdollisuuksien mukaan. Saatiin tärkeää vertaistukea, jota ei yksin puurtaessa omalla tilalla saanut.

Nykytilanteessa maatalousväestön kohtaamat ongelmat ovat osin samoja kuin tukihenkilötoiminnan alkuaikoina, osin täysin erilaisia. EU ei enää ole samanlainen peikko kuin aluksi, mutta sama byrokratia rassaa viljelijöitä edelleen. Tämän päivän yhteydenottosyyt liittyvät entistä enemmän perheeseen, parisuhteeseen, terveyteen ja jaksamiseen työssä. Taloudellisetkin ongelmat tiloilla ovat kasvaneet. Ongelmia talouden kanssa on nykyään kaikilla tuotantosuunnilla. Vaikka tuottajahinnat ovatkin hieman kohonneet, ainakin maidontuotantotiloilla, ei hintojen nousu ole pystynyt kompensoimaan tuotantopanosten hinnannousua. Maatalousyrittäjälle jää aina vain vähemmän rahaa sinne viivan alle.

Eryyksen vaikea tilanne on rajusti investoineilla tiloilla, joilla työmäärä on karannut käsistä, yrittäjät ovat jo hyvin uupuneita ja taloudellinen tilanne on huono. Monesti tällaisilla tiloilla on lisäksi pieniä lapsia. Joissakin tapauksissa yhteydenotot tukihenkilöihin ovat saaneet alkunsa vanhemman huolesta lasten pärjäämisestä. Hyvä, että edes silloin! Usein ongelmat tiloilla ehtivät kasvaa isoihin mittakaavoihin, ennen kuin apua lähdetään hakemaan. Maaseudun tukihenkilötoiminta on koettu matalan kynnyksen tukitoimintana, koska tuen tarvitsija voi valita vapaasti, kenelle haluaa soittaa. Monesti tukihenkilö ja tuettava asuvat aivan eri puolilla Suomea.

Tukihenkilöiden saamat yhteydenotot ovat muuttuneet osin vaikeammiksi. Tuettavan ongelmat ovat entistä monisyisempiä ja vaativat pahimmillaan useita auttajatahoja. Erilaiset riippuvuudet ovat nykyisin myös maaseudun ongelmana. Mielenterveysongelmat vaativat lähes aina tuettavan ohjaamista ammattiavun piiriin. Sosiaali- ja terveydenhuollon palveluihin ei ole aina helppo saada aikoja ja omalle paikkakunnalle ei usein haluta mennä esim. mielenterveystoimistoon, kun pelätään leimaantumista.

## 6 MISTÄ MUUALTA APUA VOI HAKEA?

Ennaltaehkäisy, asioista puhuminen, huolien puheeksi ottaminen ei aina ole mahdollista. Ihminen voi ajautua tilanteeseen, josta pääseminen pois voi vaatia tilanteen pohtimista toisten ihmisten kanssa. Mieltä painavista asioista ei aina pysty puhumaan perheenjäsenilleen tai ystävilleenkään. Kynnys ammattiavun hakemiseen taas voi olla aivan liian suuri. Viranomaistahojen lisäksi on olemassa lukuisa määrä muita toimijoita ja vapaaehtoisjärjestöjä. Puhelu tai tapaaminen tukihenkilön kanssa on hyvä alku huolien purkamiseen. Tietoa Maaseudun tukihenkilöverkosta: [www.tukihenkilo.fi](http://www.tukihenkilo.fi) Tukihenkilö ei kuitenkaan ole ammattiauttaja tai lomittaja, vaan rinnallakulkija ja kuuntelija. Tukihenkilötyö on vertaisapua. Tukihenkilö voi ohjata tuettavansa sitten ammattiavun piiriin, mikäli kokee sen olevan tarpeen. Vapaaehtoistyö ei missään nimessä korvaa ammattiapua, vaan on lähinnä viranomaistyötä täydentävää toimintaa.

### 6.1 Viranomaistahoja

Viranomaistahoista kunnalliset terveyskeskukset hoitavat maatalousyrittäjien työterveyshuoltoa. Työterveyshuollon tehtävänä on tukea työssä jaksamista ja viljelijän terveyden säilymistä. Tehtävää hoidetaan tilakäynnein ja terveystarkastuksin. Työkykyä ylläpitävä toiminta ja kuntoutustoiminnan järjestäminen kuuluvat myös työterveyshuollon tehtäviin. Viljelijöiden kuuluminen työterveyshuoltoon on vapaaehtoista.

Alueellisten terveystaluiden neuvonta ja kuntien maaseututoimet ovat myös niitä viranomaistahoja, joihin voidaan ottaa yhteyttä auttamistapauksissa. Tarvittaessa asiakas ohjataan sieltä eteenpäin, hänen tarvitsemansa tuen piiriin. Kuntien sosiaali- ja terveystalut kaikkien kuntalaisten käytettävissä. Kuntien sosiaalipäivystyksistä saa apua esimerkiksi lastensuojeluasioissa.

Kunnissa toimii äkillisten onnettomuuksien ja katastrofien uhrien auttamiseksi kriisiryhmiä. Näissä toimivat mm. terveydenhuollon, seurakuntien, Suomen Punaisen Ristin, poliisin ja palokunnan ammattilaiset. Tukihenkilötoiminta ei missään nimessä korvaa kriisiryhmien työtä, vaan voi olla tarvittaessa sitä täydentävää.

Maatalousyrittäjien eläkelaitos (Mela) [www.mela.fi](http://www.mela.fi) ja Kansaneläkelaitos (Kela) [www.kela.fi/asiointi](http://www.kela.fi/asiointi) hoitavat rahallisen tuen asioita myös maatalousyrittäjälle. Asiointi tapahtuu verkossa tai toimistoissa asiamiehien välityksellä.

## 6.2 Muita auttajatahoja

Tukinet, [www.tukinet.net](http://www.tukinet.net), on internetissä toimiva kriisikeskus. Se tuottaa verkkopalveluja, jotka keskittyvät ihmisen auttamiseen arjen murheiden keskellä, kokemusten jakamiseen ja tuen löytymiseen sitä tarvitseville. NetTuki- palvelun avulla voi saada yksityisen ja luottamuksellisen yhteyden Tukinetin koulutettuihin tukihenkilöihin. Osa palveluista on reaaliaikaisia. Tukinet on jaettu palveluhakemistoon, aineistotietokantaan ja Tarinat- osioon. Tukinetin palveluhakemistoon on kerätty erilaisia auttamis- ja tukipalveluja ympäri Suomea. Tukinetin aineistotietokanta puolestaan sisältää tietoja erilaisista kriiseistä ja mielenterveyttä käsittelevistä materiaaleista. Tarinat- osioon on kerätty Tukinetin käyttäjien lähettämiä selviytymistarinoita, avuksi ja lohduksi muille kenties samantapaisessa elämäntilanteessa oleville.

Tämän kappaleen tiedot on kerätty pääasiassa Tukinetin sivujen palveluhakemistosta. Sieltä löytyy aina ajantasainen tieto palvelusta yhteystietoineen, ympäri Suomen.

Voimavarariihi on ProAgrian maksullinen palvelu, jossa maatalousyrittäjä voi työhyvinvointikartoituksella varmistaa jo ennen sukupolvenvaihdosta tai investointia, että työhyvinvoinnin näkökulma tulee muutostilanteessa riittävästi huomioiduksi. Voimavarariihi antaa apua myös jo vaikeuksissa oleville tiloille ja uupumistilanteisiin. [www.proagria.fi](http://www.proagria.fi)

Auttaviin puhelimiin voi soittaa ja keskustella nimettömästi asioistaan. Monilla järjestöillä on apua tarjoavien neuvontapuhelimien lisäksi myös internetissä toimivat nettisivut. Maaseudun tukihenkilöverkon lisäksi auttavia puhelimia ja nettipalvelua on mm. kirkoilla [www.evl.fi/palvelevanetti](http://www.evl.fi/palvelevanetti) ja Suomen mielenterveysseuralla. Näiden lisäksi on olemassa erilaisiin ongelmiin erikoistuneita puhelimia. Apua saa mm. alkoholi-, perheväkivalta- ja kasvatusongelmiin. Esim. [www.aakokoukset.net/auttava](http://www.aakokoukset.net/auttava) tarjoaa apua alkoholiongelmiin. Vertaistukea alkoholiongelmissa painiskelevien läheisille löytyy mm. [www.al-anon.fi](http://www.al-anon.fi). Tiettyihin sairauksiin erikoistuneita tukipuhelimia löytyy myös. Esim. [www.mielimaasta.fi](http://www.mielimaasta.fi) tarjoaa vertaistukea masentuneille. Viime vuosina lisääntyneet erilaiset riippuvuudet ovat nekin saaneet omia tukilinjojaan ja keskusteluryhmiä. Tästä esimerkkinä valtakunnallinen palvelu peliongelmaisille ja heidän läheisilleen, [www.peluuri.fi](http://www.peluuri.fi)

Taloudellisiin tai lainopillisiin pulmiin voi apua löytyä MTK:n [www.mtk.fi](http://www.mtk.fi) tai ProAgrian [www.proagria.fi](http://www.proagria.fi) avulla. Omaan pankkiin kannattaa kuitenkin ensin olla yhteydessä, sieltä löytyy yleensä ymmärrystä esimerkiksi laina-asioiden neuvotteluun tai laskupinojen hallintaan. Valtakunnallinen velkaneuvonta [www.takuu-saatio.fi](http://www.takuu-saatio.fi) numerossa 0800 98 009 on velkalinja, johon voi soittaa maksutta ja keskustella nimettömänä omista tai läheisen rahahuolista.

Maatilalla isäntäparin parisuhde on tärkeässä asemassa. Kun parisuhde toimii, on vaikeuksistakin helpompi päästä yli. Parisuhdeasioihin neuvoa netistä mm. [www.vaestoliitto.fi](http://www.vaestoliitto.fi) > parisuhde > palvelut tai Kataja ry:n parisuhdekurssit [www.katajary.fi](http://www.katajary.fi) Kirkon perheasiain neuvottelukeskukset tuovat paikkakuntaakohtaisesti keskusteluapua perheille ja myös yksilöllisesti vanhemmille, [www.evl.fi](http://www.evl.fi)

Lapsille ja nuorille löytyy netistä runsaasti sivustoja, joissa käsitellään nuorten asioita, mm. [www.mll.fi](http://www.mll.fi) Keskusteluapua puhelimitse esim. Onnenapila ry:n 24 h auttava puhelin +358 50 9128831. Auttava puhelin on tarkoitettu lähinnä syrjäytyneille ja syrjäytymisvaarassa oleville lapsille ja nuorille.

## 7 PÄÄTÄNTÖ

Opinnäytetyöni prosessina on ollut mielenkiintoinen, mutta haastava tehtävä. Opinnäytetyöni varrelle on mahtunut monenlaista muutosta niin yksityiselämän kuin opintojenkin saralla. Tähän opinnäytetyöhön liittyvä kyselytutkimus oli aluksi tarkoitus toteuttaa omiin lähtökohtiini sopivalla tavalla, mutta koordinaattorin tarve saada oma tutkimuksensa purettua ja analysoitua ajoi sen edelle. Kyselyn tulosten tarkastelu vahvisti omiakin mielipiteitä siitä, mihin asioihin tukityössä ja tulevissa tukihenkilöiden jatkokoulutuksissa tulisi keskittyä. Miinuksena valmista aineistoa ajattellessani koen sen, etten voinut vaikuttaa kyselylomakkeen kysymysten asetteluun ja kyselylomakkeen suunnitteluun. Joitakin kohtia olisin laatinut lomakkeella toisin, jotta ne olisivat olleet helpommin luettavissa ja jotta jokaiseen kohtaan olisi vastattu. Tyytyväinen kuitenkin olen valmiin aineiston valintaan, koska tiedän että tälle tutkimusanalysoinnille oli selvä tilaus ja se hyödyttää Maaseudun tukihenkilöverkkoa. Kansainvälistä merkitystä tällä työllä tuskin on, onhan Maaseudun tukihenkilöverkko käytössä tietääkseeni vain Suomessa. Tutkimusaineiston käsittely SPSS-tilasto-ohjelmalla oli mielenkiintoista ja antoisaa, kunhan ensin perehtyi siihen, mitä oli tekemässä ja miten. Ilman Petrin apua olisin lähtökuopissa vieläkin..

Maaseudun tukihenkilöverkon tutkimuksen tarkoituksena oli kartoittaa tukihenkilöiden tarpeita ja tavoitteita koulutusten suuntaamisesta ja tukihenkilötoiminnan kehittämistä. Tukihenkilökyselyn osoittamia tuloksia onkin jo osittain toteutettu. Toiminnan kehittämistyössä on kiinnitetty huomiota koulutuskokonaisuuksien kehittämiseen niin, että ne sopisivat tasapuolisesti kaikille tukihenkilöille kotipaikasta riippumatta. Lisäksi tukihenkilöverkon näkyvyyttä ja tunnettavuutta on saatu parannettua ja viestintäsuunnitelman laadintaan on varattu enemmän työaikaa. Mielestäni uusi koordinaattori on saanutkin asioita jo viedyksi hyvin eteenpäin kokoaikaisen työaikansa turvin.

Se, miten kehittäisin toimintaa näiden tulosten perusteella, on oikeastaan aluetoiminnan kehittäminen niin, että mahdollisimman monella tukihenkilöllä olisi mahdollisuus osallistua tapaamisiin. Aluetapaamisia pitäisi olla tarpeeksi usein ja tarpeeksi laajalla alueella ja niihin pitäisi ehdottomasti kutsua kaikki alueen tukihenkilöt. Kutsu täytyy lähettää hyvissä ajoin ja kutsun perillemeno tulisi aina varmistaa. Työnohjauksen alueellinen järjestäminen on haaste tukihenkilöverkolle. Ammattihenkilöitä pitäisi saada jokaiselle alueelle tasapuolisesti, jotta tarvittaessa jokaisella tukihenkilöllä olisi mahdollisuus riittävään työnohjaukseen.

Jokaisella tukihenkilöllä tulisi olla tuettava henkilö. Aluevastaavaan yhteyttä ottavat tuettavat voisivat jakautua mahdollisuuksien mukaan niin, että jokaisella tukihenkilöllä olisi tuettava. Vaatii tietysti paljon aluevastaavalta, mutta olisi tärkeää tukihenkilölle. Koulutuksissa opitut asiat ja tietynlainen ote tukihenkilötyöhön herpaantuvat helposti, mikäli tuettavia ei ole. Jokaisella tukihenkilöllä on paljon annettavaa tukityöhön, mutta lähes jokaisella on lisäksi jokin henkilökohtainen ominaisuus tai näkökulma, joka olisi passeli jollekin tuettavalle. Esimerkiksi avioeron maatilalla kokeneella olisi paljon valmiita neuvoja ja yhteydenottotahoja kerrottavana samassa tilanteessa painiskelevalle kanssaihmiselle. Tällaisissa tilanteissa pitäisi tuettava voida ohjata, tuettavan suostumuksella tietenkin, sellaiselle henkilölle, josta olisi mahdollisimman paljon apua tuettavan tilanteessa.

Pitkäaikainen haaveeni kouluttautumisesta Maaseudun tukihenkilöverkon tukihenkilöksi toteutui tämän vuoden tammikuussa ja jo heti alkukevällä minulle muodostui selvä käsitys siitä työstä, jota kuuluminen tukihenkilöverkkoon tuo tullessaan. Konkreettisesti sain tutustua puhelinauttamiseen niiden muutamien minulle tulneiden tukipuheluiden myötä. Varsinaisia tukisuhteita minulle ei niistä muodostunut, olivat lähinnä kertaluonteisia keskusteluja. Kevät toi mukanaan tuen tarvetta myös ystäväpiirissä, kun ystäväni mies kuoli yhtäkkiä. Kuunteleminen, puhuminen ja lohduttaminen olivat ne keinot, joilla asiaa saatiin työstettyä eteenpäin. Joku luennoitsija jossakin koulutuksessa on sanonut, että minä auttajana en pysty antamaan autettavalle sitä, minkä hän on menettänyt, mutta voin auttaa häntä kohtaamaan tuskallisen todellisuuden. Totta kyllä!

Kootessani aineistoa tätä opinnäytetyötä varten, pohdin monesti maaseudun erityisyyttä työskentely-ympäristönä ja maanviljelijän/maatalousyrittäjän spesiaalia roolia siinä. Valitettavan moni yrittäjä luulee säästävänsä rahaa sillä, että ei ole liittynyt maatalouden työterveyshuoltoon. Yrittäjän tulisi kuitenkin muistaa vaalia tärkeintä tuotannontekijäänsä, terveyttä, huolella. Psykofyysisenä kokonaisuutena niin ihmisen fyysinen kuin psyykinenkin terveys on tärkeää. Mielestäni maatalousyrittäjän työterveyshuoltoon kuulumisen tulisi olla lakisääteistä.

Tilakokojen kasvettua ei monikaan tila ole enää perhevilmän kokoluokassa, vaan tilalle tarvitaan hyvää, ammattitaitoista työvoimaa avuksi. Varsinkin tasaamaan työhuippuja keväällä, kesällä ja syksyllä. Aputyövoiman saatavuus ja lomituspalvelujen riittävyys puhuttavat monia, varsinkin nyt kun tiedotusvälineissä on väläytelty mahdollisuutta koko lomitussjärjestelmän mahdollisesta loppumisesta. Pitkien sijaisapujen ja

jopa lakisääteisten vuosilomapäivien järjestelyissä tuntuu olevan suuria lomituspalveluksikkökohtaisia ongelmia. Lomituspalvelujen heikkeneminen ja mahdollinen loppuminen kokonaan tuovat tiloille suuria henkisiä paineita ja ongelmia. Tilojen varajärjestelmät ovat heikkoja ja monellakaan ei ole mahdollisuuksia palkata työvoimaa. Tämän pelkään aiheuttavan tulevaisuudessa suuria ongelmia maatalousyrittäjien työssä jaksamiseen ja talouteen.

Jatkuva epävarmuus tulevaisuudesta, alati kasvava byrokratia ja taloudellisten riskien lisääntyminen näännyttää maatalousyrittäjiä. Tuotantopanosten hinnat ovat kivunneet pilviin, tuotantohintojen seuraamatta perässä. Fyysisesti raskaan maataloustyön ohella henkinen väsyminen näkyy jo tilastoissa. Masennus on jo toiseksi suurin syy maatalousyrittäjien työkyvyttömyyseläkkeissä.

## LÄHTEET

Eppu Nuotion runo. Pellervo - Seura ry. Helsinki. *Kodin Pellervo-lehti* 5/2013.

Heikkilä, T. 2004. Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Oy Edita Ab.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannus-  
osakeyhtiö Tammi.

Maaseudun Tukihenkilöverkko, Toimintakertomukset (2007 – 2012)

Silvasti, T. 1997. Viljelijöiden ajatukset ja tunteet maatalouden murroksessa 1995.  
Helsinki: Oy Edita Ab.

Suhonen, P & Tenkama, P. 2010. Raportointiohjeet. Kuopio: Savonia-  
ammattikorkeakoulu.

Sulin, A. 2001. Tukea ihmiseltä ihmiselle. Maaseudun tukihenkilöverkko. Maatalous-  
yrittäjien eläkelaitoksen julkaisuja 10/2001. Helsinki: Oy Edita Ab.

## PAINAMATTOMAT LÄHTEET

Keskustelut Maaseudun tukihenkilöverkon koordinaattori Ritva Lampelan kanssa

Maaseudun tukihenkilön peruskoulutus 24.- 27.01.2013, luentomuistiinpanot

Maaseudun tukihenkilön jatkokoulutus 13.-14.04.2013 luentomuistiinpanot ja keskus-  
telut

Maaseudun tukihenkilöiden puhelinhaastattelut ja tapaamisten pohjalta kootut ajatuk-  
set

## LIITTEET



**Maaseudun tukihenkilöverkko****Kiitos vastauksestasi!**

Tukihenkilötyöni on alkanut vuonna: \_\_\_\_\_

Tuettavien määrä viimeisen kahden vuoden aikana? \_\_\_\_\_

Tukikohtaamiset ovat pääsääntöisesti olleet:

- puhelinyhteys
- tapaaminen
- internet

Oletko osallistunut tukihenkilöverkon koulutuksiin viimeisen kahden vuoden aika?

- peruskoulutus
- jatkokoulutus
- tukisuhteen rikastuttamiskurssi

Onko alueellanne aluetapaamisia?

- kyllä, säännöllisesti
- satunnaisesti
- ei

Oletko osallistunut niihin?

- kyllä, säännöllisesti tai lähes säännöllisesti
- satunnaisesti
- en ole

Kuinka usein aluetapaamiset järjestetään?

- 1 kertaa/ kuukausi
- joka toinen kuukausi
- 2-4 kertaa /vuosi
- 1 kerta / vuosi

Onko alueellanne työnohjausta?

- kyllä, säännöllisesti
- satunnaisesti
- ei

Osallistutko työnohjaukseen?

- kyllä
- en
- joskus

Kuinka usein työnohjaus järjestetään?

- 1 kertaa/ kuukausi
- joka toinen kuukausi
- 2-4 kertaa/vuosi
- 1 kerta / vuosi

Saatko mielestäsi riittävästi tukea aluevastaavalta?

- kyllä
- en
- joskus
- en ole tarvinnut aluevastaavan tukea

Millaista tukea kaipaat aluevastaavalta?

---

Saatko mielestäsi riittävästi tietoa ja tukea koordinaattorilta?

- kyllä
- en
- joskus
- en ole tarvinnut koordinaattorin tukea

Millaista tukea kaipaat koordinaattorilta?

---

Toiveesi Tukihenkilöverkon kehittämisen suhteen:

Rengasta jokaisen väitteen kohdalla se vastausvaihtoehto, joka parhaiten kuvaa sitä miten paljon olet väitteen kanssa samaa tai eri mieltä.

	Täysin samaa mieltä	Melko samaa mieltä	En samaa ehkä eri mieltä	Melko eri mieltä	Täysin eri mieltä
1. Toivon, että jatkokoulutukset järjestetään alueellisesti 1 krt/vuosi	1	2	3	4	5
2. Alueellisen koulutuksen kesto 1 pv	1	2	3	4	5
3. Alueellisen koulutuksen kesto 2 pv	1	2	3	4	5
4. Toivon, että kerran vuodessa järjestetään valtakunnallinen seminaari	1	2	3	4	5
5. Koulutukseen hakeudutaan täyttämällä ilmoittautumislomake, jolla kartoitetaan tarve ja aiemmat koulutukset	1	2	3	4	5
6. Ryhmätyönohjaus on tarpeellinen	1	2	3	4	5
7. Yksilötyönohjaus on tarpeellinen	1	2	3	4	5
8. Tukisuhteenrikastuttamispäivät ovat tarpeellisia	1	2	3	4	5
9. Tulisiko tukihenkilönä toimimiselle olla yläikäraja	1	2	3	4	5
10. Tulisiko aluevastaavana toimimiselle olla yläikäraja	1	2	3	4	5
11. Hyvä koulutuspaikka on (rengasta mielestäsi paras vaihtoehto)	kaupungin hotelli	kurssikeskus	joku muu: mikä?		
13. Hyvä ryhmäkoko koulutukselle on (Rengasta sopivin vaihtoehto)	alle 10 hlöä	10-15 hlöä	15-20 hlöä	yli 20 hköä	
14. Mitä muuta haluat sanoa:					

---



## TUKARIKYSelyn AVOIMET VASTAUSKOHDAT RL/2012

### 1) Millaista tukea kaipaavat aluevastaavalta?

- o osa vastaajista toimii itse aluevastaavina; tällöin tukea saa tarvittaessa toiselta aluevastaavalta tai koordinaattorilta
- o infoa
- o keskusteluapua tarvittaessa luottamuksellisesti (useissa vastauksissa)
- o tuettavia? yhteydenpitoa, tapaamisia, koulutukseen ohjaamista, työnohjauksen järjestämistä
- o aluevastaavan tuki on ehdoton (vaitiolovelvollisuus)
- o jos tunnen tarvitsevani tukea vaikean tukitapauksen aikana
- o vaikea sanoa, kun aluevastaava ei tunne tilannetta
- o pitää yhteyttä, unohdettu
- o ajatusten vaihtoa
- o aluevastaaville yhtenäiset toimintaohjeet!
- o vertaistuki muilta tukihenkilöiltä tärkeää. Yhteistapaamisia, joissa aluevastaava mukana, useammin
- o keskusteluapua ja tunteen, ettei ole asioiden kanssa yksin.
- o tällä alueella tuki on ollut olematonta! (useissa vastauksissa; sekä tukareilla että aluevastaavilla itsellään)
- o joskus yhteydenottoja, vaikka kuulumisten kyselyä (useissa vastauksissa)
- o tietoa mahdollisista tapaamisista, alueellisia tapaamisia!
- o jotain toimintaa silloin tällöin
- o olen mukana Roi:n neuvokkaassa, jossa työnohjaus
- o vaikeissa tapauksissa menettelytapojen hyväksyntää
- o joskus kokeneemman neuvoja/erilaista näkemystä
- o keskusteluapua muilta tukihenkilöiltä tai työnohjaajalta
- o aluevastaavalla oma tilanne ollut sellainen, etten ole halunnut ottaa yhteyttä (aviomiehen sairaus, nyt edesmennyt)
- o pari kertaa vuodessa voisi kysyä, mitä kuuluu tukihlösaralla
- o vaikeissa asioissa tukea, yleensä yhteydenottoa puolin ja toisin
- o jos tulee tilanne, josta en yksin selviä, toivon että av. osaa ohjata eteenpäin tai ainakin antaa selviytymisohjeet
- o ei erityistä aihetta
- o en ole saanut mitään tukea. Kysyis edes joskus kuulumisia, järjestäs omalle porukalle virkistystä
- o ryhmätapaamisia
- o vaikka puhelinsoittoa (useissa vastauksissa)
- o tietoja, mihinongelmakohtiin voi puuttua ja mihin ei
- o tarpeeseen neuvoja esim. jotta osaisin kuunnella
- o meillä eniten tarve tapaamisten ideoinnissa ja organisoinnissa

- hänelle voi soittaa tarvittaessa ja kysyä neuvoa tai keskustella luottamuksellisesti
- syvällisiä keskusteluja (useissa vastauksissa)
- yhteisiä tilaisuuksia

## 2) Millaista tukea kaipaat koordinaattorilta?

- tietoa ajankohtaisista asioista ja tapahtumista (useissa vastauksissa)
- vaikeissa tilanteissa voin pyytää apua
- tietoa ajankohtaisista pulmista
- neuvoja ja keskustelua vaikeisiin tilanteisiin
- hankaliin asioihin kannanottoa, ajatusten vaihtoa
- esille nousseista asioista yhteenvetoja –ajatuksia paperille jokaiselle, vaikei ole kurssilla käyntykään
- kyllä mie kysyn, kun putoon kärryiltä!!
- työ ja tämä tukityö liittyy hyvin paljon toisiinsa, vaikea erottaa välillä
- on hyvä, että postia tulee
- infoa, toimintaa, koulutusta, koulutusten järjestämistä
- käsitystä toiminnasta ja yhteyttä toisiin
- aluetapaamisten järjestämistä/tukea siinä
- katsauksia valtakunnan tasolta
- voisi keskustella enemmän koulutustarpeista, ajankohtaiset asiat ja ongelmat esim. perhesurmat
- tarvittaessa voi ottaa yhteyttä
- tietoa kurseista riittävän ajoissa
- käytännön asioissa
- jos ongelmatapauksia, silloin tukea
- toiminnanohjausta
- koulutusten, tapaamisten muodossa, yhteydenpitoa puhelimen, sähköpostin välityksellä
- vaikeassa tilanteessa tuettavan tai tukihenkilön kanssa olisi hyvä, jos voisi soittaa ja kysyä neuvoa, koska työnohjausta meille aluevastaaville ei ole
- edes keskustelua
- koordinaattori voisi joskus soittaa ja kysyä kuulumisia
- en osaa sanoa, kun näitä ”virallisia tuettavia” ei oikein ole
- sitä, että hän on tavoitettavissa ja vastaa yhteydenottoihin
- käytännön asioissa; aikataulut ym. riittävän ajoissa ( esim. koulutukset, koska oma työni SPR:llä aikataulutetaan jo tosi varhaisessa vaiheessa)
- tietoa tilastoinnista

### 3) Mikä olisi hyvä koulutuspaikka?

- koulutuspaikkoja voisi vaihdella eri paikkakunnille
- aihe ja kouluttajat vain tärkeitä, paikalla ei niin väliä! I
- halpa tila
- maaseutumatkailukohde, jossa majoitus lllll
- laivaseminaari
- niin kuin ennenkin
- paikalla ei niin väliä, kunhan toimivat systeemit I
- mikä tahansa rauhallinen paikka, jonne helppo tulla I
- hyvä paikka
- kuntokeskukset
- paikallisesti sopiva
- vuokrattu huvila/mökki
- ihan mikä vaan, jossa voi kokoontua I
- kylpylä II
- asialliset tilat!
- luonnonläheinen sijainti
- hyvät julkiset liikenneyhteydet I
- kaikki käy, jos kunnon tilat ja hyvä ruoka. Kunnon tilat myös illaksi

### 4) Mitä muuta haluat sanoa? Tähän koottu kyselyyn kirjoiteltuja muitakin tunteja

- koulutuksiin jotain oheisohjelmaa, teatteri ym.
- jaksamista ja hyvää kesälomaa Ritvalle! (useissa vastauksissa)
- tukihenkilöehdokkaan taustat ja motivaatio hyvä selvittää ennen koulutusta!
- yläikään ei pitäisi puuttua, elämänkokemus on hyvä toimimisessa. Eri asia siinä tapauksessa, jos on muistinmenetystä tai muuta sellaista
- pyrin osallistumaan aluetapaamisiin, jos niitä joskus vain on ollut järjestetty
- tuettavien määrää vaikea määritellä. Kohtaamisia tulee useiden eri henkilöiden kanssa, jotka tarvitsevat tukea. Puhelinkeskusteluja yhden tai useamman kerran saman henkilön kanssa; raportointi?
- vertaistukea tarvitaan tukihenkilöille/yhteisöllisyyttä
- tukihenkilönä toimimiselle ja aluevastaavana toimimiselle tärkeätä olla yläikärajaa!!
- muut tukihenkilöt ovat voimavara, sukulaissieluja, samanlaisten asioiden kanssa tekemisissä, ystäviä
- olin 2 krt työnohjauksessa Seinäjoella, kesto 1 h, matkoihin yli 2 h. Vanhat eläkeläiset veivät ohjausta omaan tahtiin. Navettaan kiire ja illalla olin vielä navetalla!
- en ole säännöllisessä työelämässä enää. 15 vuoden työurani Tampereen sunnalla käsitti pelastushallinnon eri alueilla valmius-, turvallisuus-, kriisikysymyksiä. Toimin em.

erityisasiantuntijana/kouluttajana jne. Haluan kuulua verkostoon ja saada postia ym. Kuulun gtk:n (?) kriisivalmiusr ryhmään, jossa myös päivystäjänä. Kuulun myös luottamustehtävissä srk:ssa ja perusturvassa.

- o täytän tämän vaikka olenkin nyt aluevastaavana
- o koulutuksissa tulevat esimerkit ovat erittäin hyödyllisiä
- o tieto koulutuksista tulee liian myöhään; teen kolmivuorotyötä
- o olisi mukavaa kuulla joskus työterveyshuollon/eläinlääkärin kuulumisia tiloilta...
- o työnohjauksia ollut liian harvoin, ei edes joka vuosi
- o miten asian tunnettavuutta saisi parannettua? Lehtitiedotteet julkaistavaksi johdon tasolta
- o tuettavia "epäviraalisesti" ystävät ja tuttavat, liian läheiset tai naapurit
- o työn ja vapaaehtoistyön erottaminen toisistaan vaikeaa, paljon työn ohessa kasvokkain
- o seurakunnan kanssa on sovittu työnohjauksesta tarvittaessa
- o alueella ei tietoa aluetapaamisista eikä työnohjauksesta (tässä paljon epätietoisuutta)
- o voisiko kouluttajaa vaihtaa? Uudet ajatukset ja uusi näkökulma virkistäisivät! Viime syksyn koulutuksessa oli uusi, hyvä kouluttaja. Avasi uusia näkökulmia
- o koulutus auttaa pitämään "silmit auki"
- o aluetapaamisiin kyllä kutsuttu, mutta omiin aikatauluihin ei ole päivätyön takia sopinut
- o vastaavat tukihenkilöt voisivat useammin osallistua MTK- kokouksiin. Laukaassa olin pitämässä itse Laukaan MTK- kokouksessa puheenvuoron tukihenkilöistä ja yllätys oli suuri, kun monetkaan eivät olleet kuulleetkaan asiasta
- o lisää tietoa ihmisille maakunnissa! Monet eivät ole kuulleetkaan
- o ryhmä vahvistaa toimintaa, ei ole yksin
- o jotenkin pitäisi päästä lähemmäksi kentän ongelmia
- o harmittaa, kun omalla alueella ei ole ollut aluetapaamisia tai työnohjausta, tai sitten niihin ei kaikkia kutsuta
- o mahdollisimman monipuolista koulutusta!
- o koulutuspäivien teemat kiinnostaviksi tai kysyttäisiin tukihenkilöiden mielipiteitä millaiset aiheet olisivat sopivia (näin on tehtykin)
- o kenties voisi ootella koulutuspaikaksi Rautavaaran Metsäkartanoa
- o minulla ei ole tuettavaa tällä hetkellä, varsinaisesti
- o aluetapaamiset voisivat olla valtakunnall. ohjattuja tai paikall. ohjaamaa
- o joka toinen vuosi valtakunn. koulutus 2 pv, joka toinen vuosi alueellinen koulutus 2 pv
- o aluetapaamiset toimivat myös työnohjausmuotoisina (useammassa vastauksessa)
- o isot ryhmät koulutuksissa hankalia. Asioita ei kerkiä käydä ja aikataulut pettää
- o kyselyyn vaikea vastata, jos ei ole paljon tietoa ja kokemusta. Ja mielipiteet ehkä muuttuvat
- o yläikärajaa tukihenkilölle tai aluevastaavalle ei tarte olla, mutta henkinen ja ruumiillinen vireys seurata, jottei omat huolet ja murheet nouse keskusteluissa päällimmäisiksi
- o tuettavia ollut vähän... asiat hiipuvat ja unohtuvat. Koulutukset ja pienimuotoiset kokoontumiset toisivat ehkä lisäpotkua hommaan
- o jatkokoulutukset keväällä ja syksyllä eli 2 x vuodessa, 1-2 yötä
- o toivottavasti palautteita käsitellään rakentavassa hengessä

- o voisin tulla kertomaan henk.koht. kokemastani vakavasta masennuksesta ja että vois yleisö kysyä mitä haluais siitä. Jos tulee tilaisuus – toivon hyvissä ajoin tietoa ajankohdasta ym.
- o toiveena olisi, että jatkokoulutukset järjestettäisiin kahdesti vuodessa
- o aluetapaamiset - aivan hyvä jos olisi kerran kesässä
- o minulla ei ole ollut yhtään tuettavaa, haluan silti olla mukana ja osallistua koulutuksiin
- o olen ollut tyytyväinen nykyisiin käytäntöihin
- o kaikille hyvää vointia ja iloista mieltä!
- o tällä vuodella vähän yhteydenottoja
- o tärkeintä koulutuspaikassa on riittävät parkkipaikat ja hyvät liikenneyhteydet
- o koulutustarve riippuu niin tukihenkilöstä itsestään kuin mahdollisesta tuettavastakin. Siksi koulutuksia tulisi tarjota kaikille ja myös uusintana, sillä kaikkea ei voi muistaa ja monissa asioissa tulee uutta tietoa sekä kouluttajan, että varsinkin muiden tukihenkilöiden kautta. Ja nämä muut tukihenkilöt ovat tapaamisissa/koulutuksissa yleensä se paras anti ja tietoväylä!
- o aluevastaavien kautta ei ole tullut yhtään tuettavaa, mutta muiden linkkien kautta on. Aika paljon on pidempiaikaisia tuettavia, tällä hetkellä 2 säännöllistä ja yksi selviytynyt kutakuinkin
- o haluan roikkua mukana
- o nettipalvelua, tukisuhteen toimintatavan käyttökoulutusta ts. minua kiinnostaa netissä auttaminen
- o koulutukset ovat olleet hyödyksi myös työelämässä. Siellähän on nykyisin paljon tähän liittyviä ongelmia (työntekijöiltä vaaditaan liikaa)
- o antoisaa toimintaa tämä. Yritän kanssaihmisten kanssa soveltaa oppimiani asioita
- o Tarmonpesä- hankkeen vastaavana olin mukana verkoston jutuissa jo 1990- luvun lopulla
- o oma ryhmä työnohjausta halunneille, kokoontumiset heidän sopimiaan, tavallaan nuo alueelliset 2 x vuodessa toteutuvat tapaamiset ovat myös työnohjauksellisia juttuja
- o aikataulut on aina haasteellisia, siksi toivon että seuraavan vuoden aikataulut olisivat tiedossa jo alkusyksyllä (tosin meidän kalenteri esim. vuoden 2013 osalta tehdään jo elokuussa 2012 – eli SPR Varsinais-Suomessa näin)
- o yksilö- ja ryhmätyönohjausta täytyisi saada tarvittaessa ehdottomasti!
- o täytyisi etukäteen olla selvää, että kouluttajat osaavat ammattinsa (joskus ollut täysin avuton ”kouluttaja”)
- o hyvä ajatus, mutta ihmiset ei oikein uskalla tuntemattomalle soitella. Ne juttelee mulle suoraan, kun tietävät että olen tukihenkilö
- o olen toiminnassa mukana, tuettavia on lähipiirissäkin paljon mm. ystäviä ja sukulaisia. Ulkopuolisia, pitkäaikaisia tuettavia ei helposti tule. En ole verkkosivuilla
- o olisin kiinnostunut toimimaan työnohjaajana tukihenkilöille tai tuettaville. Olen valmistunut Muurlasta (?) keväällä 2012



1. TUKIHENKILÖ	Nimi
	Alue
2. AJANKOHTA	Päivämäärä
	Kohtaamisen kesto
3. TUETTAVA	Tuettavan koodi
4. KOHTAAMINEN	<input type="checkbox"/> Puhelu <input type="checkbox"/> Muualla
5. YHTEYDENOTTO KOSKI	<input type="checkbox"/> Yhteydenottajaa itseä <input type="checkbox"/> Jotakuta muuta, ketä?
6. SUKUPUOLI	<input type="checkbox"/> Nainen <input type="checkbox"/> Mies <input type="checkbox"/> Ei tiedossa
7. IKÄ	<input type="checkbox"/> Alle 18-vuotias <input type="checkbox"/> 30-62-vuotias <input type="checkbox"/> 80-vuotias tai yli
	<input type="checkbox"/> 18-29-vuotias <input type="checkbox"/> 63-79-vuotias
8. MAAKUNTA (tuettavan, jos tiedossa)	<input type="checkbox"/> Ahvenanmaa <input type="checkbox"/> Keski-Suomi <input type="checkbox"/> Pohjois-Karjala
	<input type="checkbox"/> Etelä-Karjala <input type="checkbox"/> Kymenlaakso <input type="checkbox"/> Pohjois-Pohjanmaa
	<input type="checkbox"/> Etelä-Pohjanmaa <input type="checkbox"/> Lappi <input type="checkbox"/> Pohjois-Savo
	<input type="checkbox"/> Etelä-Savo <input type="checkbox"/> Häme <input type="checkbox"/> Satakunta
	<input type="checkbox"/> Kainuu <input type="checkbox"/> Pirkanmaa <input type="checkbox"/> Uusimaa
	<input type="checkbox"/> Keski-Pohjanmaa <input type="checkbox"/> Pohjanmaa <input type="checkbox"/> Varsinais-Suomi
9. YHTEYDENOTTO/KÄYNTI	<input type="checkbox"/> Ensimmäinen kerta <input type="checkbox"/> Uusinta
10. ENSISIJAINEN YHTEYDENOTON AIHE (ENINTÄÄN KAKSI SYYTÄ)	<input type="checkbox"/> Ihmissuhdeongelma <input type="checkbox"/> Riippuvuudet <input type="checkbox"/> Tulevaisuuden epävarmuus
	<input type="checkbox"/> Parisuhdeongelma <input type="checkbox"/> Alkoholi- /päihdeongelma <input type="checkbox"/> Itsemurhan uhka
	<input type="checkbox"/> Arkipäivän asiat <input type="checkbox"/> Työn vaativuus <input type="checkbox"/> Kuolema, surutyö
	<input type="checkbox"/> Avio- tai avoero <input type="checkbox"/> Väkivalta tai sen uhka <input type="checkbox"/> Onnettomuus
	<input type="checkbox"/> Mielen terveyden ongelmat <input type="checkbox"/> Yksinäisyys <input type="checkbox"/> Työhön liittyvät asiat esim. uupumus
	<input type="checkbox"/> Sairaus <input type="checkbox"/> Taloudelliset asiat <input type="checkbox"/> Kotouttaminen
	<input type="checkbox"/> Muu, mikä?
11. JATKOTOIMENPITEET	<input type="checkbox"/> Uusi puhelinyhteys <input type="checkbox"/> Ohjattu saamaan apua muualta, mistä?
	<input type="checkbox"/> Tapaaminen <input type="checkbox"/> Ei sovittu
12. ARVIO TUETTAVAN TILANTEEN MUUTOKSESTA TUKISUHTEEN AIKANA	<input type="checkbox"/> Tilanne on pysynyt ennallaan
	<input type="checkbox"/> Tilanne on parantunut
	<input type="checkbox"/> Tilanne on huonontunut