



”Siitä saa enemmän, mitä antaa. Se on se, mikä kantaa eteenpäin.”

Tutkimus vapaaehtoisina toimivien omaisten motiiveista

**Minna Gold
Lea Härö**

Opinnäytetyö
Toukokuu 2009
Sosiaalian koulutusohjelma
Sosiaalinen kuntoutus ja
English Degree Programme
Pirkanmaan ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Pirkanmaan ammattikorkeakoulu
 Sosiaalialan koulutusohjelma
 English degree programme &
 kuntoutuksen suuntautumisvaihtoehto

GOLD, MINNA & HÄRÖ, LEA : ”Siitä saa enemmän, mitä antaa. Se on se, mikä kantaa eteenpäin.” Tutkimus vapaaehtoisina toimivien omaisten motiiveista.

Opinnäytetyö 55s., liitteet 44s.
 Toukokuu 2009

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli selvittää, Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:n vapaaehtoistoimijoina toimivien omaisten vapaaehtoistoiminnan motiiveja. Lähestyimme aihetta kolmen tutkimuskysymyksen kautta: mitä on olla vapaaehtoistoimijana omassa tukiyhdistyksessä, mistä motivaatio vapaaehtoistoiminnalle syntyy sekä, miten se pysyy yllä.

Opinnäytetyömme oli kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Tutkimusaineisto kerättiin teemahaastattelemalla kuutta Omaisesta mielenterveystyön tukena Tampere ry:n vapaaehtoistoimijana toimivaa omaista. Aineiston analyysitapana käytimme sisällönanalyysin luokittelun ja teemoittelun lisäksi Anne Birgitta Yeungin kehittämää vapaaehtoisuuden motivaation timanttimallia ja motivaatioteemojen luetteloa, jotka on kehitetty nimenomaan vapaaehtoisten motivaatioiden tutkimista ja tarkastelua varten. Lisäksi käytimme analyysissä apuna Hannu Sorrin määrittelemiä vapaaehtoistyyppisiä: kriisikeskeinen, tilannekeskeinen ja kehityskeskeinen.

Tutkimuksessa kävi ilmi, että vapaaehtoisena toimiminen antoi vapaaehtoiselle omaiselle enemmän kuin mitä hän itse pystyi antamaan. Vapaaehtoisena toimiminen tuki omaisena oloa ja antoi näkökulmaa omiin ongelmiin. Tärkein motiivi vapaaehtoistoimijaksi ryhtymiselle oli ensikohtaaminen yhdistyksessä ja kuulluksi tuleminen tunne. Vapaaehtoisuus ei häirinnyt omaisena oloa edellyttäen, että omassa elämässä oli päässyt kriisivaiheen yli. Vapaaehtoisuuden tärkeimmät motiivit olivat halu auttaa, toiminnan palkitsevuus, sosiaaliset kontaktit, uuden oppiminen ja elämän sisällön paraneminen.

Tieto omaisten vapaaehtoistoiminnan motiiveista auttaa yhdistystä huomioimaan vapaaehtoisten tarpeet ja intressit sekä järjestämään mielekästä toimintaa ja kehittämään vapaaehtoiskoulutusohjelmia.

Asiasanat: Motivaatio, motiivit, motivaatiokartta, motivaation kahdeksankulmainen timanttimalli, omainen, vapaaehtoistyö, vapaaehtoinen, vapaaehtoistoimija.

ABSTRACT

Pirkanmaa Polytechnic – University of Applied Sciences
Degree Program in Social Services &
English Degree Program
Social Rehabilitation

GOLD, MINNA & HÄRÖ, LEA: "It gives you more than you can give. That's what carries you on." Research of the motives of volunteer workers

Bachelor's thesis 55 p., appendices 44 p.
May 2009

The purpose of our research was to study the motives of volunteer workers at Omaisiet mielenterveystyön tukena Tampere ry (The Family Association Promoting Mental Health in Tampere), a support organization for relatives of people with mental illnesses. We approached this theme with three different study questions: What is it like to be a volunteer in a support organization? Where do volunteers derive their motivation? How do volunteers keep motivated?

This was a qualitative research project. The data was collected through theme interviews of six volunteers who were also relatives of mentally ill people and members of the Omaisiet mielenterveystyön tukena Tampere ry. The data was analyzed through content analysis using the motivation themes and the Octagon Model of Volunteer Motivation developed by Anne Birgitta Yeung. We also used descriptions of volunteer types (crisis-, situation- and development-oriented) as developed by Hannu Sorri for background.

The results of this study showed that the volunteers felt that they benefited more than they gave. It helped them in their role as a relative of a mentally ill person. It gave them a new perspective to their own problems. The most important motives for becoming a volunteer was their experiences during their first encounter with the organization, with the support they received and with a sense that they felt that they were being heard. Being a volunteer did not interfere with their role as a relative as long as they had overcome their own crisis situations. The most important motives for volunteering were the desire to help, the rewards, the social contacts, new learning and the improvement of the quality of their own lives.

Understanding the motives of volunteers can help organizations to address the needs and interests of their volunteers, to organize activities and to develop training programs.

Key words: Motivation, motives, motivational map, Octagon Model of Volunteer Motivation, volunteer work, volunteer.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	5
2	TEOREETTISTA TAUSTAA	7
2.1	Motivaatio	7
2.2	Vapaaehtoistoiminnan motivaatio.....	9
2.3	Vapaaehtoismotivaation Timanttimalli.....	11
2.4	Keskeisiä käsitteitä.....	14
2.4.1	Vapaaehtoistoiminta ja sen periaatteet.....	14
2.4.2	Suomalaisten vapaaehtoistoiminta.....	15
2.4.3	Vapaaehtoistyö julkisten palvelujen täydentäjänä	16
2.4.4	Kolmas sektori ja vapaaehtoistoiminta	17
3	OMAISET MIELENTERVEYSTYÖN TUkena TAMPERE RY	19
3.1	Yhdistyksen historiaa	19
3.2	Omaisen asema omaisyhdistyksessä	20
3.3	Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry ja vapaaehtoistoiminta.....	21
4	EMPIIRISEN HAASTATTELUTUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	23
4.1	Tutkimustehtävä ja – kysymykset.....	23
4.2	Aineiston keruu	23
4.3	Aineiston analyysi.....	25
5	VAPAAEHTOISTOIMIJOIDEN TOIMINNAN MOTIIVIT	27
5.1	Motivaatioteemojen ja – kartan löydökset	27
5.1.1	Saaminen – Antaminen	27
5.1.2	Jatkuvuus – Uuden Etsintä.....	31
5.1.3	Etäisyys – Läheisyys	33
5.1.4	Pohdinta – Toiminta.....	35
5.1.5	Haastateltavien motivaatiokartat	36
5.2	Sisällönanalyysin löydökset	39
5.2.1	Mukaantulo vapaaehtoistoimintaan	39
5.2.2	Roolit: omainen / vapaaehtoistoimija.....	40
5.2.3	Vapaaehtoistoimijana jaksaminen.....	41
5.2.4	Vapaaehtoistoiminnan anti omaiselle	42
5.3	Yhteenveto vapaaehtoisina toimivien omaisten keskeisistä toiminnan motiiveista	44
6	POHDINTA	45
6.1	Luotettavuus ja eettisyys	49
6.2	Jatkotutkimus- ja kehitysideat.....	51
	LÄHTEET	53
	LIITTEET	56

1 JOHDANTO

Vapaaehtoistyö on nykyään yksi toimivan kansalaisyhteiskunnan peruselementti. Se edustaa yhteiskuntaa, jossa kansalaiset pyrkivät osallisuuteen ylläpitämällä yhteisöllisyyttä ja vaikuttamalla toisten hyvinvointiin. (Koskiahho 2001, 16.) Tilanteissa joissa valtio ja viranomaiset eivät pysty tarjoamaan apua heti, vapaaehtoistyö voi toimia ensi- ja kriisiapuna. Useat järjestöt ja yhdistykset ovat lähteneet liikkeelle nyky-yhteiskunnan tuomien paineiden kuten työttömyyden, sairauksien, yksinäisyyden ja syrjäytymisen takia. Niiden tavoitteena on tarjota palveluja, jotka mahdollistavat auttamisen vapaaehtoistyön kautta. Vapaaehtoistyön tarkoituksena on keskittyä sellaisiin palveluihin, joiden tarve on noussut kansalaisista itsestä käsin ja joiden ensisijainen tehtävä on vähentää ihmisten pahoinvointia ja parantaa yksilöiden tai ryhmien elinoloja (Nylund & Yeung 2005, 31). Vapaaehtoistyön tulee edistää ihmisten välistä vuorovaikutusta ja tasa-arvoa.

Järjestöt ja yhdistykset, jotka tarjoavat näitä palveluja nimitetään kolmanneksi sektoriksi, koska ne toimivat valtion ja kuntien tukena palvelujen määrän ja laadun saavuttamiseksi. Myös kansalaiset ovat huomanneet kolmannen sektorin tarjoamien palvelujen tärkeyden. Ne ihmiset, jotka ovat kipeästi avun tarpeessa, löytävät tiensä kolmannen sektorin palveluihin. Monen mielestä on helpompaa turvautua kolmanteen sektoriin valtion tarjoamien palvelujen sijaan, koska apu on saatavilla nopeammin ja varhaisemmassa vaiheessa sen sijaan, että täytyisi jäädä odottamaan jonoihin avun saamiseksi. (Lahtinen 2003, 12.)

Tampereella yksi kolmannen sektorin palvelujen tarjoajista on Omaiset mielenterveystyön tukena ry. Yhdistyksen tarkoituksena on tarjota edunvalvontaa ja vertaistukea omaisille, sekä tehdä tiivistä yhteistyötä eri tahojen kanssa, jotta omaisten näkemykset otettaisiin huomioon läheisen sairauden hoidossa (Toimintakertomus 2007, 3).

Ajatus tähän opinnäytetyöhön lähti Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:n vt. toiminnanjohtajalta. Yhdistys on vuosittain osallistunut moniin tutkimuksiin, jotka ovat kohdistuneet yhdistyksen toimintaan, jäseniin ja toimintamuotoihin kuten vertaistukeen.

Omaisten vapaaehtoistoiminnan motiiveja siellä ei kuitenkaan ole vielä tarkemmin tutkittu.

Opinnäytetyömme tutkimuksen tarkoituksena on tarkastella, mitä on olla vapaaehtoistoimijana omassa tukiyhdistyksessä, mistä motivaatio vapaaehtoistoiminnalle syntyy ja miten se säilyy haastatteleamalla yhdistyksen vapaaehtoistojoina toimivia omaisia. Tutkimuksessa käytämme vapaaehtoisista vapaaehtoistoimijan nimikettä, koska se on yhdistyksessä vakiintunut termi.

Oma mielenkiintomme opinnäytetyön aiheeseen on herännyt henkilökohtaisen vapaaehtoistointaan osallistumisen kautta. Opintojen ohella suoritettu vapaaehtoistyön kurssi ja Omaisat mielenterveystyön tukena ry:ssä suoritettu työharjoittelu ovat osaltaan innostaneet meitä tarttumaan tähän aiheeseen.

Aineiston keruu menetelmäksi olemme valinneet teemahaastattelun, jotta saisimme tuotua mahdollisimman hyvin tutkimuksessamme esille omaisten omat äänet. Teoreettisena viitekehyksenä käytämme Sorrin (2005, 128–130) luokittelemia vapaaehtoistyypppejä: kriisikeskeinen, tilannekeskeinen ja kehityskeskeinen. Motiivien tarkastelun näkökulmaksi ja työkaluksi olemme työssämme valinneet Yeungin (2005b, 107, 124–125) kehittämän vapaaehtoisuuden motivaation timanttimallin ja motivaatioteemojen luettelon, jotka on kehitetty nimenomaan vapaaehtoisten motivaatioiden tutkimista ja tarkastelua varten. Aineiston tarkastelussa käytämme lisäksi apuna sisällönanalyysia.

Tässä opinnäytetyössä selitämme lukijalle työn keskeisistä käsitteistä, teorioista ja yhdistyksestä. Lopuksi kuvailemme tutkimuksen toteutusta ja tulokset. Tämän tutkimuksen pohjalta Omaisat mielenterveystyön tukena Tampere ry voi kehittää vapaaehtoistointaansa ja löytää uusia asioita vapaaehtoisten rekrytointiin ja kouluttamiseen.

2 TEOREETTISTA TAUSTAA

Opinnäytetyömme tarkoituksena on tutkia vapaaehtoistoimijoina toimivien omaisten toiminnan motiiveja. Työmme teoreettisena taustana ovat motivaation käsite, Yeungin (2002) tekemä vapaaehtoistoiminnan motivaatio-tutkimus, Sorrin (2005, 128–130) tutkimus vapaaehtoistoiminnan merkityksestä vapaaehtoiselle itselle ja vapaaehtoistyyppien määritelmät sekä Yeungin (2005b, 107) kehittämä vapaaehtoistoiminnan Timanttimalli (liite 5) ja motivaatioteemat (liite 4).

2.1 Motivaatio

Motivaatio-sanana latinankielinen alkuperäissana on *movere*, joka tarkoittaa liikkumista (Ruohotie 1998, 36). Antiikin aikana uskottiin ihmisen motivaation perustuvan mielihyvään ja kykyyn valita toimintansa suunta järkipäisellä ajattelulla. 1700-luvulla korostettiin myös älyllisen päättelyn ja järjellisen avulla suoritettua valintaa. Darwinin evoluutio- ja luonnonvalintateorian jälkeen 1800-luvun lopulla ja 1900-luvun alussa ihmisen toiminnan motivaatiot nähtiin pääosin vaistoina. Freudin viettiteorian oppien kautta motiiveja tarkasteltiin myös tiedostamattomien jännitteiden ja ristiriitojen kautta seksuaalisuuden näkökulmasta. (Internetix opinnot 2009.)

Merkittävimmät motivaatioteoriat 1900-luvun puolivälissä olivat Pavlovin ehdollistamisteoria ja Maslowin tarvehierarkia. Molemmat tutkijat kallistuivat pohtimaan sitä, mikä saa ihmisen liikkeelle. Motivaation katsottiin perustuvan ihmisen sisäisiin vietteihin ja tarpeisiin, jotka ohjasivat ihmisen toimintaa. Motivaatiota tutkittiin lähinnä kliinisissä hoitotilanteissa ja eläinlaboratorioissa. Myöhemmin etsittiin myös ihmiselle ominaisia motiiveja, mutta silloinkin vain yksilön sisäisten tekijöiden näkökulmasta. (Internetix opinnot 2009.)

Uusi kiinnostus motivaation tutkimiseen alkoi vasta 1980-luvulla. Tällöin keskityttiin tutkimaan sitä, mikä ihmisiä vetää puoleensa. Tutkijat kiinnostuivat ihmisten henkilökohtaisista tavoitteista, vaikuttamismahdollisuuksista, sekä ympäristön merkityksestä motivaatiolle. (Nurmi & Salmela-Aro 2002, 6–7.)

Motivaatio selittää, miksi ihminen toimii tietyllä tavalla sekä, miksi hän ylläpitää tai estää tiettyä käyttäytymistään (Ruohotie 1998, 36–37). Ihmisen ajattelua ja toimintaa on mahdoton ymmärtää ilman tietoa hänen kiinnostuksistaan ja mielihaluistaan. (Nurmi & Salmela-Aro 2002, 6.)

Motivaatio-sanan kantasana on motiivi, jolla tarkoitetaan syytä tai aihetta. Motiiveja voivat olla erilaiset halut, tarpeet, vietit sekä sisäiset yllykkeet, palkkiot ja rangaistukset. Motiivit voivat olla myös tiedostamattomia. Motiivit virittävät ja ylläpitävät ihmisen kaikkea toimintaa, ovat sitä ohjaava voima. Motivaatio on siis erilaisten motiivien aikaansaama tila. (Ruohotie 1998, 36–37.)

Motivaatiossa nähdään usein kaksi erillistä vaikuttavaa tekijää: vireys ja suunta. Vireys viittaa ihmisen energiavoimaan; yksilön henkiseen ja fyysiseen voimaan, joka ohjaa häntä käyttäytymään tietyllä tavalla. Suunta taas määrää toiminnan kohteen ja vaikuttaa tavoitteiden muodostumiseen. (Ruohotie 1998, 37.)

Motivaatio voi olla joko sisäinen tai ulkoinen. Sisäinen motivaatio toimii omaehtoisesti niin, että ihminen tekee asioita oman itsensä vuoksi, omasta tahdostaan. Ulkoinen motivaatio taas perustuu siihen, että toiminta tapahtuu palkkion toivossa tai rangaistuksen pelossa. Erilaisten sisältöjensä takia niitä ei voida kuitenkaan pitää täysin toisiaan pois sulkevinä. Pikemminkin ne täydentävät toisiaan: esiintyvät yhtä aikaa, mutta tällöin toinen motiivityypeistä on toista hallitsevampi. Motivaatitasojen voimakkuus ja painottuneisuus vaihtelevat ulkoisten- ja sisäisten tekijöiden muuttuessa. (Ruohotie 1998, 37–38.)

Motivaatio on tilannesidonnainen. Tutkimusten perusteella se erotetaan tilannemotivaatioon ja yleismotivaatioon. Tilannemotivaatiolla tarkoitetaan tilannetta, jossa sisäiset ja ulkoiset ärsykkeet virittävät motiiveja, jotka vuorostaan suuntaavat toimintaa ja käyttäytymistä päämäärien saavuttamiseksi. Yleismotivaatiolla kuvataan käyttäytymisen pysyvyyttä, vireystasoa ja suunta. Yleismotivaatio voidaan määritellä lyhyesti asenteeksi. Motivaatio liittyy yleensä vain yhteen tilanteeseen kerralla, kun asenne on yleisesti pysyvämpi toiminnan määrittäjä. Muutokset motivaatiossa eivät välttämättä aiheuta muutoksia asenteessa. Motivaatio säätelee vireystasoa ja asenne toiminnan laatua. (Ruohotie 1998, 41–42.)

2.2 Vapaaehtoistoiminnan motivaatio

Vapaaehtoistoiminnan motiivit vaihtelevat eri aikoina ihmiseltä ihmiselle. Ne voivat olla tiedostettuja tai tiedostamattomia. Yleensä ihmisten elämäntilanne ja kokemukset määrittelevät motivaation vapaaehtoistoiminnalle. Vapaaehtoistojat ovat mukana usein siitä syystä, että se palvelee heidän sen hetkistä elämäntilannetta.

Yleisesti vapaaehtoistointaan lähdetään mukaan halusta auttaa muita. Yeungin (2002, 32) tekemän tutkimuksen mukaan suomalaisista jopa yli 40 % ilmoitti vapaaehtoistoiminnan motiiviksi halun auttaa muita. Ihmisellä on harvoin vain yksi ainoa ajatus siitä, miksi hän on vapaaehtoinen. Myös sosiaalisuus, halu oppia ja jakaa kokemuksia sekä elämäntilanteen mukana tuoma vapaa-aika motivoivat ihmisiä vapaaehtoisuuteen. Vapaaehtoistointa antaa elämälle sisältöä ja tuo mukanaan onnistumisen kokemuksia.

Vapaaehtoistyön motiivit ovat sekä altruistisia että itsekkäitä. Motiivit ovat muuttuneet yksilöllisempään suuntaan altruistisesta auttamismotiivista siihen, että vapaaehtoistyöstä halutaan saada myös jotain itselle. Yeungin mukaan naisten motiiveina ovat auttamishalu, uuden oppiminen ja mahdollisuus tutustua uusiin ihmisiin. Miehillä motiiveina ovat ajan käytön hyödyntäminen, ystävien vaikutus ja kansalaisvelvollisuus. (Yeung 2002, 70–72.)

Vapaaehtoistoimijoiden henkilökohtaiset kokemukset ja elämäntilanne ovat osaltaan syitä vapaaehtoisuudelle. Sorri (2005, 128) vertaa artikkelissaan ”Elämän käänneet” kolmea eri Suomessa tehtyä tutkimusta tavoitteena tutkia vapaaehtoisuutta prosessina, joka on yhteydessä vapaaehtoisen elämänkulkuun. Tutkimusten haastateltavat toimivat vapaaehtoisina palvelevassa puhelimessa, saattohoidossa ja diakoniatyössä. Tutkimuksessaan Sorri (2005, 128–130) luokittelee vapaaehtoistoimijat kolmeen elämänkertaprosessin näkökulmasta määriteltyn vapaaehtoistoimijoiden tyyppiin: kehityskeskeisiin, kriisikeskeisiin ja tilannekeskeisiin vapaaehtoistoimijoihin.

Sorriin (2005, 128) mukaan kehityskeskeiset vapaaehtoistoimijat ovat niitä, joille vapaaehtoistyö antaa mahdollisuuden parantaa omaa ammatillista osaamista. Nämä vapaaehtoistoimijat tulevat yleensä sosiaali- ja opetusaloilta vahvistaakseen vuorovaikutustaitojaan (Sorri 2005, 128).

Kriisikeskeiset vapaaehtoistoimijat ovat puolestaan kokeneet jotakin sellaista, jolla on ollut huomattava vaikutus heidän elämässään. Nämä kokemukset voivat olla kriisejä tai muuten elämäntilannetta muuttavia asioita. Ne ihmiset, jotka selviytyvät näistä elämäntilanteiden heilahteluista, haluavat auttaa toisia samankaltaisessa tilanteessa olevia. (Sorri 2005, 128.)

Tilannekeskeiset vapaaehtoistoimijat ovat niitä, jotka ovat kokeneet elämässään muutoksia kuten esimerkiksi eläkkeelle siirtymisen tai työttömyyden, ja haluavat sopeutua siihen. Heille juuri vapaaehtoistoiminta antaa tukea ja sisältöä päivittäiseen toimintaan. (Sorri 2005, 129.)

Sorriin mukaan vapaaehtoisuus voi tarjota ”vastuunkantajalle mahdollisuuden vahvistaa tiettyjä alueita elämässään tekemällä tehtävää, johon voi sisäisesti sitoutua. Ihmiset käyttävät vapaaehtoisuutta myös välineenä oman elämänsuuntansa etsimiseen ja pyrkivät vapaaehtoistyöllä vahvistamaan valitsemiaan puolia identiteetissään. ” (Kuvaja 2005.)

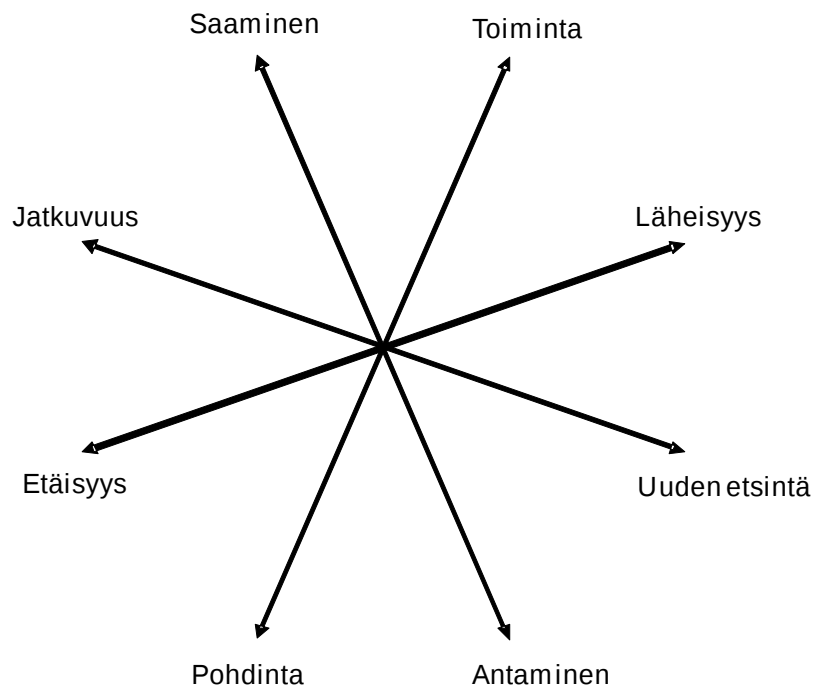
Vapaaehtoistoimija tuo toimintaan omalla persoonallaan ja kokemuksillaan tietoa ja taitoja, joita ammattilaisella ei välttämättä ole. Vapaaehtoistoimijan tarkoituksena on tukea ammattilaista, ei korvata häntä. Ammattilisten taitojen puuttuessa ja työn vaativuuden takia vapaaehtoinen tarvitsee koulutusta ja tukea siinä missä ammattilainenkin (Lehtinen 1997, 21). Vapaaehtoistoimintaa järjestävien tahojen on hyvä tietää vapaaehtoistoimijoidensa motiiveista. Ilman motivoituneita vapaaehtoistoimijoita, toiminta ei voi kehittyä ja jatkua. Vapaaehtoisuus, vapaamuotoisuus, joustavuus ja riippumattomuus ovat yhtä lailla vapaaehtoistyön riskejä kuin vahvuuksia toiminnan jatkuvuudelle. (Yeung 2005a, 83.) Tästä syystä on tärkeää tukea vapaaehtoistoimijoiden sitoutumista, motivaatiota ja jaksamista.

2.3 Vapaaehtoisмотivaation Timanttimalli

Vapaaehtoisena toimiminen on pitkälle sidottua vapaaehtoistoimijoiden motivaatioon. Jotta vapaaehtoistoiminnasta tulisi pysyvää ja palkitsevaa, vapaaehtoistoimijoiden motiiveja on hyvä tutkia ja pohtia yhdessä järjestöissä ja yhdistyksissä.

Motiivien tutkiminen on aikaa vievää, mutta samalla se voi tarjota ideoita toiminnan kehittämiseen ja jatkuvuuteen. Motiivien tarkastelu ei ole ainoastaan hyödyksi vapaaehtoistoimintaa järjestäville organisaatioille vaan myös vapaaehtoisille itselleen. Motiivien selvittäminen tarjoaa tietoa organisaatiolle toimivista alueista ja antaa suuntaa kehittymiselle. Vapaaehtoistoimijalle se kertoo sen hetkisistä syistä tehdä vapaaehtoistyötä ja auttaa jaksamaan toiminnassa. Jotta vapaaehtoistoimijan ja yhdistyksen tarjoama vapaaehtoistyö olisi toimivaa ja palkitsevaa tai tarpeita tyydyttävää kaikille osapuolille on motiivien tarkastelu kannattavaa.

Yeung (2005b, 107) kehitti Vapaaehtoismotivaation timanttimallin eli motivaatiokartan (kuvio 1) haastatellessaan vapaaehtoistoimijoita, jotta heidän motiiveja ymmärrettäisiin kokemusten ja toiminnan merkityksen kautta. Haastattelujen perusteella Yeung löysi 767 erilaista ilmaisua motiiveista. Näitä Yeung nimittää merkitysyksiköiksi. Ilmaisujen eli merkitysyksiköiden analysoinnin tuloksena Yeung päätyi neljään perusulottuvuuteen Saaminen - Antaminen, Jatkuvuus - Uuden etsintä, Etäisyys - Läheisyys ja Pohdinta - Toiminta. Yeung sijoitti kaikki 767 ilmaisua kunkin neljän ulottuvuuden välimaastoon tai ääripäihin. (Yeung 2005b, 107–116.) Vapaaehtoismotivaation teemaluettelo on kuvattu liitteessä 3. Yeungin mukaan luetteloa ”voidaan käyttää vastaamaan kysymykseen, mistä motivaatio koostuu” (Yeung 2005b, 124) ja kuinka tyypillistä se vapaaehtoistoimijoille on.



KUVIO 1. Vapaaehtoismotivaation timanttimalli (Yeung 2005b, 107) eli motivaatiokartta

Timanttimallin avulla on mahdollista tarkastella ja verrata vapaaehtoistoimijoiden motiiveja. Sen avulla on mahdollista tutkia miten eri elementit vaikuttavat motiiveihin eri aikoina. Kuviossa 1 oikealla kuvatut ääripäät kuvaavat vapaaehtoistoimijan motiivien suuntautumisesta itsestä ulospäin (toimintaan, kontakteihin, uusiin asioihin, antamiseen). Vasemmalla puolella olevat ääripäät puolestaan kuvaavat motiivien suuntautuvan vapaaehtoiseen itseensä (saamiseen, mietiskelyyn, arvoihin). Timanttimalia käyttämällä voidaan saada kokonaiskuva vapaaehtoistoimijan sen hetkisistä motiiveista ja suuntautuneisuudesta. (Yeung 2005b, 108.)

Henkilökohtaisella tasolla motivaatiokartta osoittaa mitä ääripäätä motivaatio on kaikkein lähimpänä. On tärkeää muistaa, että karttaa laatiessa vapaaehtoistoimija kuvaa vain senhetkisiä motivaatioitaan. Motiivit on siis syytä ymmärtää dynaamisina ja muuttuvina. Kartan täyttämistä ja sen tarkastelua voidaan käyttää hyväksi mm. suunnitellessa millaista tukea vapaaehtoistoimija tarvitsee. (Yeung 2005b, 122.) Kartta voi myös toimia reflektion välineenä vapaaehtoistoimijalle tarkasteltaessa hänen suhdetta ”vapaaehtoisuuteen ja siinä tapahtuneisiin muutoksiin ja muutostoiiveisiin.” (Yeung 2005b, 122.)

Yeungin mukaan (2005b, 109–117) kartan neljä eri ulottuvuutta voidaan kuvata seuraavasti: Saaminen - Antaminen ulottuvuus kuvaa niitä asioita, joita vapaaehtoistoimija saa tai mitä hän voi itse antaa toiminnalle. Jatkuvuus - Uuden Etsintä kuvaa motivaatiota vapaaehtoistoimijan tarpeesta toimia tutun asian tai teeman parissa tai halusta oppia uutta. Etäisyys - Läheisyys ulottuvuus esittää vapaaehtoistoimijan sosiaalisten kontaktien merkitystä motivaatiossa; kokeeko vapaaehtoistoimija sosiaalisuuden ja yhdessäolon motivoivaksi vai ottaako hän etäisyyttä määräämällä itse osallistumisestaan. Pohdinta - Toiminta ulottuvuus puolestaan kertoo vapaaehtoistoimijan motiivista käydä läpi omia kokemuksiaan tai mahdollisuudesta täyttää vapaa-aikaansa merkityksellisillä toiminnoilla. (Yeung 2005b, 109–117.)

2.4 Keskeisiä käsitteitä

2.4.1 Vapaaehtoistoiminta ja sen periaatteet

Vapaaehtoistoiminta on yleisnimike toiminnasta, joka perustuu yksilön vapaaseen tahtoon toimia jonkun asian hyväksi saamatta siitä korvausta. Vapaaehtoistoiminnan tarkoituksena on yleensä toimia jonkun toisen henkilön tai ryhmän hyväksi (European Volunteer Centre 2006). Vapaaehtoistoiminnan ydin onkin oman tai toisen ihmisen elämänlaatuun vaikuttaminen (Nylund & Yeung 2005, 14). Ihmisten tarve tällaiselle tuelle on kasvanut yhteiskunnassa tapahtuvien muutosten kuten työttömyyden, sairauksien, yksinäisyyden, syrjäytymisen ja kriisien myötä. Vapaaehtoistoimintaa voidaan pitää modernin yhteiskunnan tunnusmerkkinä. Ihmisten halu vaikuttaa ja osallistua kansalaistoimintaan toteutuu monen kansalaisen kohdalla juuri vapaaehtoistoiminnan kautta. Suomessa vapaaehtoistyötä tehdään enimmäkseen sosiaali- ja terveystyön piirissä, mutta myös nuoriso-, sivistys, vammaistyön ja liikuntajärjestöjen parissa.

Vapaaehtoistoiminta ei edellytä osallistujilta mitään erityisiä taitoja vaan perustuu vapaaehtoisten omiin kykyihin. Jokainen vapaaehtoinen toimii niillä tiedoilla ja taidoilla joita hänellä on. Järjestöjen ja yhdistysten tehtäväksi jää vapaaehtoisten tukeminen ja kouluttaminen, jotta vapaaehtoistyön jatkuvuus varmistuu. Koska vapaaehtoistoiminta perustuu yksilön halukkuuteen toimia eri järjestöissä tai yhdistyksissä, tulee niiden huomioida toiminnassaan vapaaehtoistoimijoiden vaihtuvuus ja toiminnan lyhytkestoisuus. Erilaiset projektit ja auttamismuodot voivat toimia vapaaehtoisten houkuttamina sitoutua toimintaan oman ajan käytön resurssien mukaan. Näistä esimerkkeinä ovat päivystystoiminta, lyhyt kestoiset tapahtumat, mahdollisuus vaikuttaa omaan ja järjestön toimintaan sekä ”voimavarojen ja taitojen mukaan määrittyvät tehtävät” (Haven 2008, 9). Vapaaehtoistoiminnan kantavana voimana on aina hyvin suunnittelu, riittävä vapaaehtoistoimijoiden tuki ja koulutus, työnohjaus, vapaaehtoistoimijoille suunnatut virkistymismahdollisuudet ja kokoontumiset.

2.4.2 Suomalaisen vapaaehtoistoiminta

Suomessa vapaaehtoistoimintaan osallistuvien joukko voi olla hyvinkin kirjavaa. Suurin osa suomalaisista vapaaehtoisista on eläkeläisiä ja työttömiä (Yeung 2002, 25). Vuonna 2002 tehdyssä tutkimuksessaan Yeung (Yeung 2002) selvitteli syitä miksi suomalaiset osallistuvat tai jättävät osallistumatta vapaaehtoistoimintaan sekä mitkä asiat motivoivat ihmisiä vapaaehtoistoimintaan. Yeungin tutkimus kattoi koko Suomen lukuun ottamatta Ahvenanmaata. Tutkimusaineisto kerättiin 997 ihmiseltä iältään 15–74 vuotta. (Yeung 2002, 10.) Yeungin (2002) tekemän tutkimuksen mukaan eri-ikäisillä ihmisillä on eri intressit autettavien suhteen. Nuoret auttavat helpommin tuntemattomia, mutta myös ystäviä. Keski-ikäiset huolehtivat sukulaisistaan ja eläkeläiset naapureistaan. Avunsaajien kohteeksi nimetään yleisimmin lähipiiri, lapsiperheet, yksinäiset vanhukset ja vertaiset. (Yeung 2002, 70–72.)

Yeungin (2002) tutkimus osoitti, että suomalaiset ovat yleensä aktiivisia ja heillä on halu toimia eri järjestöissä vapaaehtoistyöntekijöinä. Tutkimuksen mukaan yli kolmasosa suomalaisista osallistuu jollakin tapaa vapaaehtoistoimintaan. Keskimäärin vapaaehtoistoimintaan käytetään noin 18 tuntia kuukaudessa. Suurin syy vapaaehtoistoiminnan ulkopuolelle jäämiselle ovat ajanpuute ja terveydelliset syyt. (Yeung 2002, 70–72.)

Suomalaiset mieltävät vapaaehtoistoiminnan arvokkaaksi ja hyödylliseksi. Yeungin (2002) mukaan yli puolet suomalaisista pitää auttamista ja toisista välittämistä ensisijaisina arvoinaan. Suosituimmat vapaaehtoistoiminnan alueet ovat urheilu ja liikunta, terveys- ja sosiaalialojen vapaaehtoistoiminta ja lasten- ja nuorten kasvatustarpeisiin liittyvä vapaaehtoistoiminta. Naiset osallistuvat tutkimuksen mukaan terveys- ja sosiaalialojen vapaaehtoistoimintaan, miehet taas puolestaan urheiluseurojen tarjoamiin toimintoihin. Nuoria kiinnostavat eniten eläinten-, luonnon- ja ympäristönsuojelu, nuorten ja lasten vapaaehtoistoiminta ja ihmisoikeus-asiat. (Yeung 2002, 70–72.)

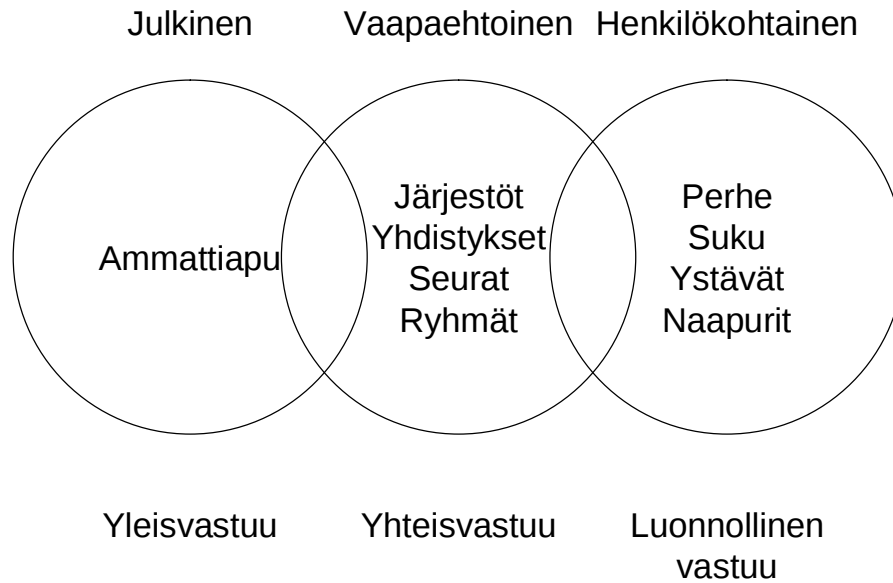
2.4.3 Vapaaehtoistyö julkisten palvelujen täydentäjänä

Tarve vapaaehtoistoiminnalle on kasvanut viimeisen vuosikymmenen aikana. Palkkatyönä tehtävä auttaminen ei yksin pysty täyttämään niitä tarpeita mitä yhteiskunnassa on (Nyman 2003, 6.) Vielä 1980-luvulla vapaaehtoistoiminnan tarkoitus oli ainoastaan tukea julkisia palveluja eikä sen merkitystä vapaaehtoiselle itselleen painotettu. Vapaaehtoistyö oli pitkälti organisoitua järjestötoimintaa vielä 1990-luvun alussa, mutta vähitellen laman aikana omaehtoinen vapaaehtoistyö alkoi lisääntyä ja perustettiin uusia vapaaehtoisten paikallisia yhdistyksiä ja toimintaryhmiä tukemaan julkisia palveluja. (Lehtinen 1997, 17). Nykyään tehtävä vapaaehtoistyö on suurelta osin ennaltaehkäisevää ja osittain korjaavaakin.

Vapaaehtoistoiminnan tarkoitus on ottaa vastuuta itsestä ja toisista ihmistä, eikä tuottaa palveluja siellä missä sosiaali- ja terveystenonja on karsittu. Vapaaehtoistoiminnan tulee edistää ihmisten välistä vuorovaikutusta ja omaehtoista osallistumista. Osallistumisen kautta voidaan vaikuttaa yhteiskunnan palvelujen kehittämiseen. (Lehtinen 1997, 21.)

Vapaaehtoistoimijat voivat toimia ammattilaisten auttajina ja osaamista täydentävinä. Monessa järjestössä tämä vaatii koulutusta, jotta kahden ryhmän edustajat - palkalliset ja ns. palkattomat - saadaan tekemään yhteistyötä yhteisen päämäärän eteen. Koulutusta tarvitaan myös julkisten ja kolmannen sektorin palvelujen tarjoajien yhteistyön kehittämiseen.

Lehtinen (1997,11) esittelee kirjassaan Habermanin ja Parsbyn (1987) määritelmän vapaaehtoistoiminnan sosiaalipoliittisesta asemasta. Heidän mukaan vapaaehtoistoiminta on yksi kolmesta auttamisen muodosta. Muut auttamisen muodot ovat julkinen (ammattiapu) ja henkilökohtainen (perhe, suku, ystävät, naapurit) auttaminen (kuvio 2). Vapaaehtoistoiminnan tulisi toimia julkisten palvelujen ja luonnollisen: perheen ja ystävien antaman tuen täydentäjänä auttamistyössä. (Lehtinen 1997, 10–11.)



KUVIO 2. Vapaaehtoistoiminnan sosiaalipoliittinen asema (Lehtinen 1997, 11).

2.4.4 Kolmas sektori ja vapaaehtoistoiminta

Kolmas sektori on voittoa tavoittelematon sektori, jonka tarkoituksena on tuottaa palveluita yksityisille, ryhmille ja verkostoille. Harjun (2003, 15–16) mukaan kolmannen sektorin piirteitä ovat yleishyödyllisyys, eettisyys, voittoa tavoittelemattomuus, riippumattomuus, yhteisöllisyys, solidaarisuus, yksilöllinen valinnanvapaus, joustavuus ja vapaaehtoisuus. Suomessa kolmannen sektorin muodostavat pääasiassa järjestöt, jotka ovat tärkeä osa kansalaisyhteiskuntaa (Pajula 2008), koska ne tarjoavat osallistujilleen mahdollisuuden toimia aktiivisesti ja etsiä ratkaisuja positiiviseen muutokseen. Monessa tapauksessa kolmannen sektorin organisaatiot toimivat yhteiskunnan omatuntona tuomalla kuulluksi vähäosaisten tarpeet ja toiveet (Pajula 2008). Kolmannen sektorin organisaatioiden merkitys on kasvanut viimeisen vuosikymmenen aikana, koska valtion tai kuntien tarjoamat palvelut eivät pysty tuottamaan tarpeeksi palveluita yksityiselle henkilölle.

Kolmannen sektorin tehtävä on kaksijakoinen. Ensimmäiseksi sen palvelujen tarkoituksena on tarjota keinoja elämänhallintaan, vähentää eristäytymistä, vahvistaa yhteisöjä. Toiseksi sen tehtävänä on tarjota etuja palvelujen käyttäjille niin yksityisinä palvelujen saajina kuin ryhminä. (Särkelä et al. 2005, 27–31). Vapaaehtoistoimijat ovat näiden kahden tehtävän yhdistäjinä. He tuovat työhön inhimillisyyttä ja täyttävät kuilun asiakkaan ja ammattilaisen välillä.

Suomessa toimii tällä hetkellä yli 13000 kolmannen sektorin järjestöä sosiaali- ja terveysalalla, jotka omalla panoksellaan vaikuttavat suomalaisten hyvinvointiin palveluillaan, toiminnallaan ja tukea antavina verkostoina. Nämä sosiaali- ja terveysalan järjestöt tuottavat 17 % kaikista sosiaalipalveluista ja työllistävät 10 % kaikista sosiaali- ja terveysalan työntekijöistä. (Särkelä et al. 2005, 7.) Vaikka nämä järjestöt työllistävät ammattilaisia, niiden toiminta tapahtuu paljolti vapaaehtoistoimijoiden varassa. Suomessa kolmas sektori sisältää enemmän vapaaehtoistoimintaa kuin vastaavat järjestöt Euroopassa (Pajula 2008).

3 OMAISET MIELENTERVEYSTYÖN TUKENA TAMPERE RY

3.1 Yhdistyksen historiaa

1980- luvulta lähtien psykiatrisia hoitopaikkoja on vähennetty tuntuvasti ja vastuu sairastuneiden hyvinvoinnista on siirtynyt yhä enemmän omaisille. Useimmat omaiset ovat joutuneet tähän tilanteeseen ilman tarvittavia tietoja, taitoja ja tukea. (Nyman & Stengård 2001, 5.) Nämä Suomen mielenterveyden palvelujärjestelmän puutteet ja omaisten tuen tarpeen huomioita jättäminen loivat tarpeen omaisten oman yhdistyksen perustamiselle. Niinpä vuonna 1988 ryhmä mielenterveyspotilaiden omaisia ryhtyi kokoontumaan keskenään vertaistuen merkeissä ja he perustivat Psykiatristen Potilaiden Omaiset ry:n, joka tänä päivänä tunnetaan nimellä Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:nä. (Huhtala 2008.)

Nyt 20 vuotta myöhemmin omaisten oman yhdistyksen tarve tiedon ja vertaistuen antajana on edelleen suuri. Ongelmana joka puolella Suomea on se, että omaiset eivät saa tietoa täysi-ikäisestä läheisestään hänen kieltäessään tietojen antamisen. Sairauden hoidosta, lääkkeistä tai terapiakäynneistä ei kerrota. Oletetaan, että potilas pitää asioistaan huolta. Sairas ei kuitenkaan välttämättä kykene huolehtimaan terveen lailla asioistaan. Huoli ja hätä läheisen selviytymisestä on omaisilla suuri. Huolehtiminen ja välittäminen eivät pääty, vaikka sairastunut täysi-ikäisyyden saavuttaakin. Ammattilaiset ovat sidottuja lainsäädäntöön ja kyse onkin yhtä lailla ja ennen kaikkea hoitojärjestelmän toiminnasta. Toimiva hoitojärjestelmä ja tieto on olennaista myös omaisen kannalta (Omaisten työkokoukset 2007, 11).

Yhdistystoiminta lähti aluksi liikkeelle vapaaehtoisvoimin, mutta jo toisena toiminta vuotenaan yhdistys alkoi saada avustusta Raha-automaattiyhdistykseltä työntekijöiden palkkaamiseen. Raha-automaattiyhdistyksen avun turvin toimintaa on voitu laajentaa ja kehittää yhä enemmän vuosi vuodelta. Vuonna 2008 yhdistys vietti 20- vuotis-syntymäpäiviään. Tänä aikana jäsenmäärä on kasvanut alun 45 henkilöstä 1400 henkilöön ja työntekijöitäkin on tällä hetkellä 11 vetämässä erilaisia projekteja ja kehittämässä toimintaa eteenpäin. (Huhtala, 2008.)

Yhdistyksessä keskeisiä toimintamuotoja ovat omaisten neuvonta, vertaistukiryhmät asiantuntija luennot, koulutuspäivät ja yleisöluennot. Omaisille järjestetään myös virkistystoimintoja, -lomia ja retkiä. Yhdistys on tukenut omaisia läheisen sairauden aiheuttamassa kriisitilanteessa, kehittänyt ja aktivoinut omaistyötä, huolehtinut omaisten ja heidän läheistensä edunvalvonnasta, tarjonnut omaisille vertaistukea ja virkistystoimintaa, välittänyt tietoa mielenterveyden häiriöistä, pyrkinyt vähentämään mielenterveyden häiriöistä kärsiviin ja heidän omaisiinsa kohdistuvia kielteisiä asenteita sekä tehnyt yhteistyötä ammattiauttajien ja mielenterveysjärjestöjen kanssa. (Toimintakertomus 2007, 3.)

3.2 Omaisen asema omaisyhdistyksessä

Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:n on omaisten oma yhdistys ja se on perustettu omaisille palvelemaan heitä ja heidän tarpeitaan. Kaikessa toiminnassa keskitytään siis ensisijaisesti omaisten etujen ajamiseen. Yhdistyksen toiminta-ajatuksena on edistää omaisten ja heidän mielenterveyden häiriöistä kärsivien läheistensä asemaa yhteiskunnassa sekä tukea omaisten selviytymistä ja hyvinvointia. Yhdistys auttaa nimenomaan käytännön tasolla ja käytännön kokemuksen kautta selviytymisessä arjessa, hoitoviidakossa ja byrokratiassa. (Vapaaehtoistoiminnan peruskurssi b 2008, 2.)

Yhdistyksen toiminta perustuu yhdessä tekemiseen. Omaisen ymmärretään asiakassuhteen kaltaisissa tilanteissa osalliseksi, eli tasavertaiseksi toimijaksi. Tavoitteena on, että ilmapiiri yhdistyksessä olisi aina salliva ja kunnioittava. Ensisijaisen tärkeää on, että jokainen ihminen tulee kuulluksi ja ymmärretyksi. (Vapaaehtoistoiminnan peruskurssi a 2008, 2-5.)

Omaislähtöisen työn arvoperustana on ihmisen arvostaminen ja kunnioittaminen. Yhdistyksen toimintafilosofian perustuu humanistiseen ihmiskäsitykseen: ihminen on itsenäinen ja vapaa olento, joka on ainutkertainen, luova, tunteva ja vastuullinen valinnoistaan. Työskentely yhdistyksessä perustuu yhdenvertaisuuteen, luottamuksellisuuteen ja rehellisyyteen. Ihmiset nähdään kokonaisuutena, heitä kuunnellaan ja heidän mielipiteitään ja kokemustaan arvostetaan. (Vapaaehtoistoiminnan peruskurssi A 2008, 2-5.)

3.3 Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry ja vapaaehtoistoiminta

Yhdistys kouluttaa pääasiassa omaisia, mutta myös toimintaan mukaan haluavia terveyden- ja sosiaalialan ammattilaisia toimimaan vapaaehtoisina yhdistyksessä. Vapaaehtoistoiminnasta tiedotetaan yhdistyksen kotisivuilla, toimintakalenterissa, verkostopostissa sekä lehti ilmoituksin. Kaikille vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneille jaetaan yhdistyksen kokoama vapaaehtoistoiminnan käsikirja, joka sisältää tietoa yhdistyksestä ja sen vapaaehtoistoiminnasta. Yhdistys haastattelee kaikki halukkaat, joista valitut kutsutaan yhdistyksen järjestämälle vapaaehtoistoiminnan peruskurssille. Lisäksi on mahdollista halutessaan osallistua ryhmän ohjaajan koulutukseen. Yhdistyksen vapaaehtoiset saavat koulutuksen lisäksi myös työnohjausta. (Vapaaehtoistoiminnan käsikirja 2005, 5, 7.)

Vapaaehtoistoiminnan perusajatuksena on tasa-arvoisuus vertaisten (omaisten) ja ammattilaisten kesken. Omaisyhdistys pyrkii kaikessa toiminnassaan toteuttamaan kokemuksellisen oppimisen mallia. Omaisten elämän kokemukset nähdään valtavana tietopankkina. Heillä saattaa olla hallussaan enemmän tietoa, kuin monella alan ammattilaisella. Tämän tiedon saaminen käyttöön ja vapaaehtoistoiminnan voimavaraksi on ensisijaisen tärkeää. Tietotaidon yhdistäminen on tärkeää ja omainen ymmärretäänkin tasavertaiseksi työskentely kumppaniksi. (Yhdistyksen voimavarat 2007, 15.)

Vapaaehtoistojat ja työntekijät täydentävät toinen toisiaan. Vapaaehtoisena toimivalla omaisella on omakohtaista arkipäivän kokemusta vaikeuksista ja selviytymisestä. Työntekijällä on taas vastaavasti ammatillinen tieto mielenterveyden sairauksista, sen taustoista ja sosiaalietuuksista jne. Omaisen näkökulmaa vaativiin asioihin ei työntekijältä välttämättä löydy tietoa eikä puolestaan omaiselta ammattitietoa. Molempien yhteisenä tavoitteena on kuitenkin yhdistyksestä tukea ja tietoa hakevan omaisen kuuleminen ja hyvinvointi. (Yhdistyksen voimavarat 2007, 15.)

Vapaaehtoistoimijoina toimivat omaiset ovat olleet mukana yhdistyksen toiminnassa ryhmien ohjaajina sekä puhumassa erilaisissa koulutustilaisuuksissa. Syksystä 2005 alkaen he ovat toimineet myös yhdistyksen neuvontapalvelussa. Lisäksi he toimivat myös loma- ja kurssitoiminnan ohjaajina yhdessä työntekijöiden kanssa sekä virkistystoiminnassa. (Toimintakertomus 2007, 5.)

Yhdistyksen työ- ja talousvaliokunta on päättänyt, että kouluttajille ja yhdistyksessä toimiville vapaaehtoisille maksetaan pientä korvausta luentojen, ryhmien ja toimintojen vetämisestä. Korvaus on 25 e/kerta poikkeuksena luentopalkkiot jotka määräytyvät käytetyn ajan mukaan. Talkootöistä, kuten juhlista ja tapahtumissa avustamisesta korvataan matkakulut sekä tarjotaan ruoka tai kahvi. Palkkiot maksetaan puolivuositain. (Kuukausitiedote KU-TI 2009, 8.)

4 EMPIIRISEN HAASTATTELUTUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Opinnäytetyömme on laadullinen, eli kvalitatiivinen tutkimus. Koska tavoitteenamme on selvittää omaisten motiiveja toimia vapaaehtoistoimijoina omassa tukijärjestössään, tämän tutkimussuunnan valitseminen oli meille luontevaa. Kvalitatiivinen tutkimus on kokonaisvaltaista tiedon hankintaa. Se tuo parhaiten kuuluviin tutkittavien näkemykset. Sitä tulisi käyttää aina silloin, kun halutaan selvittää käyttäytymisen merkitys ja sen konteksti. (Hirsjärvi, Hurme 2006, 26–27.)

4.1 Tutkimustehtävä ja –kysymykset

Tutkimuksemme tavoitteena on selvittää omaisten motiiveja toimia vapaaehtoistoimijoina omassa tukijärjestössään. Lähestymme aihetta kolmen tutkimuskysymyksen kautta:

1. Mitä on olla vapaaehtoistoimijana omassa tukiyhdistyksessä?
2. Mistä motivaatio vapaaehtoistoiminnalle omassa tukiyhdistyksessä syntyy?
3. Mikä pitää yllä motivaatiota?

4.2 Aineiston keruu

Olemme valinneet opinnäytetyömme tiedonhankinta menetelmäksi teemahaastattelun. Tutkimuksemme tavoitteena on saada vapaaehtoistoimijoina toimivien omaisten omat äänet kuuluviin. Haastattelu on joustava menetelmä ja sen avulla voimme saada syvällistä tietoa. Teemahaastattelu menetelmällä pääsemme lähemmäksi niitä merkityksiä, joita ihmiset antavat ilmiöille ja tapahtumille. Saamme tuotua esille tutkittavien näkökulman ja kuuluviin heidän äänensä. (Hirsjärvi & Hurme 2006, 11, 22, 28.)

Teemahaastattelussa aihepiirit, eli teemat ovat tiedossa, mutta kysymyksiä ei ole laadittu sanataarkasti, eikä niiden järjestystä ole etukäteen määriteltä. Haastateltavat saavat puhua esitetystä teemasta vapaasti ja tutkija pyrkii vain pitämään huolta siitä, että kaikki tutkimukselle oleelliset asiat tulevat käytyä läpi. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2008, 203.)

Haastattelun teemat muotoutuivat yhteistyönä yhdistyksen vapaaehtoistyönkurssin vetäjien kanssa (liite 1). Ennen opinnäytetyömme aloittamista anoimme kirjallisesti lupaa tutkimuksen tekemiseen Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:n johtokunnalta. Yhdistyksen yhdyshenkilömme esitti lupahakemuksemme hallituksen kokouksessa keskiviikkona 20.2.2008. Yhdistyksen hallituksen yksimielisellä päätöksellä saimme luvan tutkimuksen aloittamiseen jo seuraavana päivänä 21.2.2008.

Haastateltavien valinnassa yhdistys halusi käyttää ns. lumipallo-otantaa (Hirsjärvi, Hurme 2006,60). Tämä oli yhdistyksen oma valinta, johon emme voineet vaikuttaa. Haastateltavien valinnan tässä otantatavassa suorittaa henkilö, jolla on tietoa haastateltavien taustasta. Lumipallo- otantatavan tarkoituksena on se, että haastateltaviksi saadaan juuri ne henkilöt, joilla on keskeistä tietoa tutkimusongelman kannalta. (Hirsjärvi, Hurme 2006, 60.) Meidän tutkimukseemme haastateltavat valitsi Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:ssä vapaaehtoisten kanssa työskentelevä työntekijä. Hyväksyimme tämän otantatavan, koska tutkimuksemme on kvalitatiivinen ja yksi kvalitatiivisen tutkimuksen tyypillinen piirre on se, että tutkimuksen kohdejoukko valitaan tarkoituksen mukaisesti, eikä satunnaismenetelmää käyttämällä (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2008, 160).

Saatuamme luvan johtokunnalta lähetimme kuudelle valitulle haastateltavalle kirjeen (liite 2), jossa kerroimme opinnäytetyömme tarkoituksesta ja sisällöstä sekä pyysimme kirjallista suostumusta haastatteluun. Kaikki kuusi haastateltavaa halusivat osallistua tutkimukseemme ja palauttivat suostumuksensa yhdistykseen.

Haastateltavat olivat keski-ikäisiä tai sitä vanhempia molempien sukupuolien edustajia. He olivat huhtikuussa 2008 toimineet vapaaehtoisina yhdistyksessä 1-10 vuotta. Haastateltavista kaksi oli toiminut vapaaehtoistyössä ennen tuloaan Omaiset mielenterveystyön tukena ry:hyn. Kaikkien perheissä oli vähintään yksi mielenterveysongelmista kärsivä perheenjäsen. Suurimmalla osalla sairastunut omainen oli oma lapsi. Vapaaehtoistoimijat edustavat useita erilaisia ammattiryhmiä. Monikaan haastatelluista ei ollut mukana työelämässä haastatteluja tehtäessä. Kaikki haastateltavat olivat hakeutuneet yhdistykseen tiedon ja tuen saamiseksi itselleen omaisena.

Toteutimme haastattelut yksilöhaastatteluina ja haastattelimme kuutta yhdistyksen vapaaehtoistoimijaa. Pyrimme järjestämään haastattelutilanteet mahdollisimman rauhallisiksi ja tutussa paikassa. Kaikki haastattelut pidettiin yhdistyksen tiloissa Tampereella, jonne haastateltavilla oli helppo tulla. Haastattelut toteutettiin 9–23.4.2008 välisenä aikana. Ne olivat kestoltaan noin tunnin.

Aluksi haastateltavia pyydettiin täyttämään taustatietolomake (liite 3). Tämän jälkeen heitä pyydettiin omin sanoin kertomaan mm. seuraavista teemoista vapaaehtoistoiminnassa: toimintaan mukaantulo, vapaaehtoiseksi ryhtyminen, kokemukset vapaaehtoisuudesta, roolit, tuen merkitys, motiivit, jaksaminen ja vapaaehtoistoiminnan merkitys (liite 1). Haastattelujen lopuksi jokaista pyydettiin täyttämään Yeungin (2005b, 107) kehittämä motivaatiokartta siten, että se parhaiten kuvaisi heidän omia tämänhetkisiä motiiveitaan. Haastattelut nauhoitettiin ja litteroitiin. Haastattelut suoritettiin siten, että molemmat tämän opinnäytetyön tekijät olivat paikalla. Toimimme vuorotellen haastattelijana ja tarkkailijana tehden muistiinpanoja.

4.3 Aineiston analyysi

Aineiston analysointi merkitsee tutkimusaineiston tiivistämistä, luokittelua ja tulkintaa. Aineiston analyysin tarkoituksena on luoda aineistoon selkeyttä ja siten luoda uutta tietoa tutkittavasta asiasta. (Eskola & Suoranta 2005, 137.)

Aloitimme aineistomme analysoinnin litteroimalla nauhoitetut haastattelut. Tämän jälkeen luimme haastattelut muutaman kerran läpi hyvän kokonaishahmotelman saamiseksi. Valitsimme aineiston keskeiseksi analysointi tavaksi sisällönanalyysin. Sisällönanalyysissä aineistoa tarkastellaan eritellen, yhtäläisyyksiä ja eroja etsien ja tiivistäen (Tuomi & Sarajärvi 2002, 105). Purimme haastattelut yhdessä yhdistäen ja luokitellen ne erivärisille pahviarkeille teemoittain. Koska opinnäytetyömme tarkoitus on tutkia vapaaehtoistoimijoina toimivien omaisten motiiveja, keskityimme etsimään aineistosta motivaatioon ja motiiveihin liittyviä teemoja. Halusimme tällä tavoin löytää aineistosta ne motivaatioteemat, jotka haastateltavat kokivat merkittäviksi vapaaehtoistoimintansa kannalta Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:ssä.

Tarkemman tarkastelun ja pohdinnan jälkeen seuloimme ja tiivistimme aineistoamme entisestään ja valitsimme seuraavat haastatteluista esille nousseet tutkimuksellemme merkitykselliset motivaatioon liittyvät teemat: ensikohtaaminen ja mukaantulo yhdistykseen uutena jäsenenä, roolit: omainen/vapaaehtoinen, vapaaehtoistoimijana jaksaminen, vapaaehtoistoiminnan merkitys vapaaehtoistoimijalle ja lähdimme tarkemmin tarkastelemaan näitä.

Sisällönanalyysin lisäksi käytimme haastattelujen analyysissä apuna Yeungin (2005b, 124–125) laatimaa motivaatioteemojen luetteloa (liite 4) ja motivaation kahdeksankulmaista timanttimallia eli motivaatiokarttaa (liite 5) sekä Sorrin (2005, 128–129) määrittelemiä vapaaehtoistyypppejä. Päädyimme näihin kolmeen analysointitapaan, koska haastattelujen anti oli mielestämme suuri ja pelkällä yksipuolisella tarkastelulla tulokset olisivat jääneet vajaiksi ja paljon tärkeää tietoa olisi jäänyt nousematta esille.

Yeungin (2005b, 124–125) kehittämän tutkimusmallin mukaan listasimme kaikki löytämämme motivaatioon liittyvät kuvaukset seuraavien ulottuvuus-otsikoiden alle: saaminen, antaminen, jatkuvuus, uuden etsintä, etäisyys, läheisyys, pohdinta ja toiminta. Tämän jälkeen aloimme tarkastella syvemmin esiin nousseita motiiveja yhdistyksen vapaaehtoistoimijoiden keskuudessa etsien yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia haastateltujen motivaatiotekijöissä. Lisäksi tarkastelimme haastateltavien piirtämiä karttoja vertailemalla niiden eroja ja yhtäläisyyksiä.

Lopuksi tarkastelimme haastateltavien taustoja, motiiveja ja syitä vapaaehtoistointaan mukaan tulemiselle. Niiden perusteella luokittelimme haastateltavat Sorrin (2005, 128–129) nimeämiin vapaaehtoistyypppeihin.

5 VAPAAEHTOISTOIMIJOIDEN TOIMINNAN MOTIIVIT

Omaiset Mielenterveystyön Tukena Tampere ry:n näkökulmasta oli mielenkiintoista tutkia mikä sai omaisen ryhtymään vapaaehtoismintaan omassa tukijärjestössä.

Tavoitteenamme oli löytää ne motiivit, jotka johtivat vapaaehtoismintaan mukaantuloon ja jotka ylläpitivät heidän toimintansa jatkuvuutta.

5.1 Motivaatioteemojen ja – kartan löydökset

Motivaatioteemojen ja motivaatiokarttojen analyysissä nousivat esille seuraavat omaisten vapaaehtoismintaan vaikuttavat motiivit eri motivaatioulottuvuuksilla:

5.1.1 Saaminen – Antaminen

Tarkasteltaessa Saaminen – Antaminen motivaatioulottuvuutta ja siihen liittyviä motiiveja, nousi analyysissä esille erityisesti asioita, joita vapaaehtoisena toimiminen antaa vapaaehtoiselle itselleen. Ne asiat, joita vapaaehtoismija koki saavansa vapaaehtoisminnalta olivat yhtäaikaan sekä palkintoja että motiiveja. Haastateltavat kertoivat mm. vapaaehtoisuuden tuomista emotionaalisista palkinnoista. Eräs haastateltava kuvasi vapaaehtoistyön emotionaalisia palkintoja seuraavasti:

”...eihän tätä työtä kukaan tee ellei siitä saa itselleen tosi paljon, ellei siitä saa tyydytystä itselleen kun onnistuu jossain tehtävässä. Ja jollei siitä saa semmoista eteenpäin menon tuntua, että asiat etenee, jollei siitä saa iloa, että näkee kun voi auttaa jotakuta, joka on tosi vaikeassa tilanteessa.”

Haastatteluista kävi ilmi, että erilaiset onnistumisen kokemukset auttoivat jaksamaan vapaaehtoisena. Esimerkkinä yhdestä tällaisesta onnistumisesta oli se, että ryhmän jäsenet osallistuivat vapaaehtoismijan vetämään ryhmään säännöllisesti. Tällä oli suuri motivoiva merkitys vapaaehtoismijan jaksamiselle ja vapaaehtoisminnan jatkumiselle. Eräs haastateltavista kuvasi asiaa seuraavasti:

”Se antaa semmosta hirveen hyvää tyydytystä itelle ja tekee iloiseksi ku huomaa, että on saanu ne ihmiset niinku ajatteleen asioita niin että ne pääsee eteenpäin.”

Osa haastateltavista koki saavansa ryhmän jäseniltä voimaa ja iloa nähdessään toisten selviytyvän haasteistaan. Emotionaaliset palkinnot ja henkilökohtainen hyvinvointi olivat erityisen tärkeitä jaksamisen kannalta. Seuraava lainaus haastatteluista kuvaavat hyvin vapaaehtoistoiminnan hyvinvointia edistävää vaikutusta.

”tuntee itensä tarpeelliseksi; saa unohtaa ikävät asiat hetkeksi; poispääsy arjesta; virkistys; merkitsee mulle sellaista henkireikää; voimavara; auttaa jaksamisessa; hyvä mieli; koen olevani tarpeellinen.”

Edellä mainitut lainaukset osoittavat, että vapaaehtoistoiminta tarjosi keinoja ylläpitää henkilökohtaista hyvinvointia. Niin kauan kuin vapaaehtoistoimija koki vapaaehtoisuuden edistävän omaa hyvän oloa, vapaaehtoisuus koettiin mielekkääksi ja palkitsevaksi.

Yksi merkittävä motiivi vapaaehtoistoiminnassa oli mahdollisuus toteuttaa itseään ja sitä kautta saada tyydytystä itselleen. Haastateltavat kertoivat, että kyseisessä yhdistyksessä heitä kuunneltiin ja heidän ideoita otettiin vastaan. Yhdistyksen tarjoamien mahdollisuuksien kautta muutamat haastateltavista kertoivat löytäneensä itsestään uusia ulottuvuuksia, joita he haluaisivat jatkossa kehittää. Yksi tällainen henkilökohtainen kehitysidea oli esimerkiksi esiintymistaitojen opiskeleminen.

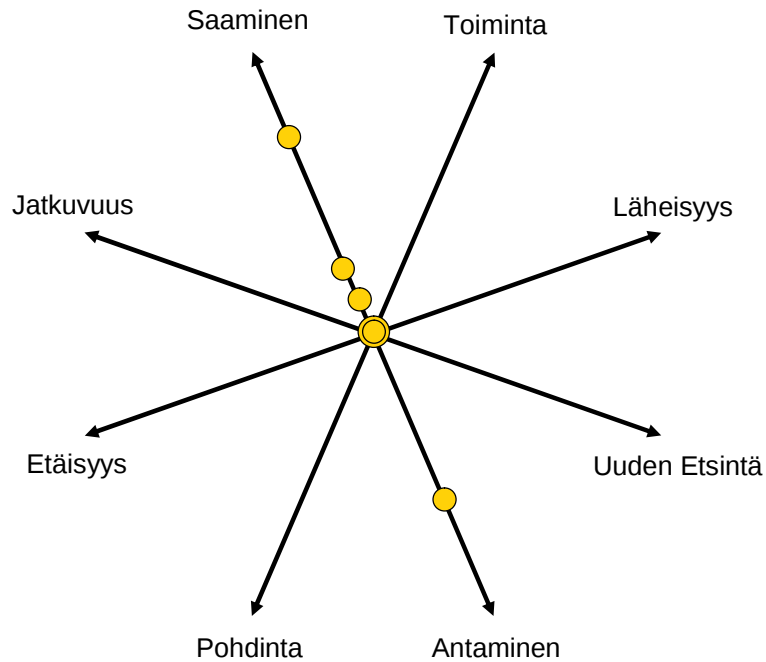
Muutamat haastateltavat kertoivat vapaaehtoisena toimimisen yhdistyksessä olevan ikään kuin jatke omalle palkkatyölle. Osa haastatteluista oli jo siirtynyt eläkkeelle ja toiminta yhdistyksessä antoi mahdollisuuden käyttää työelämässä opittuja asioita ja ammattitaitoa. Useimmat haastateltavista eivät olleet mukana työelämässä haastatteluja tehtäessä, joten säännöllinen vapaaehtoistoiminta toi ryhtiä ajankäyttöön. Yksi haastateltavista kuvaili, että vapaaehtoistoiminta ”antaa päivälle sisältöä”. Ajankäytön merkityksellisyys ja mahdollisuus vaikuttaa työelämän jälkeenkin toimivat motiiveina vapaaehtoisuudelle.

Haastateltavat toivat esille, että vapaaehtoistoiminta yhdistyksessä oli joustavaa ja jokaisen jaksamista tukevaa. Haastateltavat kokivat, että he saivat vapaasti itse päättää kuinka paljon osallistuvat vapaaehtoistoimintaan ilman, että he joutuivat sitä kenellekään perustelemaan. Tieto tästä ja mahdollisuus kieltäytyä vapaaehtoisuudesta auttoi heitä jaksamaan vapaaehtoistoimijoina.

Motivaatioiden teema-analyysissä Antaminen-ulottuvuudella nousi esille asioita, joita vapaaehtoisena toimiminen mahdollisti. Vapaaehtoistoiminta tarjosi mahdollisuuden auttaa toisia samassa tilanteessa olevia vertaistuen muodossa, jakaa omasta kokemuksesta ja taidoista. Antamisen yhtenä motiivina korostui vastavuoroinen ja sosiaalinen tuki. Eräs haastateltavista kuvasi omaa vastavuoroista auttamishaluaan seuraavasti:

”...mitään tietoo, ei minkäänlaista hajuakaan ollu siitä kuinka ihmisen elämä voi olla hiuskarvan varassa tunnista toiseen ja mistään ei tuu apua ja sitten täältä tuli, niin mulla on edelleen sellainen vahva olo, että mä jotenkin haluan olla tätä asiaa tässä edistämässä.”

Halu auttaa oli herännyt monella siitä, että oli aikanaan itse saanut tietoa ja ymmärrystä yhdistykseltä. Vapaaehtoistoimijat halusivat kirjaimellisesti laittaa yhdistyksessä kokemansa hyvän kiertämään.



KUVIO 3. Motivaatiokartta: Saaminen – Antaminen ulottuvuus (Huom. Kartan keskellä oleva vahvempi pallo tarkoittaa, että samaan kohtaan on merkattu kaksi pistettä.)

Tarkasteltaessa motivaatiokartan (kuvio 3) Saaminen - Antaminen motivaatioulottuvuutta, puolet haastateltavista piirsi oman pisteensä saamisen puolelle, koska kokivat motiivinsa olevan lähempänä saamista kuin antamista. Osalle haastateltavista antaminen ja saaminen motiiveina olivat yhtä tärkeitä (pisteet näkyvät kuvassa kartan keskellä). Vapaaehtoistoiminnasta saatu hyöty oli kartankin mukaan merkittävä motiivi vapaaehtoistoiminnassa. Henkilökohtainen hyvinvointi, jota vapaaehtoistoiminta antoi, auttoi jaksamaan niin omassa elämässä kuin myös vapaaehtoistoiminnassa.

5.1.2 Jatkuvuus – Uuden Etsintä

Jatkuvuuden ja Uuden Etsinnän motivaatioulottuvuutta tutkittaessa oli luonnollista, että jatkuvuus motiivina oli merkityksellinen. Kaikkien haastateltavien kohdalla oli selvää, että henkilökohtainen elämänkulku oli saattanut heidän yhdistyksen piiriin ja sitä kautta vapaaehtoistoimintaan. Toiminta yhdistyksessä oli luontevaa sen aihepiirin tuttuuden vuoksi. Omakohtaiset kokemukset omaisen sairastumisesta ja niiden kautta opitut asiat mahdollistivat vertaistuellisen osallistumisen. Vapaaehtoistoiminta antoi mahdollisuuden jakaa kokemuksia vertaisten kanssa sen jälkeen kun oli itse sopeutunut omaan elämään sairastavan läheisen kanssa. Aihepiirin tuttuus oli tärkeää yli puolelle haastateltavista.

Vapaaehtoistoimijat mainitsivat aiempien ja nykyisten positiivisten kokemusten olevan vapaaehtoistoiminnan jatkuvuuden kannalta merkittäviä. Haastateltavien mielestä vapaaehtoistoiminnassa koetut positiiviset kokemukset toimivat voimavarana omalle jaksamiselle. Haastatteluissa ilmeni, että vapaaehtoisena toimimisen arvostaminen, palautteen saaminen ja toisten henkisen kasvun seuraaminen toivat hyvän mielen ja motivoivat jatkamaan vapaaehtoistoiminnassa.

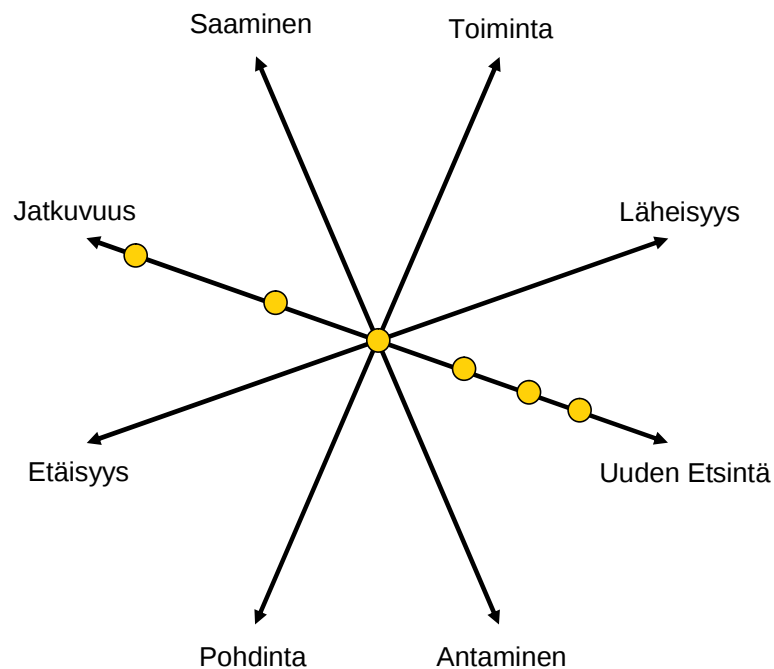
Muutaman haastateltavan kohdalla oma ammatti oli sivunnut tai sivusi jollakin tapaa vapaaehtoistoimintaa ja sen teemoja, joten toiminta vapaaehtoisena oli joko jatke palkkatyölle tai aihepiiriltään omaan ammattiin liittyvää. Kukaan haastateltavista ei maininnut, että vapaaehtoistoiminta olisi ollut väline oman ammattitaidon kehittämiseksi.

Uuden oppiminen ja itsensä kehittäminen olivat useimpien haastateltavien mielestä tärkeitä motiiveja heidän vapaaehtoistoiminnalleen. Tätä kuvattiin mm seuraavasti:

”...se tukee luottamusta itseensä, että tietää mahdollisimman paljon asioista ja että saa siitä tietoa ja voi hyödyntää sitä eteenpäin.”

Uuden etsintä toi vastapainoa arkeen ja uuden oppiminen varmuutta vapaaehtoisena toimimiselle. Halu kehittää itseään ja oppia itsestään oli esillä useassa haastattelussa. Eräässä haastattelussa tuli esille, että uuden oppiminen edesauttoi henkistä kasvua ja muutosta omassa itsessään. Monelle vapaaehtoistoiminta tarjosi myös vastapainoa arkeen. Vapaaehtoistoiminta koettiin henkireikänä, ikään kuin ulospääsynä omista ympyröistä. Vapaaehtoistoiminta antoi mahdollisuuden laajentaa omaa elämänpiiriä ja päästä uusiin ympyröihin.

Motivaatiokarttaa (kuvio 4) tutkittaessa uuden etsintä oli hieman merkittävämpi motivaation lähde kuin jatkuvuus. Uuden oppiminen toi elämään haastetta ja mielenkiintoa. Monelle uuden oppiminen merkitsi henkilökohtaisella tasolla itseluottamuksen lisääntymistä tai mahdollisuutta jakaa tietoa eteenpäin muille.



KUVIO 4. Motivaatiokartta: Jatkuvuus – Uuden Etsintä ulottuvuus

5.1.3 Etäisyys – Läheisyys

Motivaatioulottuvuutta Etäisyys – Läheisyys tarkasteltaessa nousi esille molempien motiivien merkitys vapaaehtoistoiminnassa. Vapaaehtoistoiminnan yksi kantava voima ja motiivi on juuri vapaaehtoisuus, koska se tarjoaa mahdollisuuden itse päättää, kuinka paljon haluaa antaa omasta ajastaan toimintaan. Haastateltavista lähes kaikki pitivät erittäin tärkeänä vapaaehtoistoiminnan joustavuutta ja sitä, että yhdistys painotti omaa jaksamista vapaaehtoisena. Vapaaehtoistoimijan elämään mahtui paljon muutakin kuin toiminta yhdistyksessä kuten seuraavasta lainauksesta ilmenee:

”Teen sen mukaan kun mulla on aikaa ja sen mukaan kun mun kiinnostukseni piisaa, mutta on mulla muitakin ystäviä ja muitakin.”

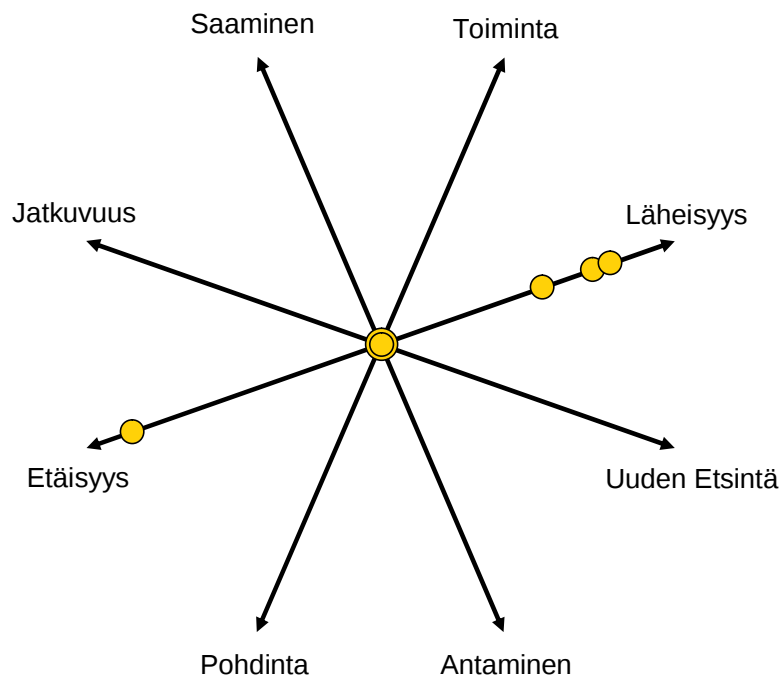
Huolimatta siitä, että toiminta yhdistyksessä vei aikaa, vapaaehtoisilla oli omasta mielestään mahdollisuus ottaa halutessaan riittävää etäisyyttä yhdistyksen toimintaan. Haastatteluissa nousi esille se, kuinka tärkeää oli rajata vapaaehtoistyö ja oma vapaa-aika. Vaikeista asioista puhumisen rinnalla täytyi vapaaehtoisten mielestä olla myös muuta vapaa-ajan täyttävää toimintaa oman jaksamisen kannalta.

Läheisyys koettiin motiivina tärkeäksi, koska sanallinen vuorovaikutus ja ryhmään kuuluminen olivat tärkeitä asioita vapaaehtoisille. Osa haastateltavista kertoi saaneensa muutaman läheisen ystävän vapaaehtoistoiminnan kautta. Tutkimus osoitti, että vapaaehtoistoiminta lisäsi yhteenkuuluvuuden tunnetta. Eräs haastateltava kuvasi vapaaehtoistoimintaa seuraavasti:

”Se on sitä, että samanhenkisiä ihmisiä ja ystäviä kokoontuu yhteen ja tekee työtä saman päämäärän eteen.”

Yhdessä toimimisen merkitys oli hyvin kattava. Se antoi mahdollisuuden sosiaaliseen kanssakäyntiin, mutta toimi samalla myös voimaa antavana ja opettavana kokemuksena.

Etäisyys – Läheisyys ulottuvuuden karttaa tarkasteltaessa (kuvio 5), läheisyys koettiin tärkeämmäksi kuin etäisyys. Tämä kertoi haastateltavien motiivin kumpuavan sosiaalisista kontakteista ja yhteishengestä. Vapaaehtoistoiminta tarjosi mahdollisuuden tavata uusia ihmisiä. Osalle haastateltavista etäisyys ja läheisyys olivat yhtä tärkeitä elementtejä motivaation kannalta.



KUVIO 5. Motivaatiokartta: Etäisyys – Läheisyys ulottuvuus (Huom. Kartan keskellä oleva vahvempi pallo tarkoittaa, että samaan kohtaan on merkattu kaksi pistettä.)

5.1.4 Pohdinta – Toiminta

Pohdinta – Toiminta motivaatioulottuvuuden tarkastelussa korostui se, että vapaaehtoisuus yhdistyksessä antoi haastateltaville mahdollisuuden pohtia omaa omaisena oloa ja kokemuksia, käydä läpi omaa tilannettaan peilaamalla sitä muiden tilanteeseen. Eräässä haastattelussa sitä kuvattiin näin:

”Kunneltuani täällä jotain juttuja...se pistää jotenki asiat ja ne arvot asettautumaan ja sitä peilaa jotenkin eri tavalla niitä asioita.”

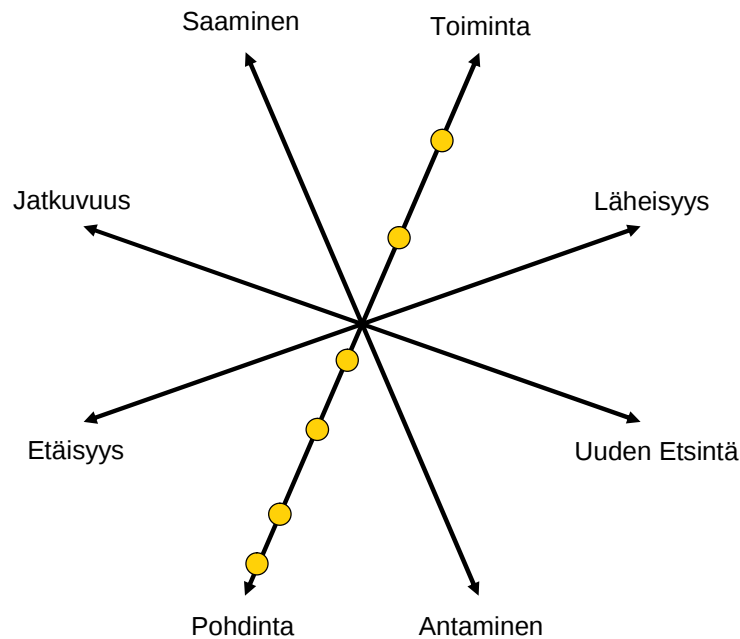
Mahdollisuus oppia toisilta ja tarkastella omaisena oloa eri kantilta oli voimaa ja tukea antavaa. Vapaaehtoisena toimiminen vaikutti myös henkilökohtaisten arvojen pohdintaan. Esimerkkinä tästä oli seuraava lainaus haastatteluista:

”se pistää jotenki asiat ja ne arvot asettautumaan ja peilaa jotenkin eri tavalla niitä asioita.”

Vapaaehtoisena toiminta auttoi arvioimaan omaa tilannetta ja refleктоimaan omaa suhdettaan läheisen sairastumiseen ja sairauteen

Osa haastateltavista koki vapaaehtoistoiminnan mielekkäänä vapaa-ajan viettotapana. Vaikka toimintaa pidettiin tärkeänä, haastateltavista lähes kaikki korostivat oman ajan hallinnan tärkeyttä siten, että vapaaehtoistoiminta ei saanut viedä liikaa aikaa perheeltä tai muulta mielekkääksi koetulta toiminnalta. Toiminnan yhdistyksessä teki mielekkääksi myös se, että vapaaehtoiset olivat voineet itse vaikuttaa ryhmien teemasisältöihin ja toteutukseen.

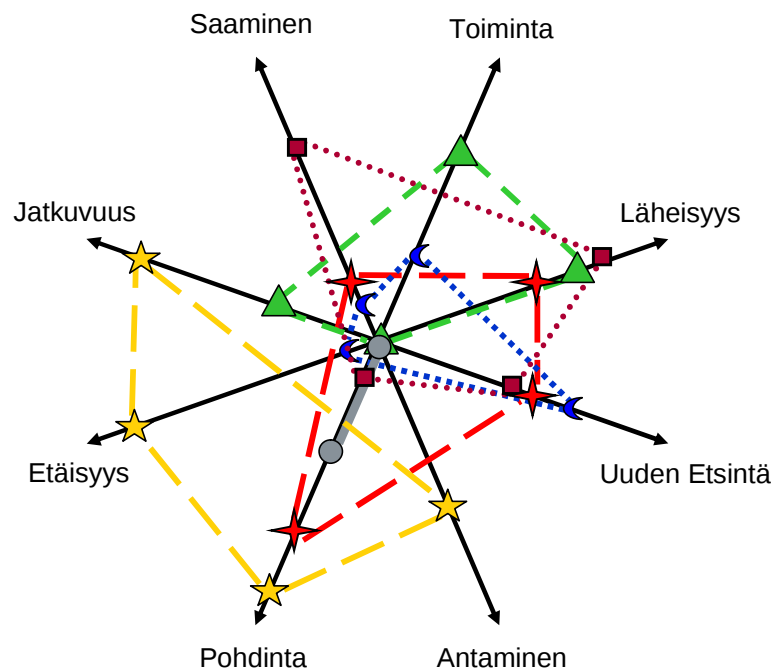
Pohdinta – Toiminta ulottuvuuden motivaatiokartta (kuvio 6) osoitti pohdinnan olevan motiivina merkityksellisempi vapaaehtoistoiminnassa. Mielenkiintoisten vaihtojen ja toisten ihmisten kuunteleminen ja heiltä oppiminen olivat motivaation ylläpitämisen kannalta merkittäviä. Jo yksistään nämä asiat tekivät vapaaehtoistoiminnasta mielenkiintoisen.



KUVIO 6. Motivaatiokartta: Pohdinta – Toiminta ulottuvuus

5.1.5 Haastateltavien motivaatiokartat

Kuviossa 7 yhdistimme haastateltavien piirtämät motivaatiokartat yhdeksi kartaksi saadaksemme kokonaiskuvan haastateltavien motivaatioissa esiintyvistä eroista ja yhtenäisyyksistä. Jokaisen haastateltavan piirtämä kartta on kuvattu kuviossa 7 eri värillä ja erilaisilla pisteviivoilla. Haastateltavat merkitsivät karttaan sen kohdan, joka parhaiten kuvasi heidän senhetkistä motivaation tilaa. Pisteet kartalla osoittavat mitä ääripäätä motivaatio on lähempänä kullakin ulottuvuudella kuten esimerkiksi onko se lähempänä jatkuvuutta vai uuden etsintää. Karttoja tarkasteltaessa tulee muistaa, että ne ovat dynaamisia ja kuvaavat ainoastaan haastateltavien motivaatioita haastatteluhetkellä.



KUVIO 7. Haastateltavien motivaatiokartat

Kuvio 7 osoitti, että kartan vertikaalisti keskeltä kahtia jakamalla, suurin osa haastateltavien piirtämistä kartoista jäi oikealle puolelle. Tästä voitiin vetää johtopäätös, että haastateltavien motiiveina olivat ulospäin suuntautuneisuus, mahdollisuus antaa toisille ja hakea uutta sisältöä elämään vapaaehtoistoiminnan kautta. Vasemmalla puolella sijaitsevat kartat osoittivat, että motiiveina olivat omat sisäiset, jo ennestään tutut teemat, pohdiskelu ja vapaaehtoistoiminnasta itselle saatu hyöty.

Jokaisen haastateltavan piirtämät motivaatiokartat on kuvattu erikseen liitteessä 6.

Yhteenveto

Motivaatioteemojen ja -karttojen kautta aineistoa tarkasteltaessa voitiin vetää johtopäätös siitä, että vapaaehtoistoiminta antoi vapaaehtoisena toimivalle omaiselle enemmän kuin he kokivat itse pystyvänsä antamaan takaisin. Vapaaehtoistoiminta kannatteli omaisia heidän omassa elämässä. Emotionaaliset palkinnot, kuten onnistumisen kokemukset, olivat merkittäviä motivaation säilymisen kannalta. Vapaaehtoistoiminta antoi päiviin uutta sisältöä niille, jotka eivät syystä tai toisesta ole työelämässä mukana.

Vapaaehtoistoiminnalla oli myös suuri merkitys omaisen sosiaalisille kontakteille. Ryhmistä saatu vertaistuki oli voimavarana myös vapaaehtoiselle. Koska yhdistyksen toiminta perustui vertaistukeen, myös vapaaehtoistoimijoiden motiivina oli hyötyä muiden kokemuksista peilaamalla niitä omiin kokemuksiin. Aihepiirin tuttuus ja henkilökohtaiset kokemukset olivat omiaan motivoimaan vapaaehtoista. Läheisyys oli myös merkityksellinen motivaation lähde vapaaehtoistoimijalle. Kontaktit muihin samassa tilanteessa oleviin omaisiin ja mielipiteiden vaihtamiset rikastuttivat ja värittivät vapaaehtoistoimijoiden elämää. Vapaaehtoistoiminta antoi virikkeitä ja eväitä arkeen. Vapaaehtoistoimijat arvostivat erityisesti sitä, että heillä oli mahdollisuus päättää vapaaehtoistoimintaan käytettävästä ajasta. Jokaisella oli mahdollisuus työskennellä omien rajojensa mukaan.

5.2 Sisällönanalyysin löydökset

Sisällönanalyysin kautta nousivat esille seuraavat omaisten vapaaehtoistoimintaan Omaiset mielenterveystyöntukena Tampere ry:ssä vaikuttavat motiivit:

5.2.1 Mukaantulo vapaaehtoistoimintaan

Haastattelun aikana vapaaehtoistoimijoilta tiedusteltiin yhdistykseen ja vapaaehtoistoimintaan mukaan tulemisen syitä ja motiiveja. Heillä kaikilla oli ennen yhdistykseen tuloa ollut huonoja kokemuksia siitä, kuinka heitä oli kuunneltu ja kohdeltu läheisen sairastuttua. Tiedon ja tuen vähyyden takia tulevaisuus pelotti. Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:ssä haastateltavat olivat kokeneet ensikohtaamisen tärkeänä ja voimaa antavana. Ensimmäistä kertaa he tunsivat, että heitä todella kuunneltiin ja heidän hätänsä ja ahdistuksensa otettiin todesta. Haastatteluissa nousi esiin myös se kuinka nopeasti omaisilla on mahdollisuus saada apua yhdistykseltä. Usein omainen on tottunut siihen, että laitoshoidon pääseminen ja avunsaanti voi kestää kuukausia. Yhdistyksessä heille tarjottiin mahdollisuutta tulla keskustelemaan päivän tai parin sisällä.

”Se vastaanotto mikä oli omaiselle, mää en oo saanut sitä mistään ennen enkä jälkeen. Se oli niin lämmin ja se jatkuu tässä yhdistyksessä koko aika oli täällä sitten töissä kuka hyvänsä. Sama lämmin yhteydenotto ja pystyy näkee missä vaiheessa toinen on. Kuunteli ensin mua ja kaadoin kaiken ja hän pyysi kattoon ja sovittiin milloin olisi vertaistukiryhmä ja sain lappuja mukaan.”

Haastateltavat toivat esille sen, että jälkeinpäin katsellessa ensimmäinen kohtaaminen yhdistyksessä oli itse asiassa alku sysäys vapaaehtoistojaksi ryhtymiselle ja lähde motivaatiolle.

”En osannut oikeastaan siinä kohdassa odottaa mitään ja jos olisin osannu odottaa niin mä luulen että se olis toteutunut aika hyvin. Ihan se mun yhdistykseen tulo niin sillonhan mä odotin että mä saan täältä sitä tukea ja neuvoja ja tietoa. Ennen kaikkea tietoa, joka on omaisille se melkein kaikkein tärkein asia siinä alku vaiheilla. Tietoa kyllä sain ja siinä kohtaa kyllä täytyi aivan mahtavasti odotukset, joka johtikin siihen että liuin mukaan toimintaan. ”

Omaisyhdistyksen työn arvoperustana on jokaisen ihmisen kunnioittaminen ja arvostaminen. Omaiset nähdään oman elämänsä asiantuntijana ja heidän mielipiteitään arvostetaan. Haastatteluista käy ilmi, että tämä arvoperusta toteutuu käytännössä Omaisyhdistyksen työntekijöiden toiminnassa. Ilmapiiri on hyväksyvä ja omaisten hyvinvointiin, aitoon kohtaamiseen ja kuuntelemiseen panostetaan.

5.2.2 Roolit: omainen / vapaaehtoistoimija

Yksi haastattelun keskeisistä teemoista oli se, kuinka haastateltavat pystyvät yhdistämään tukea tarvitsevan omaisen ja tukea antavan vapaaehtoistoimijan roolin. Kysyttäessä, eroavatko roolit toisistaan, kaikki vastasivat kieltävästi. Yleinen mielipide oli, että ne menevät lomittain, tosin elämän tilanteesta riippuen painotus näiden kahden asian välillä vaihtelee. Kumpikin rooli kulkee kuitenkin luontevasti toinen toistensa rinnalla.

” En mä näe, että niillä on hirveen iso ero. Kyllä se omaisena olo on sinään niin iso asia että tietysti se vaatii että tulee vapaaehtoiseksi ja on päässy yli tiettyjen asioiden. Että jos on hirveen rikkinäinen vielä ja on hirveen akuuttia se tilanne, niin ehkei, et siinä täytyy olla se oma prosessi tapahtunut. Sen jälkeen sitä on kyllä sitten omainen ja vapaaehtoinen ihan yhtälailla samassa henkilössä. Ne on vaan ne tietynlaiset roolit ja vapaaehtoisena ei siinä välttämättä tarvitse ollenkaan heittää sitä omaisen roolia pois vaan se kulkee siinä mukana. Lopulta vain sellaisena omaisena joka on oppinut jo jotain niistä asioista.”

Motivaatio, kyky ja voimavarat toimia sekä omaisena, että vapaaehtoisena mahdollistuu haastateltavien mielestä siis ilman ongelmia vain silloin, kun omassa elämässään on päässyt akuutin tilanteen ohi ja jollain tapaa sinuiksi haasteidensa kanssa. Silloin kun oma tilanne läheisen kanssa menee huonommin tai omat voimavarat ovat vähissä, haastateltavat kertoivat voivansa ottaa etäisyyttä vapaaehtoisena oloon ja palata tukea tarvitsevan omaisen roolin. Haastateltavien mukaan yhdistyksessä painotettiin omaisen vapautta itse määrittää rajansa vapaaehtoistoiminnalle.

”yhdistys aika hyvin pitää huolta vapaaehtoisista että täällä aina korostetaan sitä että on oikeus sanoa ei joillekin tehtäville, nähdä tavallaan se oma rajansa ettei mene yli voimien, vaan että osaa myös rajata niitä asioita.”

Mahdollisuus itse määrittää tekemisensä ja jaksamisensa rajat ja tieto siitä, että voi myös sanoa ei, mahdollistivat omalta osaltaan sen, että voi olla samanaikaisesti sekä omainen, että vapaaehtoistoimija.

5.2.3 Vapaaehtoistoimijana jaksaminen

Kun haastateltavilta kysyttiin mikä auttaa ja motivoi heitä jaksamaan auttajan roolissaan, he nostivat esille yhdistyksessä toimivien työntekijöiden tuen ja arvostuksen merkityksen. Yhdistyksen toimintaperiaatteisiin kuuluu vahvasti ihmisen ja hänen kokemustensa arvostaminen. Tämä näkyi haastateltavien mukaan siinä, että omaiset vapaaehtoistoimijat otettiin työskentelyyn mukaan työntekijöiden rinnalle samanarvoisina. He toimivat työpareina yhdistäen osaamisensa. Työntekijöillä oli ammatillisuuden kautta tuleva tieto, kun taas omaisilla oli arjen kokemusten kautta tullut tieto ja ymmärrys. Yhdenvertaisuus tuli erityisesti esille siinä, että myös omaisille, jotka toimivat vapaaehtoisina ryhmänohjaajina tarjottiin työnohjausta, jossa heillä oli mahdollisuus käydä läpi tunteitaan ja ajatuksiaan. Yhdistyksen tarjoamaa vapaaehtoiskoulutusta pidettiin myös tärkeänä motivoijana matkalla vapaaehtoistoimijaksi. Siellä yhdessä läpikäydyt asiat ja tiedot tukivat omaisen kasvua auttajana.

”Siellä on jollakin lailla aika kiitollinen mieliala, toimihenkilöiden osalta pitävät kullannarvoisina vapaaehtoisia. Se antaa voimia.”

Kaikki haastateltavat toivat esille myös sen, kuinka paljon he saavat itselleen auttaessaan muita. Se, että voi auttaa toista omaista pääsevän elämässään eteenpäin antaa motivaatiota.

”Kyllä varmaan ihan se, että kun on ite päässy tolpilleen tän asian kanssa ajattelen että mulla on nyt voimia antaa muille. Siitä tulee kanssa jaksamista. Antaessa saa.”

Yhdistyksen ilmapiiri mahdollisti yhdenvertaisuuden. Ilmapiirillä vapaaehtoiset tarkoittivat yhdistyksessä koettua yhteisöllisyyttä, välittämistä, luotettavuutta, tasa-arvoisuutta, kunnioitusta, tukea työntekijöiden, jäsenten ja vapaaehtoisten välillä. Omaisten kokemuksellista tietoa pidettiin arvokkaana. Vaikka vapaaehtoistoimijoiden ja työntekijöiden elämäkokemukset saattavat erota toisistaan, ihmisyyys on yhteistä. Yhdenvertaisuuden ja kokemuksen arvostaminen tukivat omaista auttajajan roolissa ja motivoivat jatkamaan.

5.2.4 Vapaaehtoistoiminnan anti omaiselle

Haastateltujen elämäntilanteesta riippumatta vapaaehtoistyö koettiin usein kaivattuna vaihteluna omaan arkeen ja mahdollisuutena hengähtää omista huolistaan.

”Se, että mulla on mahdollisuus toimia, olen eläkkeellä, mulla on päivät vapaata, mulla on mielekästä tekemistä eikä vain aikani kuluksi antaa päiville sisältöä, on itellekin hyvä asia että on hyödyksi.”

Haastateltavat kokivat vapaaehtoistoiminnan voimaa ja iloa tuovana asiana. He mainitsivat moneen kertaan haastattelujen aikana, että itse asiassa vapaaehtoistoimijana olo tukee ja auttaa omaisena oloa.

”vapaaehtoisuus ei oo työtä, vaan osa omaisena olemisen prosessia, omaisena oloa. Kun on itse saanut apua ja tukea, haluaa itse auttaa ja tukea, koska on huomannut, että auttaa itseä olemaan omaisena.”

Vapaaehtoistoimijoina he saivat mahdollisuuden peilata omia kokemuksiaan toisten kokemuksiin.

”Vapaaehtoistyössä sai sitä voimaan ja itse näin sen mitä nyt näen omaisten kanssa puhuttaessa, että asioista puhuu, keskustelee ja kuuntelee toisia. Siinä huomaa että ei ne mun asiat oo niitä kaikkein kauheimpia. Aina löytyy niitä joilla on vaikeampi tilanne. Se antaa toivoa ihmiselle, että jos noin vaikea tilanne on ollut ihmisellä ja siitä on päästy ylös niin kyllä minäkin pääsen.”

Toisten omaisten kokemukset antoivat vapaaehtoisena toimivalle omaiselle perspektiiviä omiin ongelmiin ja varmuutta kohdata itsellä olevat ja omaisena olon matkan varrella tulevat haasteet.

Yhteenveto

Positiivisen ensikohtaamisen ja kuulluksi tulemisen tärkeys nousi voimakkaasti esille haastatteluista. Monelle ne yksistään antoivat motivaation vapaaehtoistoimijaksi ryhtymiselle. Autetuksi tulemisen kokemus herätti motivaation lähteä auttamaan muita. Se, että vapaaehtoisena toimiminen koetaan yhdistyksessä luontevaksi ja arvostetuksi toimintatavaksi, tuki omaista vapaaehtoistoimijan roolissa ja motivoi jatkamaan. Omaisen ei tarvinnut luopua omaisen roolistaan pystyäkseen toimimaan vapaaehtoisena. Hän sai apua ja tukea omaisena oloon, sitä tarvitessaan. Haastateltavat kylläkin painottivat sitä, että voidakseen toimia vapaaehtoisena, täytyi olla sinut oman omaisen roolinsa kanssa. Oma eheytymisprosessi ei saanut olla kriisi- vaiheessa.

Haastateltavat kokivat, että vapaaehtoistoimijana toimiminen tukee omaisena oloa. Se antoi apua arkielämässä jaksamiseen ja tarjosi erilaisia näkökulmia omiin vaikeuksiin. Juuri tämä tuki omaisena oloon koettiin merkityksellisenä motivaation lähteenä vapaaehtoistoimijalle.

5.3 Yhteenveto vapaaehtoisina toimivien omaisten keskeisistä toiminnan motiiveista

Seuraavassa taulukossa (taulukko 1) olemme koonneet yhteen taulukkomuotoon tutkimuksessamme esiinnousseet omaisten motiivit vapaaehtoistoiminnalle Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:ssä.

TEEMAT	TOIMINNAN MOTIIVIT
1. MOTIVAATIO	Halu auttaa; Saa enemmän kuin pystyy antamaan; Sosiaaliset kontaktit; Uuden oppiminen; Antaa sisältöä elämään
2. MUKAANTULO	Positiivinen ensikokemus yhdistyksessä; Kokemus autetuksi ja kuulluksi tulemisesta
3. ROOLIT: OMAINEN/VAPAAEHTOISTOIMIJA	Roolit eivät eroa toisistaan; Yhdistyksen ilmapiiri ja arvostus; Mahdollista olla omaisena ja vapaaehtoistojena samanaikaisesti, mikäli vapaaehtoinen on käsitellyt oman tilanteensa läpi
4. VAPAAEHTOISTOIMIJANA JAKSAMINEN	Mahdollisuus tehdä oman jaksamisen mukaan; Yhdistyksen tarjoama tuki ja vertaisuus; Työntekijöiden osoittama arvostus ja yhdenvertaisuus; Emotionaaliset palkinnot: onnistumiset, kannustus, hyvä olo jne.
5. VAPAAEHTOISTOIMINNAN ANTI OMAISELLE	Tukee omaisena oloa; Antaa näkökulmaa omiin ongelmiin; Voimaa arkielämässä jaksamiseen;

TAULUKKO 1. Teemat ja toiminnan motiivit

6 POHDINTA

Tutkimuksemme tarkoituksena oli selvittää Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:n vapaaehtoistoimijoina toimivien omaisten motiiveja vapaaehtoistointaan omassa tukiyhdistyksessä. Halusimme löytää vastauksia siihen, mistä motivaatio vapaaehtoistoinnalle syntyi ja mikä ylläpiti motivaatiota haastatteleamalla yhdistyksen vapaaehtoistoimijoina toimivia omaisia.

Tutkimuksessa tuli ilmi, että vapaaehtoisena toimiminen antoi vapaaehtoiselle omaiselle enemmän kuin mitä hän itse pystyi antamaan. Vapaaehtoisena toimiminen tuki omaisena oloa ja antoi näkökulmaa omiin ongelmiin. Vapaaehtoisuuden tärkeimmät motiivit olivat halu auttaa, toiminnan palkitsevuus, sosiaaliset kontaktit, uuden oppiminen ja elämän sisällön paraneminen.

Vapaaehtoistointaan mukaan lähtemisen vaikuttavin motiivi oli ensikohtaaminen yhdistyksessä ja kuulluksi tulemisen kokemus. Vapaaehtoisuus ei häirinnyt omaisena oloa edellyttäen, että omassa elämässä oli päässyt kriisivaiheen yli. Kaikki vapaaehtoiset kokivat, että oli luontevaa olla sekä omainen että vapaaehtoinen yhtä aikaa. Yhdistyksen välittävä ilmapiiri ja vapaaehtoisen kokema arvostus tukivat tätä. Vapaaehtoistoinnassa jaksamiseen vaikuttivat yhdistyksen tarjoama tuki ja vertaisuus, mahdollisuus olla mukana toiminnassa oman jaksamisen mukaan, työntekijöiden osoittama arvostus ja yhdenvertaisuus sekä emotionaaliset palkinnot.

Tutkimuksen tulokset olivat verrattavissa Yeungin (2002, 10) tekemään tutkimukseen siitä miksi suomalaiset osallistuvat vapaaehtoistointaan ja mikä motivoi siihen. Tulokset olivat yhtenevät siinä, että vapaaehtoistointa koettiin positiivisena kokemuksena, joka rikastuttaa vapaaehtoistoimijan elämää. Haastatteluissamme nousi esille, että tärkeimpiä motivaation lähteitä olivat halu auttaa muita ja saada sisältöä elämään merkityksellisen toiminnan kautta. Nämä motivoivat tekijät olivat myös Yeungin (2002, 32–37) tutkimuksen mukaan tärkeimmät motivaation lähteet.

Yeungin (2002, 51) mukaan vanhemmat ihmiset osallistuvat enemmän vapaaehtoistoimintaan kuukaudessa, kuin nuoremmat ihmiset. Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:n vapaaehtoistoiminnassa ei ole mukana nuoria. Tutkimuksessamme mukana olleet haastateltavat olivat kaikki yli neljäkymmentä vuotiaita.

Sorri (2005, 128–130) luokitteli tutkimuksessaan vapaaehtoiset kolmeen vapaaehtoistyyppiin: kehityskeskeinen, kriisikeskeinen ja tilannekeskeinen. Verrattaessa haastattelujemme tuloksia Sorrin (2005, 128–130) vapaaehtoistyyppeihin, oli selvää mihin ryhmiin haastateltavamme kuuluivat. Tutkimuksessamme kaikki vapaaehtoisemme olivat mielenterveyspotilaiden omaisia. He olivat kaikki kokeneet elämässään kriisejä ja hakenet apua Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:ltä. Sen perusteella luokittelimme kaikki haastateltavat kriisikeskeiseen ryhmään. Heidän elämän kokemuksilla oli tärkeä rooli vapaaehtoistojana olemiselle. Kriisistä selviytyminen mahdollisti muiden samassa tilanteessa olevien auttamisen. Sorrin (2005, 129) mukaan ihmiset jotka kuuluvat tähän ryhmään ovat kokeneet elämässään käännekohdan kriisin kautta. Eräs haastateltavista kertoi, että vapaaehtoisuus on osa hänen selviytymisprosessiaan ja samalla mahdollisuus jakaa kriisin kautta opittuja asioita. Toinen haastateltava kuvasi vapaaehtoistoimintaa työkaluksi jonka avulla voi peilata omia arvojaan ja kokemuksiaan. Vapaaehtoisuus antoi heille tilaisuuden kehittää itseään ja jakaa kokemuksia. Nämä ovat juuri niitä piirteitä, jolla Sorri (2005, 129) kuvaa kriisikeskeisiä vapaaehtoistojaita.

Haastateltavien joukossa oli myös tilannekeskeisiä vapaaehtoisia, jotka olivat kokeneet muutoksia työelämässä ja ajan käytössä, joka oli muuttanut heidän elämäänsä ja vaati sopeutumista. Muutamat haastateltavista kertoivat, että vapaaehtoistoiminta antoi heidän päivilleen sisältöä. Haastattelujen perusteella kukaan haastateltavista ei kuulunut Sorrin (2005, 129) kuvamaan kehityskeskeiseen ryhmään, jossa vapaaehtoistyön toiminta suoranaisesti hyödyntäisi omia ammatillisia taitoja.

Haastatteluja analysoidessa hyödynsimme Yeungin (2005b, 107, 124–125) kehittämää vapaaehtoisмотиваation timanttimalia sekä motiiviteemojen luetteloa. Timanttimali antoi meille informaatiota kahdella tasolla. Tulokset osoittivat että, haastateltavien motivaatio suuntautui itsestä poispäin. Yeungin (2005b, 108) mukaan tämä tarkoittaa sitä, että vapaaehtoistoiminta on sisäistä pohdiskelua, jatkuvuuden etsintää ja itselle saamista.

Yleisesti haastattelujen tulokset osoittivat että vapaaehtoistoinnalla oli positiivinen vaikutus vapaaehtoisten elämään antamalla mahdollisuuden auttaa toisia vertaistuen merkeissä sekä löytää merkityksellisiä ja mielenkiintoisia vapaa-ajan vietto tapoja.

Vapaaehtoisena toimiminen Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:ssä koettiin mahdollisuudeksi ikään kuin maksaa takaisin yhdistykseltä saamansa avun ja tiedon. Itse koetun hyvän kierrättäminen oli heillä osa vapaaehtoistoimintaa. Tulokset osoittivat, että yhdistykseltä koettu arvostaminen oli erittäin motivoivaa ja palkitsevaa. Kunnioitus, hyväksyntä ja mahdollisuus olla oma itsensä osoittivat yhdistyksen, jäsenten ja muiden vapaaehtoisten arvostusta.

Ammattilaisten tuki ja työn ohjaus olivat myös tärkeitä jaksamiselle ja ratkaisujen löytämiseen vaikeissa asioissa. Haastatteluissa tuli esille vapaaehtoisuuden tärkeys, joka tarkoittaa vapaaehtoistoinnijalle mahdollisuutta vetäytyä toiminnasta ilman, että se kyseenalaistetaan. Haastateltavat kokivat, että Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry painottaa vapaaehtoistoinnassa sitä, että vapaaehtoiset huolehtivat erityisesti omasta jaksamisestaan.

Haastatteluista nousi esille ensikohtaamisen tärkeyden merkitys omaisen motivaatiolle lähteä mukaan yhdistyksen vapaaehtoistoimintaan. Kriisin keskellä ihminen kaipaa ennen kaikkea sitä, että joku kuuntelee hänen kertomustaan peräntymättä ja kohtaa hänet ihmisenä (Mattila, 2007, 33). Tämä osoittaa, kuinka suuri merkitys työntekijöiden ja vapaaehtoistojen vuorovaikutustaidoilla voi olla. On tärkeää, että niin ammattilaiset kuin vapaaehtoistojat osaavat laittaa ”suorittamisen tilalle olemista, neuvomisen tilalle jakamista ja ymmärtämisen lisäksi välittämistä” omaisia kohdatessaan (Mattila, 2007, 12).

Yhdistyksen eettisenä perusarvona on jokaisen ihmisen kunnioittaminen ja heidän kokemuksiansa arvostaminen. Haastattelujen perusteella, nämä arvot eivät jääneet miksikään sanahelinäksi, vaan toteutuivat käytännössä yhdistyksen työntekijöiden, omaisten ja vapaaehtoisten toiminnassa ja kohtaamisessa.

Vapaaehtoisena oleminen tuki omaisena oloa. Se antoi työkaluja omalle eheytymiselle. Vertaistuki ja samanhenkisyys kannattelivat eteenpäin. Omien huolien taakka keveni kun siitä jakoi. Samanhenkisyys antoi kokemuksen siitä, ettei ole yksin omien vaikeuksiensa kanssa, vaan muillakin on haasteita elämässä, jotka he ovat kohdanneet ja päässeet jaloilleen.

Haastattelut osoittivat, että vapaaehtoisena toimiminen edellyttää omien vaikeuksien läpikäyntiä, mutta ei tarkoita sitä, että vapaaehtoistojana toimiva omainen olisi täysin ehyt. Omaisena oleminen on päivittäinen osa vapaaehtoistojaa. Vapaaehtoisuus antoi omalle kriisille tai vaikeuksille uutta näkökulmaa ja voimaa selviytyä läheisen sairauden tuomista notkahduksista. Haastateltaville oli tärkeää, että omassa tukijärjestössä voi olla yhtä aikaa sekä omainen että vapaaehtoinen.

Tilanteessa, jossa omainen toimi vapaaehtoisena omassa tukijärjestössään, hän ei ollut enää pelkästään jakamassa omia kokemuksiaan ja kuuntelemassa muita, vaan astui myös auttajan rooliin. Vertaistuen merkitys syveni vapaaehtoistojalle; auttajanroolin kautta hän pystyi eritavalla katsomaan ja syventymään toisten omaisten kokemuksiin ja saamaan sitä kautta uusia oivalluksia, ymmärrystä ja voimaa omiin haasteisiinsa.

Sorriin (2005) mukaan tutkimuksissa tulisi kuulla vapaaehtoisten omaa ääntä nykyistä enemmän ja suunnata tutkimusta siihen, millä tavoin vapaaehtoisuus tulee yksilöiden oman voiman ja merkityksen lähteeksi (Kansalaisfoorumi 2008). Mielestämme saimme tutkimuksessamme toteutettua tätä ajatusta. Saimme tutkimuksemme tuotua esille vapaaehtoisina toimivien omaisten äänet. Tutkimustuloksemme toivat sitä kautta uutta tietoa Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:lle vapaaehtoistoiminnan merkityksestä sekä annista arkeen voiman antajana vapaaehtoisena toimivalle omaiselle.

Tutkimuksen tekeminen on ollut uusien asioiden oppimista ja jo opittujen hyödyntämistä. Tutkimusprosessi on ollut haastavaa ja aikaa vievää. Työhön käytetty aika on kuitenkin ollut mielestämme tarpeellinen tutkimuksen muotoutumiselle ja pohdinnalle. Koemme, että monipuolinen aineiston analysointi ovat avartaneet omaa oppimistamme ja vaikuttaneet opinnäytetyömme antiin. Mielestämme tutkimustulokset ovat hyödynnettävissä Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:n vapaaehtoistoiminnan kehittämisessä ja uusien vapaaehtoisten rekrytoinnissa. Yhdistyksen tuki, kannustus sekä palaute opinnäytetyön tulosten käytettävyydestä on ollut arvokasta. Tämä on auttanut meitä ja antanut uskoa työmme hyödyllisyydestä.

6.1 Luotettavuus ja eettisyys

Opinnäytetyössämme olimme pyrkineet kuvaamaan koko tutkimusprosessin tarkasti. Tutkimuksemme aineistonkeruussa sekä aineistonanalysoinnissa olimme pyrkineet vastaamaan asettamiimme tutkimuskysymyksiin. Aineistomme uskottavuutta ovat lisänneet menetelmät, joita olemme tutkimuksessamme käyttäneet kuten teemahaastattelu, haastattelujen nauhoittaminen ja litterointi sekä suorat lainaukset haastatteluaineistosta. Olemme myös käyttäneet lähteitä huolellisesti ja monipuolisesti.

Haastattelujemme luotettavuutta lisää se, että opinnäytetyöntekijöitä oli kaksi. Haastattelut ja analyysit tehtiin yhdessä nauhoitettujen ja litteroitujen haastattelujen perusteella. Analyysitapana käytimme kolmea eri tapaa, jotta tuloksista tulisi mahdollisimman luotettavia. Analyysi- ja kirjoittamisvaiheen aikana kävimme keskusteluita tutkimuksemme teemoista ja näkökulmista.

Yksi analyysimenetelmistä oli Yeungin (2005b, 107) kehittämä motivaatiokartta. Jos karttaa olisi käytetty yksistään kuvaamaan haastateltavien motivaatioita, olisimme jääneet vailla vastauksia. Motivaatiokartta yksinään ei siis ole mielestämme riittävä työkalu motiivien tutkimiselle. Tästä syystä kävimme haastattelut aluksi läpi sisältöanalyysin kautta. Kaikki kolme analyysitapaa toivat esille arvokasta tietoa tutkimukselle joko tukemalla toinen toisiaan tai tuomalla esiin uutta tutkimustietoa vapaaehtoisina toimivien omaisten motiiveista. Nämä seikat lisäsivät tutkimuksemme luotettavuutta.

Tutkimukseen osallistuneet haastateltavat olivat valittu Omaiset mielenterveystyön tukena ry työntekijöiden puolesta. Tutkimuksessamme valintamenetelmänä käytettiin lumipallo-otantaa, jossa haastateltavat valitaan harkintaa käyttäen. Tutkimuksen tulokset olisivat saattaneet poiketa, mikäli haastateltavat olisivat valittu esimerkiksi arpomalla tai eivät olisi olleet omaisia. Haastattelimme kuutta vapaaehtoistoimijaa, mikä haastatteluhetkellä oli 20% kaikista yhdistyksen vapaaehtoistoimijoista. Mielestämme oli kuitenkin merkittävää, että haastateltavat olivat toimineet yhdistyksen vapaaehtoisina 1–10 vuotta. Motiivit ja kokemukset yhdistyksessä olivat samankaltaisia riippumatta siitä, kuinka monta vuotta haastateltavat olivat toimineet vapaaehtoisena. Oli mielenkiintoista huomata, että vaikka yhdistys maksaa vapaaehtoisilleen pientä korvausta toiminnasta, kukaan haastateltavista ei tuonut sitä esille yhtenä motiivinaan toimia vapaaehtoisena.

Kaikilta haastateltavilta pyydettiin kirjallinen lupa haastatteluihin. Lisäksi heille kerrottiin miten haastatteluja tullaan käyttämään ja heille selitettiin tutkimussuunnitelmaamme. Selitimme haastateltaville aineiston käsittelyn luottamuksellisuudesta ja anonymiteetin säilymisestä tutkimuksessamme. Koska tutkimuksemme perusjoukko oli pieni, kenenkään haastateltavan identiteettiä ei eritelty jotta haastateltavia ei tunnistettaisi. Mainitsimme ainoastaan haastateltavien ikähaarukan ja toimintavuosien määrän. Tulosten esittämisessä olemme noudattaneet rehellisyyttä ja esittäneet ne sellaisenaan kuin ne ilmenevät.

Tutkimuksemme tulokset kuvaavat Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:ssä vapaaehtoisina toimivien omaisten motiiveja. Tutkimustulokset eivät ole siis siirrettävissä suoraan johonkin toiseen yhdistykseen.

6.2 Jatkotutkimus- ja kehitysideat

Olisi mielenkiintoista lähteä jatkossa tutkimaan ensikohtaamisen merkitystä. Ensikohtaamisen merkityksen toimintaan mukaan lähtemiselle oli omaisille merkittävä. Kohtaamisen laatu on tärkeämpi, kuin määrä. Kohtaaminen syntyy aidosta vuorovaikutuksesta, joka itsessään jo luo toivoa (Lund 2006, 77).

Muillakin aloilla olisi hyvä panostaa enemmän ensikohtaamiseen, koska sen laatu voisi tuoda ”rahallista” säästöä siinä mielessä, että ihmisen kokemus kuulluksi tulemisesta on voimaannuttava ja eteenpäin vievä. Jos henkilö saa avun heti ensimmäisellä asiakaskäynnillä, tämä voi vähentää tapaamiskertojen määrää, säästää resurssien tarpeessa ja vähentää asiakkaan monessa eri paikassa asioimista. Ensikohtaamisessa kuulluksi ja autetuksi tuleminen säästää myös asiakkaan voimavaroja.

Mielenkiintoista olisi myös tutkia sukupuolen merkitystä vapaaehtoistoiminnassa. Suomessa ja Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:ssä suurin osa vapaaehtoisista on keski-ikäisiä ylittäneitä naisia. Olisi mielenkiintoista saada tietää, mistä tämä johtuu ja miten olisi mahdollista saada enemmän nuoria sekä miehiä mukaan vapaaehtoistoimintoihin. Voisiko tulevaisuudessa yksi ratkaisu kiinnostuksen lisäämiseksi olla esimerkiksi se, että tutkintovaatimuksiin lisättäisiin vapaaehtoisurssi ja -toiminta osaksi kaikkia ammattiopintoja?

Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:ssä voitaisiin tutkia myös sitä, mikä motivoi yhdistyksen vapaaehtoistoimintaan ihmisiä, joilla ei ole omaistaustaa. Mielenkiintoista olisi myös tutkia, mikä on vertaistuen merkitys vapaaehtoiselle omaiselle. Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:ssä ollaan tekemässä Vertaistuki- aiheista tutkimusta, mutta ei tästä näkökulmasta.

Olisi hyödyllistä tutkia pidemmällä aikavälillä miten motivaatiokarttojen tietoja pystyttäisiin hyödyntämään yhdistyksessä: mikä on motivaatiokartan anti vapaaehtoistoimijalle itselleen, miten motivaatio toimiessa muuttuu sekä mistä muutokset johtuvat.

Omaisat mielenterveystyön tukena Tampere Ry:n vapaaehtoisten motiiveja voisi kartoittaa pari kertaa vuodessa Yeungin (2005b, 107) motivaatiokartan avulla. Tieto motivaatioista auttaa kehittämään ja suuntaamaan yhdistyksen vapaaehtoistoimintaa. Motivaatiokartan informaation avulla yhdistys pystyy keskittymään vapaaehtoisten toiminnassa ja koulutuksessa asioihin, jotka ovat nousseet juuri heidän vapaaehtoistensa tarpeista ja mielenkiinnon kohteista.

Järjestöjen vahvuus on kyky päästä lähelle asiakasta. Julkinen palvelujärjestelmä tarvitsee järjestöjen panosta, sillä järjestöille mahdollinen ihmisen kokonaisvaltainen kohtaaminen ei aina onnistu julkisen sektorin puolella. Tasavertaisuus mahdollistaa asiakkaan tilanteen ja tarpeiden ymmärtämisen toiminnasta. (Lund 2006, 20.)

Tämän hetkinen maailmantalouden tila on aiheuttanut sen, että olemme taas Suomessakin laman kourissa. Joka puolella mietitään säästötoimenpiteitä niin terveydenhuollossa kuin sosiaalipalveluiden puolella. Jälleen kerran olemme tilanteessa, jossa kolmannen sektorin toimijoiden merkitys tuen ja avun antajana korostuu. Monet kolmannen sektorin toimijat ovat pystyneet laajentamaan ja vakiinnuttamaan toimintaansa 90-luvun taitteen laman jälkeen Raha-automaattiyhdistykseltä saamiensa varojen avulla. Nyt taloudellisen tilanteen kääntyessä laskuun, RAY on joutunut supistamaan avustuskohhteitaan, aiheuttaen sen, että kolmannen sektorin järjestöt joutuvat kamppailemaan toimintansa rahoituksen kanssa. Tämä luo paineita myös vapaaehtoistoiminnan saralle. Tulevaisuudessa vahvimilla ovat ne kolmannen sektorin toimijat, jotka kykenevät edistämään vapaaehtoistoimintaansa. (Lund 2006, 21). Rahoituksen vähetessä vapaaehtoiset ovat niitä, jotka pitävät kolmannen sektorin järjestöt toiminnassa.

Omaisat mielenterveystyön tukena Tampere ry:llä on mielestämme vahva perusta vapaaehtoistoiminnalle. Yhdistyksen tukea antava ilmapiiri, ihmistä ja kokemusta arvostava asenne ja aito kohtaaminen ovat etusijalla vapaaehtoistoimijoiden rekrytoinnissa. Omaisten kohdalla vapaaehtoistoiminta on luonteva askel eteenpäin. Kun on itse saanut apua, herää halu auttaa ja mahdollistaa myös muille omaisille sama kuulluksi ja ymmärretyksi tuleminen kokemus. ”Hyvä laitetaan kiertämään”.

LÄHTEET

- Eskola, J. & Suoranta, J. 2005. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä:Gummerus.
- European Volunteer Centre. 2006. Manifesto for volunteering in Europe. Read 19.3.2009. <http://www.unv.org>.
- Harju, A. 2003. Yhteisellä asialla. Kansalaistoiminta ja sen haasteet. Vantaa: Kansanvalistusseura.
- Haven, A. 2008. Läheiset ykkössijalla. Labyrintti 1/2008, 8-9. Omaiset mielenterveyden tukena keskusliitto ry:n jäsenlehti.
- Hirsjärvi, S, Hurme, H. 2006. Tutkimushaastattelu: Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, S, Remes, P, Sajavaara, P. 2008. Tutki ja kirjoita. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.
- Huhtala O. 2008. Omaisyhdistys eilen ja tänään. Päivitetty 28.8.2008. Luettu 19.4.2009. <http://www.omaiset-tampere.fi/historia.htm>.
- Immonen, T., Ray, K. 2007. Labyrintti 4/2007, 4-5. Omaiset mielenterveyden tukena keskusliitto ry:n jäsenlehti.
- Internetix opinnot, 2009. Päivitetty 9.1.2009. Luettu 5.3 2009. <http://opinnot.internetix.fi>
- Kansalaisfoorumi, 2008. Luettu 19.3.2009. http://www.kansalaisfoorumi.fi/sivu.php?artikkeli_id=651
- Koskiahho, B. 2001. Sosiaalipolitiikka ja vapaaehtoistyö. Teoksessa Eskola, A., Kurki, L. (ed.) Vapaaehtoistyö auttamisena ja oppimisena. Tampere: Vastapaino, 15–40.
- Kuukausitiedote KU-TI. Maaliskuu ja huhtikuu 2009. Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry.
- Kuusinen, J (toim.).1997. Kasvatuspsykologia. Juva: WSOY.
- Kuvaja, S. 2005. Kirjaesittely Vapaaehtoistoiminta. Luettu 19.3.2009. <http://www.kansalaisfoorumi.fi>
- Lahtinen, P. 2003. Ihminen on tärkein instrumentti. Vantaa: SMS-Tuotanto Oy.
- Lehtinen, Sini-Tuulia 1997. Vapaaehtoistoiminta – kasvava voimavara. Näkökulmia ammattityöhön. Helsinki: Kansalaisareena.
- Lund, P. 2006. Torjuttu toivottomuus. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Mattila, K-P. 2007. Arvostava kohtaaminen: Arjessa, auttamistyössä ja työyhteisössä. Jyväskylä: PS-Kustannus.

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

Nyman, Esa 2003. Tukihenkilön taskumatti. Painohäme Oy: Ylöjärvi 2003.

Nyman, M. & Stengård, E. 2001. Mielenterveyspotilaiden omaisten hyvinvointi. Omaiset mielenterveystyön tukena keskusliitto ry. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.

Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry. Päivitetty Luettu 19.3.2009. <http://www.omaiset-tampere.fi>.

Omaisten työkokoukset. Extra Labyrintti, 2007, 11. Omaiset mielenterveyden tukena keskusliitto ry:n jäsenlehti.

Pajula, E. 2008. Kolmas sektori käsitteenä. Luettu 19.03.2009. <http://www.kolmassektori.net/kolmas.htm>

Ruohotie, P. 1998. Motivaatio, tahto ja oppiminen. Helsinki: Oy Edita Ab.

Salmela-Aro, K, Nurmi J-E (toim.). 2002. Mikä meitä liikuttaa- Modernin motivaatiopsykologian perusteet. Keuruu: PS-Kustannus.

Sorri, H. 2005. Elämän käänneet. Teoksessa Nylund, M., Yeung, A. (ed.), Vapaaehtoistoiminta: Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 126–140.

Särkelä R., Vuorinen, M., Peltosalmi, J. 2005. Sosiaali- ja terveysjärjestöjen mahdollisuudet palveluiden ja tuen tuottamisessa. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry.

Toimintakertomus 2007. Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry.

Tuomi, J., Sarajärvi, A. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisältöanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vapaaehtoistoiminnan käsikirja. Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry.

Vapaaehtoistoiminnan peruskurssi A, 15.3.2008. Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry.

Vapaaehtoistoiminnan peruskurssi B, 2.4.2008. Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry.

Yeung, A. 2002. Vapaaehtoistoiminta osana kansalaisyhteiskuntaa – ihanteita vai todellisuutta? Tutkimus suomalaisten asennoitumisesta ja osallistumista vapaaehtoistoimintaan. Helsinki: Paino Hakapaino.

Yeung, A. 2005a. Tutkimustyökaluja vapaaehtoisuuden mysteeriiin. Teoksessa Nylund, M., Yeung, A. (ed.), Vapaaehtoistoiminta: Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 83–103.

Yeung, A. 2005b. Vapaaehtoistoiminnan timantti. Teoksessa Nylund, M., Yeung, A. (ed.), Vapaaehtoistoiminta: Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino, 104–125.

Yhdistyksen voimavarat. Extra Labyrintti 2007, 15. Omaiset mielenterveyden tukena
keskusliitto ry:n jäsenlehti.

LIITTEET

LIITE 1

Teemahaastattelu

1. Kerro omaisyhdistyksessä toimimisesta
 - vapaaehtoistyö omassa tukijärjestössä
 - toiminta ja tehtävät
2. Kerro miten tulit mukaan toimintaan
 - liittyminen yhdistykseen
 - vapaaehtoistyön aloittaminen
3. Kerro kokemuksistasi vapaaehtoisena
 - vapaaehtoistoiminnan anti
 - vapaaehtoistoiminnan motiivit
4. Kerro minkälaista tukea saat vapaaehtoistojena
5. Rooli
 - vapaaehtoistojen rooli/ omaisen rooli; eroavaisuudet ja yhteneväisyydet
 - sukupuolen merkitys
6. Timanttimalli: Anne Birgitta Yeung
 - vapaaehtoisuuden motivaation ulottuvuudet:
 - saaminen-antaminen
 - toiminta-pohdinta
 - läheisyys-etäisyys
 - uudenetsintä-jatkuvuus

LIITE 2

Tampere 28.3.2008

Hei,

Opiskelemme Pirkanmaan ammattikorkeakoulussa sosionomeiksi. Teemme opinnäytetyötämme Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:lle vapaaehtoistoimijoiden kokemuksista omassa tukijärjestössään. Työmme tavoitteena on tuoda esille omaisen motiiveja vapaaehtoistojana ja osallistua omaisyhdistyksen vapaaehtoistyön kehittämiseen. Materiaali työhömmä tullaan keräämään haastatteleamalla Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry:n vapaaehtoistyötoimijoita. Saadaksemme omaisen näkökulman tutkittavaan aiheeseen, pyydämme Teitä osallistumaan haastatteluun. Pyrimme suorittamaan haastattelut huhti-toukokuun aikana. Haastattelut tehdään omaisyhdistyksen tiloissa ja ne kestävät noin tunnin.

Haastatteluja varten tarvitsemme teiltä kirjallisen luvan. Allekirjoittamalla alla olevan liitteen annatte suostumuksen haastatteluun. Suostumuksen voitte tuoda haastattelijoille haastatteluun tullessanne. Pyydämme teitä ystävällisesti ilmoittamaan halukkuutenne haastatteluun 11.4. 2008 mennessä ohjaajallemme Tuija Koposelle, jotta voimme sopia yhdessä haastatteluajan.

Haastattelut tehdään nimettöminä ja kaikki saamamme tieto käsitellään ehdottoman luottamuksellisesti.

Mahdolliset lisätiedot sekä yhteistyöstä kiittäen,

Lea Härö ja Minna Gold, sosionomiopiskelijat

Tuija Koponen

Annan suostumukseni haastatteluun:

Haastateltavan nimi: _____

Puhelinnumero: _____

Paikka ja aika: _____

Allekirjoitus: _____

LIITE 3

Taustatietoja haastateltavasta

Ikä _____

Koulutus ja ammatti _____

Oletko työelämässä Kyllä / Ei

Sairastunut läheinen lapsi / puoliso / veli / sisko / äiti / isä / ystävä

Joku muu, kuka? _____

Kuinka kauan olet toiminut järjestössä vapaaehtoisena? _____ v _____ kk

LIITE 4**Motivaatioteemojen luettelo****Saaminen:**

Itsensä toteuttaminen
Henkilökohtainen hyvinvointi
Toimintamuotojen palkitsevuus
Emotionaaliset palkinnot
Ryhtiä ajankäyttöön
Työkokemus

Antaminen:

Erityistarpeet
Halu auttaa
Altruistinen luonne
Toive auttamishalun leviämisestä
Vastavuoroinen, sosiaalinen tuki
Elämäntkokemukset

Saaminen-Antaminen:

Keskinäinen apu
Hyvä mieli
Antamisen kautta saaminen
Henkilökohtainen kasvu

Jatkuvuus:

Aihepiirin tuttuus
Positiiviset kokemukset
Elämäntkulku
Identiteetti
Jatke palkkatyölle
Hyvinvoinnin ja jaksamisen ylläpito

Uuden etsintä:

Uuden teeman kiinnostavuus
Vastapaino
Laajennusta elämäntpiiriin
Uuden oppiminen
Oma muutos

Etäisyys:

Joustavuus

Epäbyrokrattisuus

Yhteistoiminta, Riittävä etäisyys

Läheisyys:

Ryhmään kuuluminen

Uusien ihmisten tapaaminen

Ryhmähenki

Sanallinen vuorovaikutus

Toiminnan sosiaalisuus

Sosiaalisten vuorovaikutusten edistäminen

Pohdinta:

Arvot taustana

Roolimallit

Oma henkinen kasvu

Omien asioiden läpikäyminen

Toiminta:

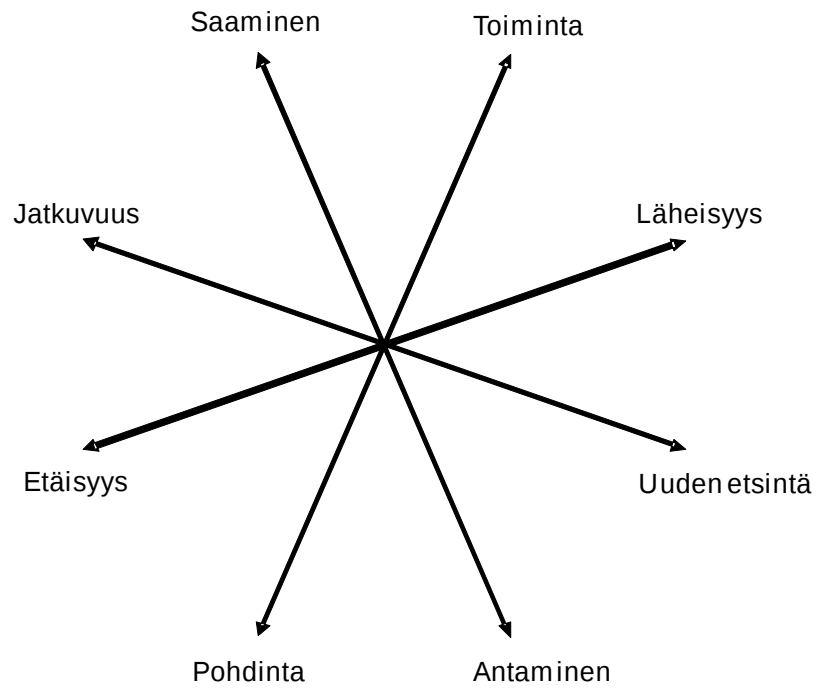
Vapaa-ajan täyttäminen

Toiminnallisuus

Organisointitapa

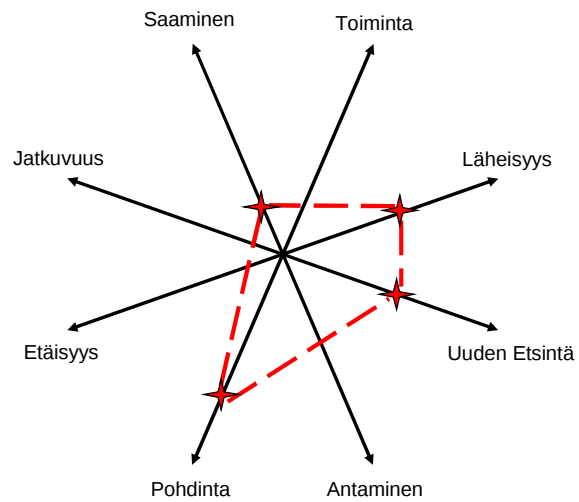
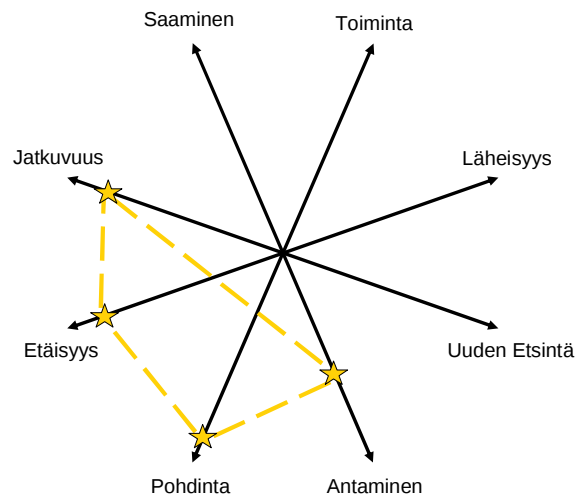
LIITE 5

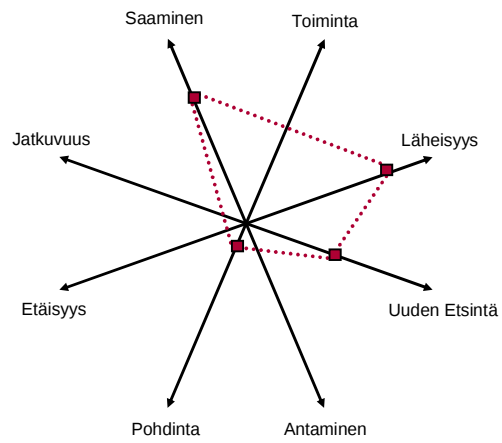
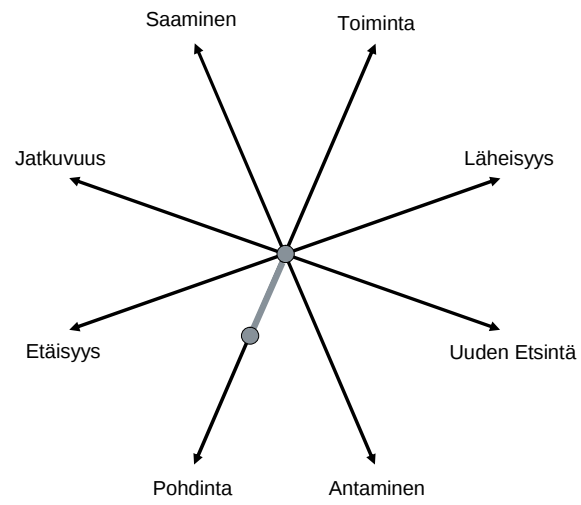
Motivaatiokartta (Yeung 2005b, 107)

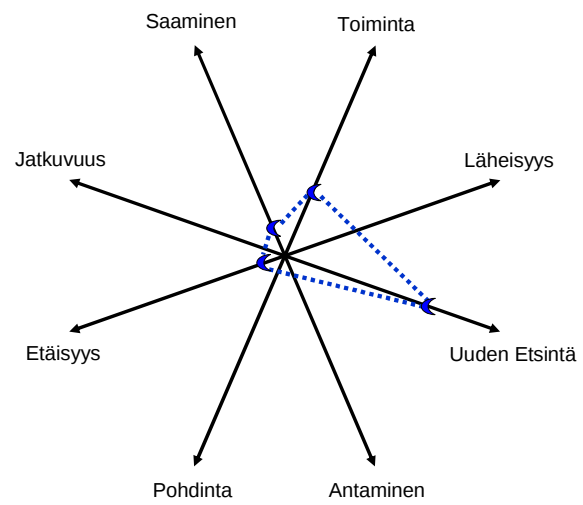
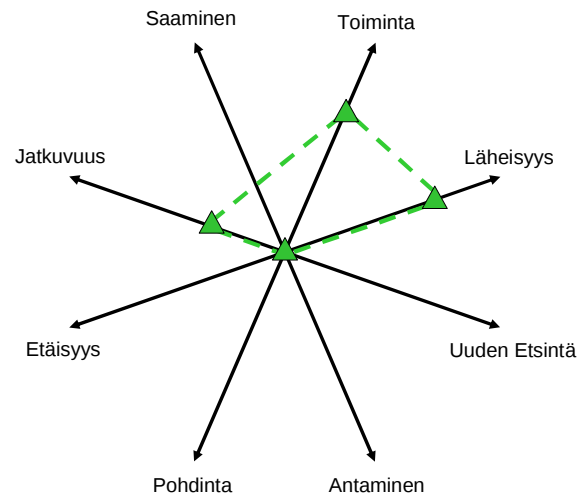


LIITE 6

Haastateltavien piirtämät motivaatiokartat







ENGLISH TRANSLATION

1 INTRODUCTION

Today, voluntary work represents the social community in action (Koskiahho 2001). It represents a community where people participate by supporting the welfare of others. In situations where the family or the state is unable to offer immediate help, volunteer work can act as a first aid for a crisis. Many voluntary organizations were founded to respond to the pressures in society, including: unemployment, diseases, loneliness and exclusion. Volunteers generally provide services that are meant to reduce suffering or improve the living conditions of individuals or groups in need (Nylund & Yeung 2005). The aim is to enhance social interaction and equality.

Organizations that offer these type of services are also known as the third-sector, because they support the services offered by the state and municipalities to fulfill their social and health responsibilities in order to meet their quality and legal responsibilities.

Many people have also noticed the importance of services offered by the third-sector. For those in crisis, it is often easier to turn to volunteers rather than to public services for support, as volunteers are often able to provide services at an earlier stage or to a greater depth than official, government programs. (Lahtinen 2003, 12.)

In Tampere, one of the third-sector organizations is *Omaisiet mielenterveystyön tukena Tampere ry.* (The Family Association Promoting Mental Health in Tampere), a support organization for relatives and friends of people with mental illnesses. Their aim is to offer information, services and peer support for the relatives of mentally ill patients. They also work closely with different parties involved in the care of mentally ill patients to provide better information to relatives offering care for the patients. (Toimintakertomus 2007, 3).

The idea for this research came as a result of discussions with *Omaisiet Mielenterveystyön tukena Tampere ry*. The organization has supported a number of studies on their organization, clients and methods – especially as it applies to peer support. However, they have never actually studied the motives of their volunteer workers who are also relatives of people with mental illnesses.

The purpose of this paper is to examine what it means to be a volunteer in the support organization, where the volunteers derive their motivation and how the volunteers maintain their motivation through interviews with the volunteers. We became interested in this topic because of our personal experience as volunteers and through participation in courses about volunteer work. In addition, we were able to complete our practical training at *Omaisiet mielenterveystyön tukena Tampere ry*.

For the data collection method, we chose theme interviews in order to allow the volunteers to give information in their own voices and using their own words. As a background theory, we use Sorri's (2005, 128–130) definition of volunteer types (crisis-, situation- and development-orientation). In order to examine the motives, we chose Yeung's (2005b, 107, 124–125) Octagon Model of Motivation, and the list of the motivational themes that have been specifically developed to study motivation in volunteer workers.

In this paper, we will first explain the central concepts, theories and background of the organization. Then, we will describe our methods and results. Based on this research, *Omaisiet mielenterveystyön tukena Tampere ry*. will be able to further develop their volunteer programs and gain new ideas to support their recruitment and training of volunteer workers.

2 THEORETICAL BACKGROUND

The purpose of this study was to examine the operational motives of the volunteers who are also relatives of mentally ill patients. As a theoretical background, we used a study of volunteer motives conducted by Anne-Birgitta Yeung (2002), definitions of volunteer types as defined by Hannu Sorri (2005), and Yeung's (2005) Octagon Model of Motivation.

2.1 Motivation

The word motivation stems from the Latin word *movere*, meaning 'to move' (Ruohotie 1998, 36). Historically, the most meaningful motivational theories were based on Pavlov's Theory of Classical Conditioning, and on Maslow's Hierarchy of Needs. Both theories were the results of studies of what causes action. Motivation was understood to be based on internal instincts and the needs that drove human behavior. Motives were studied only in clinical care situations and in animal laboratories. Later, researchers became interested in human motives, but only from the internal perspective. (Internix opinnot 2009.)

A new beginning for the study of human motives started during the 1980s. At this time, researchers became interested in personal goals, influencing people and the impact of environmental factors on motivation. (Nurmi & Salmela-Aro 2002, 6–7.)

Motivation explains why a person acts in a certain way and why certain behavior is maintained or hindered (Ruohotie 1998, 36–37). It directs and energizes human behavior. It includes the conscious and unconscious factors that drive people to act including needs, desires, instincts, rewards and punishments. (Ruohotie 1998, 36–37.)

Motivation consists of internal and external drivers. Internal motivational drivers cause a person to act voluntarily – they do things for themselves of their own free will. External motivation describes how a person will respond to external pressures or factors – they act in anticipation of some reward or punishment. The strength and direction of motivational levels changes as the internal and external factors change. (Ruohotie 1998, 37–38.)

2.2 Motivation of Voluntary Work

In general, people volunteer because of a desire to help others. According to Yeung (2002, 32) over 40% of Finns claim that their motivation for volunteering is based on a desire to help others. However, a person rarely has only one motive to act. Often, the social aspects of volunteering along with the desire to learn, share experiences and use free time also motivate people to volunteer. Volunteer work offers contentment in life and experiences of success.

The motives of volunteering can be both altruistic and selfish at the same time. Motives have changed from altruistic to more individualistic direction where a person gains something for himself from volunteering. According to Yeung, women's motives often stem from the desire to help, learning something new and to meet new people. For men, the motives come from the purposeful use of free time, the influence of friends and their obligations as a citizen. (Yeung 2002, 70–72.)

The motives for volunteering are often related to the personal experiences of the volunteer. Sorri (2005) examined the meaning of volunteer work in different life situations of the volunteer. He compared the results of three studies done in Finland among the volunteers of a crisis line service, hospice care and religious-based welfare work. He described how voluntarism is often tied to individual life experience, and used three orientations to describe the types of volunteer workers: development, crisis and situation.

Development-orientated volunteers are those who use volunteer work as a way to develop their knowledge and skills to enhance their own professional capabilities. These are often people who have chosen professions in the social or teaching sectors and see volunteer work as a way to strengthen their own interaction skills. (Sorri 2005, 128.)

A crisis-orientated volunteer is a person who has experienced something that has somehow affected the balance in their life – they have faced a crisis or have otherwise come to a turning point in their life. The personal experience of managing a significant change creates within these people a desire to become a volunteer and serve others in a manner similar to the way in which they were served (Sorri 2005, 128). They can support and empower others while acting as an example of what is possible.

A situation-orientated volunteer is a person who has experienced a situational change in their life that requires a sense of adjustment. They find that they have additional time or need additional structure and can use volunteering to provide that support while they provide services to others. (Sorri 2005, 129.)

Understanding the motives that lead a person to volunteer can be useful for organizations that depend on volunteers for their services. Without motivated volunteers, these organizations cannot operate and develop. Voluntarism, informality, flexibility and independence act as both strengths and risks of such organizations. (Yeung 2005a, 83.) For this reason, it is important for these organizations to understand and support the commitment, motivation and perseverance of their workers.

2.3 The Octagon Model of Motivation

Studying motives can be time consuming, but can offer ideas for the further provision and development of services. Understanding the motives of volunteers benefits both the organization and the volunteer. For the organization, it provides information on what areas function well and what needs to be improved. For the individual, it describes why they want to volunteer and what will drive them to continue.

Yeung (2005b, 107) developed the Octagon Model of Motivation as a tool for researchers and volunteer workers. Yeung developed this tool after interviewing volunteer workers to better understand their motives through experiences and operations. Based on this study, Yeung listed 767 different expressions of motives. She then divided these expressions into eight categories: receiving, giving, action, reflection, proximity, distance, renewal and continuity.

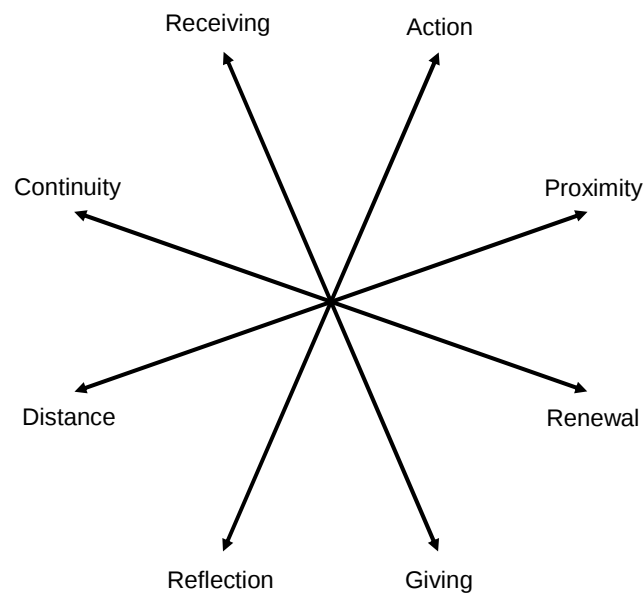


Figure 1. Yeung's Octagon Model of Motivation (Yeung 2005b)

These motives can be paired into four separate dimensions (Receiving-Giving, Action-Reflection, Proximity-Distance, Renewal-Continuity). Receiving-Giving describes the rewards that the volunteer gains from their work or the benefits they can bring to it. Continuity-Renewal represents motivation through self-realization by determining whether the volunteer is seeking stability or whether they are looking for new challenges. Distance-Proximity defines whether the volunteer seeks opportunities to expand their relational networks by belonging to a group and interacting with others or whether they seek to control their contribution and their network of relationships. With Reflection-Action, the volunteer must consider whether they seek opportunities to relive personal challenges and experiences or opportunities to act more spontaneously, use their spare time and participate openly and outwardly.

This model also defines whether the motives are internally directed (receiving, reflection, distance and continuity) or externally directed (giving, action, proximity and renewal).

By considering the relationships between these motives, Yeung (2005b) describes how it is possible to define a mapping of an individual's motivations for engaging in

volunteer work. This can serve as a tool for evaluation, reflection and self-development.

2.4 Central Concepts

2.4.1 Principles of Volunteer Work

Volunteer work is a common term for operations based on an individual's free will to participate, their willingness to work without an expectation of receiving compensation, an aim to benefit someone other than the volunteer, and a contribution to values of interest to society in general (European Volunteer Centre 2006). Volunteers generally provide services that are meant to reduce suffering or improve the living conditions of individuals or groups in need (Nylund & Yeung 2005, 14). It is a phenomenon of modern life – people are in increasing need of each other due to pressures from changes in society including unemployment, crises, diseases, loneliness and exclusion.

Becoming a volunteer worker does not require any special skills. Each volunteer participates with the knowledge and skills they have. It is the duty of the organization to offer training and support for the volunteers so that the continuity of the operation is safe. Since volunteer work is based on the individual's desire to participate, the organizations have to take into consideration the turnover and short-term operations. The content of a project and the manner with which it is conducted can serve as an incentive for a individual to commit to participate. The successful volunteer programs include good planning, sufficient support and training, work counseling, recreational activities.

2.4.2 Volunteer Work in Finland

Yeung (2002) defined the reasons for Finnish people participating in volunteer work and the motives or possible obstacles for not volunteering. This research covered the whole of Finland excluding Ahvenmaa. The data was collected from 997 people aged 15-74 years.

Yeung's results (2002) showed that Finns are active citizens and have a desire to be part of civil society through actively participating in organized voluntary programs. Her study showed that 37% of Finns participate as volunteers in some way or another. Although people in western Finland are the most active volunteers – 47% of the habitants actively participate in voluntary work – throughout Finland, people donate approximately 18 hours of effort per month (Yeung 2002). Furthermore, Yeung (2002) found that time constraints and health issues did not impede the willingness of Finns to volunteer.

Volunteer work in Finland is seen effective and important. Yeung found that 66% of Finns consider that helping and caring for others are essential values; and that half of the Finns would volunteer if they were asked to do so (Yeung 2002). The most popular form of volunteerism is in sports (30%) and in the social and health fields (25%). Women are more involved in social and health sector work. Men are mostly involved in sports, neighborhood associations, national defense and rescue work. Young people are also active participators. Their interest areas involve children and youth as well as environmental and human rights issues (Yeung 2002).

2.4.3 Volunteer Work as an Extension of Public Services

The need for volunteer work has risen during the last decade. The services offered by professionals are not enough to cover the demand for services in the society (Nyman 2003, 6.) During the 1980's the purpose of volunteer work was only to support public services. The meaning of the work for the volunteer himself was not taken into consideration. During the recession of the 1990s, however, the need for volunteer work increased and new organizations appeared to support public services. (Lehtinen 1997, 17.)

Today, volunteers work to complement the skills of professionals. Volunteers often have personal and practical experiences that professional workers lack. In many situations, special planning and training are required to bring the professionals and volunteers together to work towards a common goal. The purpose of volunteer work is for people to support their own needs and the needs of others rather than to provide services where public social and health sectors are lacking. Volunteer work enhances people's social interaction and individual participation. It is through such participation that one can affect the development of services within society. (Lehtinen 1997, 21.)

Lehtinen (1997, 11) presents a definition of the social-political status of volunteer work as originally defined by Haberman and Parsby (1987). Accordingly, volunteer work is one of three forms of helping, the others being public (professional) and personal (family, relatives, friends, and neighbors) (Figure 2). Volunteer work should be seen as an extension and support for public and personal services. (Lehtinen 1997, 10–11.)

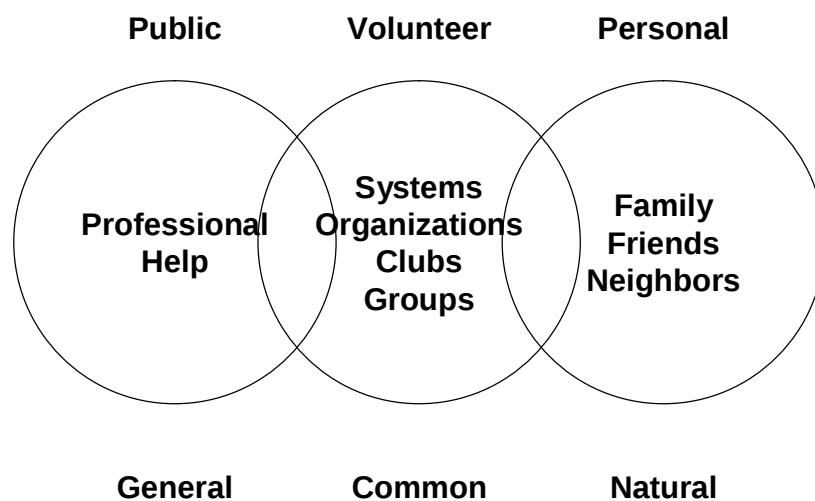


Figure 2. The Socio-Political Status of Volunteer Work (Lehtinen 1997, 11)

2.4.4 The Third-sector and Volunteerism

The third-sector consists of non-profit organizations that provide services for individuals, groups and networks. According to Harju (2003, 15–16) third-sector organizations are beneficial, ethical, non-profitable and independent. They provide individual freedom of choice, flexibility and are based on volunteers. In Finland, third-sector organizations offer participants the opportunity to actively participate and to find solutions for positive change (Pajula 2008). Third-sector organizations form an essential part of civil society (Pajula 2008), and the need for these types of organizations has grown in direct response to the growth in the need for support by individuals. In many cases, third-sector organizations act as a voice for the less fortunate and as a conscience for society as a whole (Pajula 2008).

The main purpose of the third-sector is two-fold. First, for the client, the third-sector provides opportunities to increase life control, prevent exclusion and strengthen the community. Secondly, the organizations provide benefits to people and groups in need through their services. Volunteers connect these two areas. They provide the human aspect of the work and complete the gap between the client and the professional.

Today in Finland, there are approximately 13,000 third-sector organizations providing essential contributions to the well-being of Finnish citizens, including services, activities and support networks (Särkelä et al. 2005, 7). They provide 17% of all social services and employ 10% of all social and health professionals (Särkelä et al. 2005, 7). Although these organizations provide jobs for professionals, they actually depend largely on volunteers. In fact, Finland's third-sector organizations engage more volunteers than comparable organizations in other European countries (Pajula 2008).

3 OMAISET MIELENTERVEYSTYÖN TUKENA TAMPERE RY

3.1 History

Since the 1980s, the intake of patients into psychiatric care facilities has decreased considerably and the responsibility for the patient care has transferred to family members. In most cases, family members have assumed this responsibility without the necessary knowledge, skills and support. (Nyman & Stengård 2001, 5.) The lack of services and support gave rise to the need for an organization to provide serve the relatives of individuals with mental illness. In 1988, a group of relatives established *Psykiatristen potilaiden omaiset ry.* (Relatives of Psychiatric Patients), which today is known as *Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry.* (Huhtala 2008.)

20 years later, the need for this organization as a source of knowledge and peer support continues to grow. Today, confidentiality laws restrict the amount of information that can be provided to relatives of adult mental patients without the explicit consent of the patient. Relatives are often denied access to information and support regarding care, medication and therapy offered to the patients. It is assumed that the patients can take care of these issues on their own. However, in many cases they are not capable of maintaining their treatment by themselves. Therefore, a working care system and an appropriate amount of information are essential for family members as well (Omaisten työkokoukset 2007, 11).

The organization was first founded by volunteers, but during their second year of operation, they received funding from Finland's Slot Machine Association (RAY) to hire professional workers. Through this funding, they have been able to grow and develop their operations year-by-year. Their membership has grown from 45 people to 1400, and they now have 11 full-time professionals on staff. (Huhtala, 2008.) The main service offerings include advice and access to support services, peer support groups, lectures and training. Members are also offered recreational activities. (Toimintakertomus 2007, 3.)

3.2 Volunteer work at Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry.

Because of the confidential and important nature of the work, the organization carefully screens potential volunteers through an interviewing process. The volunteers are mainly members of the organization, but may also include social and healthcare professionals. The volunteers receive training before they start working, and can also receive work counseling and other additional support as needed. (Vapaaehtoistoiminnan käsikirja 2005, 5,7.)

Volunteer work in the organization is based on a sense of equality between the professional employees and the volunteers. The personal experiences of the members serve as a meaningful source of information that professional workers generally do not have. The role of the professional worker, on the other hand, is to provide information about mental illness; research new methods in care and provide information on social welfare benefits. Combining these two sources of information provides a more profound and meaningful level of support for the members. (Yhdistyksen voimavarat 2007, 15.) The volunteers act as facilitators of the support groups. They organize activities, provide conversational help and represent the organization in different functions. (Toimintakertomus 2007, 5.)

4 COLLECTING EMPIRICAL DATA

This study is a qualitative research examining the motives of those volunteers who are both relatives of people with mental illness and volunteer at *Omaisiet mielenterveystyön tukena Tampere ry.* The purpose of this study is to understand the motivations of the volunteers. We approach this theme through three research questions:

1. What is it like to be a volunteer in a support organization?
2. Where do volunteers derive their motivation?
3. How do volunteers keep motivated?

We used theme interviews to collect data. Interviewing is a natural method to gather data as it can provide meaningful information in a flexible format. In theme interviews, the research themes are planned in advance, but the actual questions are not specifically defined. This allows the interviewee to freely express their views and experiences regarding the theme, and opens the possibility of exploring tangent lines of thought. The role of the interviewer is to ensure that the goals of the interview are met. Through theme interviews, we can better understand the meaning of the topic and experiences of a person. (Hirsjärvi & Hurme 2006, 11, 22, 28.)

The themes of our interviews were defined in cooperation with representatives of *Omaisiet mielenterveystyön tukena Tampere ry.* We used the snowball sampling method for choosing people to interview. This was done following the express wishes of the organization. The snowball sampling method enabled the organization to find interviewees with the exact background required to answer questions relating to the theme.

We received consent from six people for interviews. All of the interviewees were middle-aged or older and represented both sexes. They had between 1 and 10 years of experience in the organization. Two had previously volunteered in other capacities for other organizations. Each interviewee had at least one family member who suffered from mental illness. In most cases, it was their own child. The interviewees represented different professions and some were not working at all. They had all come to the organization seeking information and support as the relative of a mentally ill patient. The interviews were conducted individually at the organization's premises during April 2008, and each interview lasted for about an hour.

Each interviewee was asked to provide background information and was questioned on the following themes concerning their volunteer work: motivation, becoming a member of the organization, roles, perseverance and meaning. At the end of each interview, they were asked to draw a motivational map based on the designs by Yeung (2005b, 107), to represent their current motives. The interviews were recorded and transcribed. In each case, both researchers were present and took turns acting as interviewer and observer taking notes.

4.3 Content Analysis

Content Analysis describes the consolidation, classification and interpretation of the data. The purpose is to clarify and discover new information about the research topic. (Eskola & Suoranta 2005, 137.)

We used the content analysis method for analyzing the results of the interviews. We started by transcribing and studying the interviews for an overall view of the commonalities and differences. We then divided the data into themes related to motives. This allowed us to identify the most meaningful motives for volunteering at *Omaisemielenterveystyön tukena Tampere ry*. After several reviews, we consolidated the data and chose the following themes related to motivation: encountering and joining the organization, roles (family member/volunteer), perseverance and the meaning of volunteer work to the volunteer. During the content analysis, we used Yeung's list of motivational themes (2005b, 124–125) and Octagon Model of Motivation, also known as a motivation map. We also used Sorri's (2005, 128–130) volunteer types to explore the reasons for becoming a volunteer. We ended up using all three methods of analysis because of the significance of the data. Had we chosen only one method, then important details would have been omitted from the results.

5 MOTIVES OF VOLUNTEER WORKERS

5.1 Findings

Through the motivational themes and motivational maps we found the following motives for each motivational dimension.

5.1.1 Receiving–Giving

When examining the Receiving–Giving motivational dimension, we discovered that the interviewees described motivations that related to both ends of the spectrum. In terms of receiving, for example, experiences acted as both rewards and motives for volunteering. One interviewee described this in the following way:

“No one would do this kind of work without receiving a lot from it, without receiving satisfaction when you succeed in something, unless you feel like you’re going forward, that things are moving, unless you receive joy seeing someone being helped who is in difficult situation.”

The interviews showed that seeing success in their efforts helped to further motivate them as volunteers. One of the examples of emotional rewards described by an interviewee was to see the members of a group lead by the volunteer return to the group again and again. One of the interviewees said the following:

“It gives you such satisfaction and makes you happy when you discover that you have made people think about their stuff so that they can go on.”

The quotes mentioned above show that being a volunteer provided ways to maintain personal well-being. When the volunteer had experiences that had a positive effect on their personal well-being, they viewed their work as interesting and the Receiving–Giving factors were in balance.

Another meaningful motive for volunteers is the ability to find themselves, gain something for themselves and to use their experience to benefit someone else. For example, several interviewees expressed satisfaction that their ideas were taken seriously within the organization. In addition, by being able to express themselves, some interviewees discovered new skills and found ways to develop themselves further. For example, one interviewee described how they developed their ability to speak in public.

For several of the interviewees, volunteer work served as a continuation of their profession. Some individuals had already retired and used their volunteer work as an opportunity to practice the skills that they learned during their careers. Some individuals were not employed at the time and volunteering brought order and purpose during the day. As a motive, this has a huge impact to the workers.

According to the interviewees, volunteer work at *Omaisiet mielenterveystyön tukena Tampere ry.* was flexible and supporting. They felt that they were able to freely decide how much time to donate their time without being questioned by the organization. This flexibility and the ability to decline work also helped motivate them to continue as volunteers.

When analyzing the motivational themes in the Giving dimension, we discovered some of the motivations that being a volunteer worker enabled. It provided an opportunity to help others through peer support, and it created a desire to help that stemmed from the volunteer's personal experiences receiving information and support from the organization. The volunteers expressed a desire to spread good-will and provide social support.

Personal experiences at *Omaisiet mielenterveystyön tukena Tampere ry.* were the key reasons for the interviewees to become volunteers. One of the interviewees described their reciprocal desire to help in the following way:

“No information. No clue about how your life can hang by a thread from hour to hour. You don't receive help from anywhere. But, you did from here. I still have this strong feeling that I want to be part of promoting this thing.”

All of the interviewees described how being a volunteer brought a good spirit. One interviewee stated:

“It is very rewarding to see how they [group members] move on. It brings me great satisfaction; and it makes me happy to see that you have made those people think about their stuff so that they can move on.”

Having a good spirit is part of the emotional rewards of volunteer work. Being able to live your own spirit and feel refreshed is an essential motive for volunteers.

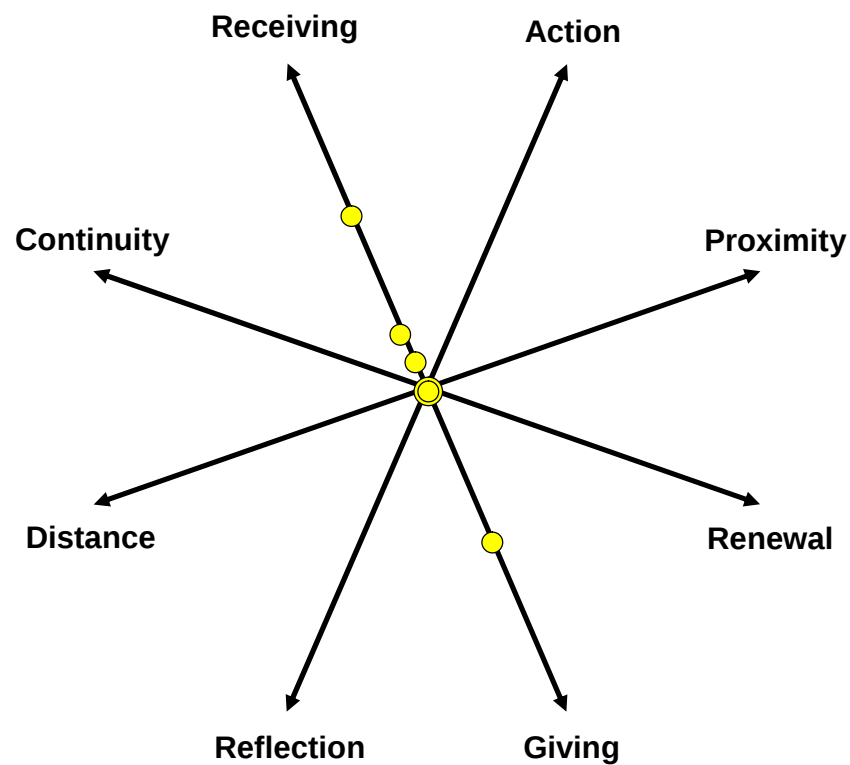


Figure 3. Motivational Map: Receiving – Giving Dimension (Note: This map shows that two respondents placed dots in the middle of the map)

The Receiving-Giving dimension is shown as it was marked by the interviewees on the motivational map in Figure 3. Half of the interviewees marked their motives more towards Receiving than Giving. For some, Giving and Receiving were equally as motivating. Based on the interviews and the map, the benefits gained from being a volunteer were perceived as exceeding the effort that was given. The personal well-being of the people who volunteer helps them to persevere in the work and in their own lives.

5.1.2 Continuity – Renewal

When examining the Continuity–Renewal dimension, most interviewees described how important their positive experiences were to motivate them to continue as a volunteer. These positive experiences provided a source of strength and perseverance. The interviews showed that appreciation for their efforts; positive feedback and observing the effects of their work as people overcame their trials gave the volunteers a good spirit, and gave them the motivation to continue. The interviewees further described how their experiences as relatives of mentally ill people enabled them to more effectively participate in peer support. For each individual, it was their experiences that brought them to the organization and volunteer work. The volunteer work gave them an opportunity to share their experiences after they had learned how to cope with their own trials. Therefore, familiarity of the organization’s purpose was an important motive for most of the interviewees.

Several of the interviewees reported that their professional roles were similar in nature to the work that they were doing as volunteers. As a result, they felt that their volunteer work was a natural extension of their career. However, none of the interviewees reported that they used their volunteer work as a way to enhance or develop their professional skills.

Learning new skills and personal development were, however, important motives for volunteering. As one interviewee stated:

“...it supports self-confidence to know as much as possible about many things and that you receive information that you can share with others.”

For the volunteers, seeking renewal served to balance everyday life and learning something new built confidence to act as a volunteer. The desire to develop and learn new things about oneself was brought up in several instances. One interviewee expressed how learning something new enhanced mental development and change in their personal life. For many, being a volunteer offered a balance for other aspects of their lives. Volunteer work provided a channel to step out of their normal environment and an opportunity to enlarge their personal network.

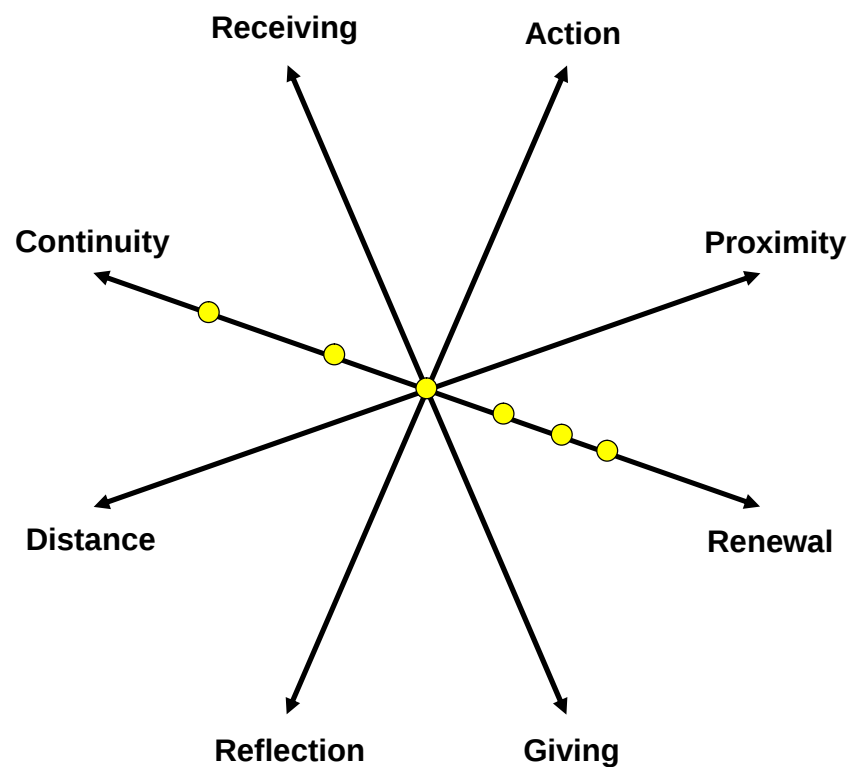


Figure 4. Motivational Map: Continuity – Renewal Dimension

Figure 4 shows that half of the interviewees described their motives as closer to renewal along the Continuity-Renewal dimension. Learning brought challenges to their lives. It gave them self-confidence and provided an opportunity to share with others.

5.1.3 Distance – Proximity

The interviews showed that Distance and Proximity were both important motives for volunteer work. One of the main strengths of volunteer work is that the volunteer has the choice to participate. They can determine for themselves how much time and effort to invest. Almost all of the interviewees felt that flexibility was very important and that the organization stressed the importance of personal perseverance and balance. The following quote by an interviewee expresses how there are other important aspects than just their volunteer work for the organization:

“I work based on my availability and according to my interest. I have other friends and other activities as well.”

Despite the time required for the volunteer work, the respondents were able to distance themselves from the organization when required. They described how important it is to have a balance between their volunteer work and their personal leisure time. According to the interviewees, perseverance required them to have other activities than just these potentially difficult issues.

Proximity was important as a motive due to the importance of verbal interactions and bonds within the group. Some interviewees had formed close relationships through their volunteer work. This research proved that volunteer work enhanced the sense of proximity. One interviewee described proximity in volunteer work as follows:

“It is when people with the same spirit gather together and work towards a common goal.”

The meaning of working together was very central. It did not just provide an opportunity for social interaction, but also served as an empowering and learning experience.

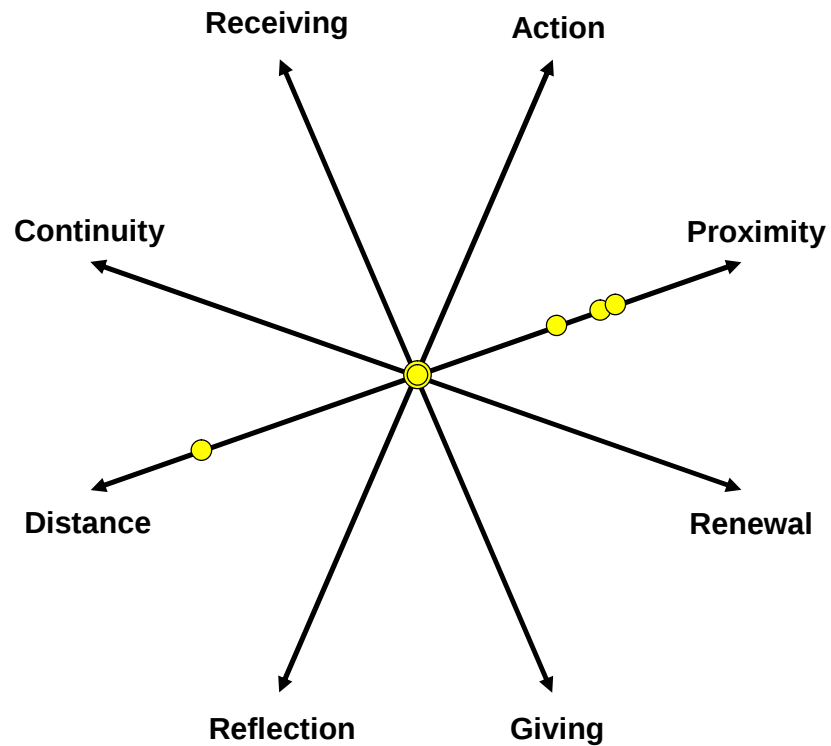


Figure 5. Motivational Map: Distance – Proximity Dimension (Note: This map shows that two respondents placed dots in the middle of the map)

When looking at the map (Figure 5), Proximity was shown to be more important than Distance. This shows that the motives for volunteer work stem from the need for social contacts and a sense of common spirit. Volunteer work offered an opportunity to meet new people. For some interviewees, Distance and Proximity were equally important as motives as long as there were clear boundaries between the work and their personal lives.

5.1.4 Reflection-Action

When examining the Reflection-Action dimension, we were able to highlight the fact that being a volunteer gave the interviewee an opportunity to reflect on their own experiences as a relative of a person with mental illness. This was described in one of the interviews as follows:

“After listening through some of these things here...somehow it gives new perspective to these things and values. Somehow you reflect on them differently.”

One of the interviewees stressed the importance of reflection as a motive in the following way:

“Extremely interesting with all these reflections...”

The opportunity to learn from each other and reflect on the different perspectives related to being the relative of someone with mental illness provided additional strength and support.

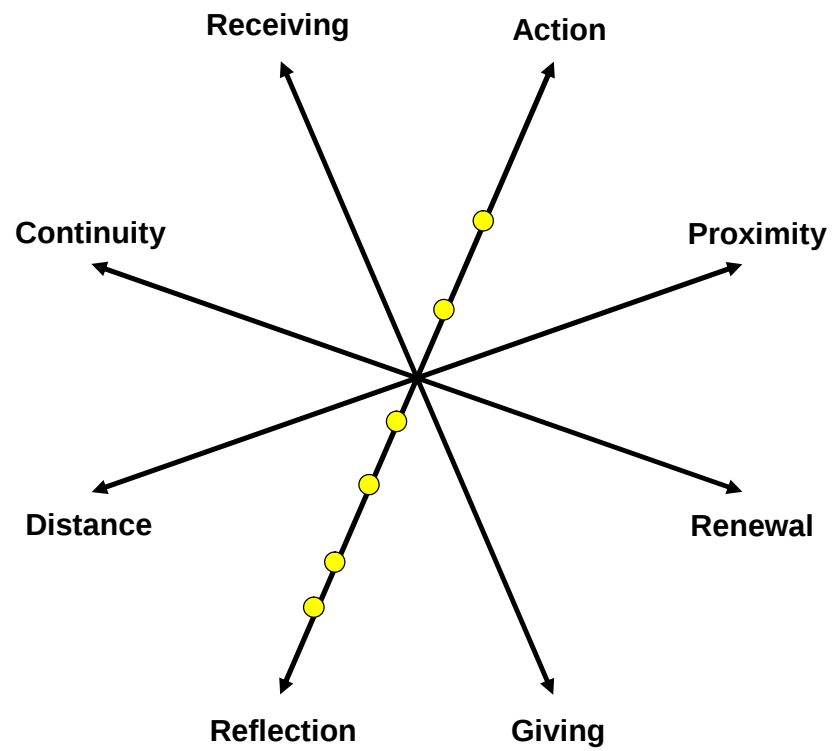


Figure 6. Motivational Map: Reflection – Action Dimension

The map showed that Reflection was a more meaningful motive for volunteer work. It was important to exchange views and learn from others to keep the motivation. That alone made volunteer work interesting.

5.1.5 Consolidated Results

Figure 7 shows the combined maps of the interviewees. These are shown together to show the differences and commonalities of the results. Each map is presented with different line styles. The dots represent the motivational placements as drawn by the interviewees along each dimension. When looking at the map, it is important to remember that these maps are dynamic and only describe the motives of the interviewees at the time they were drawn.

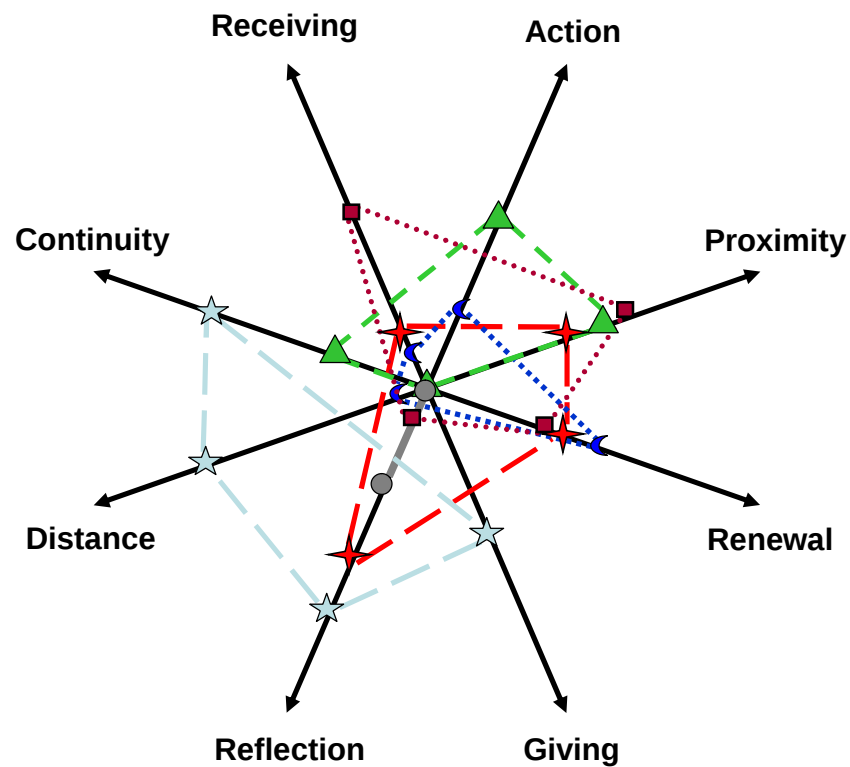


Figure 7. Motivational Maps of Interviewees

Figure 7 also shows that by dividing the map vertically, most of the maps were situated on the right-hand side. This shows that the motives of the interviewees were externally directed. These individuals were seeking opportunities to give and to find new meanings to their own personal lives. The map situated on the left-hand side showed motives that were internally focused based on familiar themes, reflection and the benefits gained through volunteering.

5.1.6 Summary

When combining the results based on the analysis of the motivational themes and maps, volunteering gave interviewees much more than they could offer. Being a volunteer provided the interviewees support for their own personal lives. Emotional rewards, such as success in their work, were meaningful in maintaining their motivation. Volunteer work also gave structure to those who for one reason or another were not working.

Being a volunteer provided great opportunity for social contacts. Peer support received in the groups served as a source of strength for the volunteer. As the operation of the organization was based on the concept of peer support, it also acted as a motive for volunteer workers to gain from others' experience by mirroring their own experiences. Therefore, the familiar themes and personal experiences were also motivating factors. Proximity was also an important motive. Interactions with people in the same situation and exchanging opinions enriched the volunteers' lives. The volunteers expressed how they appreciated that they had an opportunity to decide how much time and effort they were able to contribute to the organization. They were each able to work along their own boundaries and according to their own abilities.

5.2 Results Of The Content Analysis

The following motives were found through content analysis.

5.2.1 Becoming a Volunteer

During the interviews the volunteers were asked about the reasons and motives for becoming a volunteer at *Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry.*. Each of the interviewees recalled how poorly the relatives of the mentally ill people were treated. This caused them to fear the future. They described how their first encounters with *Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry* were both supportive and empowering. For the first time they had felt that someone was listening and that they were being taken seriously. The interviews showed how quickly the organization was able to offer help.

“The reception I encountered here, never have I experienced or will experience anything like it. It was so warm and it continues no matter who is working at the time. It is the same warm welcoming and the ability to see the state of the person coming in. They first listened as I poured everything and then they invited me to look around and told me about the schedules of the groups and gave me some papers.”

The interviewees expressed how as they reflect on their first encountering with the organization, it grew into desire to become a volunteer and a source of motivation for others.

“I had no expectations at that time; and if I would have had any expectations, I think they would have exceeded them. When coming to the organization I expected support, advice and information – especially information which is the most important thing for a family member at the beginning. I received information and at that moment my expectations were fulfilled which lead me to participate in this organization.”

The values of the organization are based on respect and appreciation for everyone. Relatives and family members are seen as specialists of their own lives, and their opinions are valued. The interviews showed that the professional workers in the organization share these values. The atmosphere is very accepting, and they stress the importance of encountering, supporting and listening to the relative of a person with a mental illness.

5.2.2 Roles: Family Member/ Volunteer Worker

One of the essentials themes of the interviews was how the volunteers can combine their role as a family member needing support and as a volunteer offering support. The interviewees generally agreed that the roles are closely related depending on the personal situation of the volunteer. As one person said,

“I don’t see them differing from each other. Being a family member itself is a big thing, and it requires that as you become a volunteer you need to have conquered certain things in your life. If you are still very fragile and in a critical situation, then maybe not. Afterwards you can be both a volunteer and a family member inside the same person. They are just a certain type of role. As a volunteer you don’t need to disregard your role as a family member at all. Instead it comes along. At the end, only you are in the role of a family member who has learned about it.”

Motivation, ability and strength to act both as a family member and as a volunteer are only possible when the person has accepted their role and overcame their crisis situation. When the situation worsens or when the volunteer lacks the strength, they can take time off and focus on their role as being the one who needs support. The organization stresses the freedom to set boundaries for their volunteer work.

“The organization does a good job taking care of their volunteer workers by always stressing the right to say no for the work, to see your own strengths for not going over but to being able to set boundaries.”

Being able to plan the time donated to the volunteer work and being able to work according to the own strength was seen as an important motivational factor by the interviewees.

5.2.3 Persevering as a Volunteer

The interviews showed the importance of appreciation and support for the volunteers from the professional staff in helping and motivating the interviewees to continue as volunteers. One of the principles of the organization is to value the person and their experiences. The interviewees expressed this as they described working as an equals with a professional worker. The volunteers worked in pairs with professionals to combine their knowledge, skills and experience. The value of equality was also expressed in offering work counseling for the volunteers as a channel to express their concerns and feelings about the work. The interviewees also mentioned the training as a motivational factor for volunteer worker.

“There is somehow a sense of gratitude, the professional workers appreciate us volunteers. It gives you strength.”

Each of the interviewees discussed the benefits that they have received through volunteer work and by helping others:

“I think that just the fact I have been able to overcome this difficult issue makes me think that I have strength to help others. It helps me to keep going. As you give you receive.”

5.2.4 Meaning of the Work for the Volunteer

Despite the personal experiences and situations at home, being volunteer brought changes to the lives of the interviewees. It also provided them with a distraction from their personal problems.

“The fact that I have a chance to work here since I have retired, I have time in hand, I have meaningful things to do brings structure to my daily life. It is good to feel to be needed.”

The interviewees described how their experiences as a volunteer brought them joy and strength. They expressed repeatedly that being a volunteer worker also provided them with support as the family member of mentally ill person.

“Being a volunteer is not work; instead it is a process of being a family member. When you have once received help and support, you gain a desire to do the same because you have learnt that it helps you being a family member.”

The interviews highlighted that being a volunteer provided opportunities to reflect on personal experiences when faced with others situations and experiences:

“When talking and listening others you realize that your personal difficulties are not the worst. There are always other people who are in a worse situation. It brings you hope when someone has overcome a difficult situation then I can do the same.”

According to the interviewees, the possibility to reflect on personal problems brought confidence to encounter the challenges of being the relative of a person with mental illness.

5.2.5 Summary

The interviews showed the importance of the first encounter with the organization and the feeling of being heard. These aspects alone were strong sources of motivation to become a volunteer worker. Being helped motivated the workers to start helping others.

In addition, because the volunteers were a natural and valued part of the organization, it helped the volunteers in their role as a relative of a mentally ill person and further motivated them to continue as a volunteer. A family member does not need to abandon their role as a relative in order to become a volunteer. On the contrary, volunteer workers were able to still receive help as a relative when it was needed. The interviewees stressed that to be a volunteer; you need to accept your own role as a relative of a mentally ill person. Your own healing or surviving process cannot be in crisis at that point.

The interviewees felt that being a volunteer supported their role as the relative of a person with a mental illness. It gave them the keys to survive their own daily struggles, and it offered a different perspective to their own difficulties. It is this type of support that was a meaningful source of motivation for the workers.

5.3 Meaningful Motives of Volunteers Who Are Also Relatives of People with Mental Illnesses

In the following table (Table 1), we have gathered the most important motives of volunteer work at Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry. as described in the interviews.

THEMES	OPERATIONAL MOTIVES
1. MOTIVATION	Desire to help; Receiving more than you can give; Social contacts; Learning; Gives life meaning.
2. PARTICIPATION	Positive first encounter; Experience of being helped and heard.
3. ROLES: RELATIVE/VOLUNTEER	Roles cannot be separated; Atmosphere and appreciation; Possibility to be relative and volunteer at the same time, as long as you can handle your own situation
4. PERSERVANCE	Possibility to work according to own ability; Organizational support and equality; Equality and appreciation shown by workers; Emotional rewards: success, support, personal well-being, etc.
5. BENEFITS OF VOLUNTEER WORK	Supports own roles as relative; Gives perspective to own problems; Strength in everyday life;

TABLE 1. Themes and Operational Motives

6 CONCLUSION

Sorri (2005) states that there is a lack of existing research on the satisfaction and richness that work effort brings to volunteers. Future research should concentrate on how volunteering supports the individual and brings meaning to their effort. (Kansalaisforumi 2008). The purpose of this research was to study the motives of those volunteers at *Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry.* who are also relatives of people with mental illnesses. We wanted to find answers to where the volunteers found their motivation and how they are able to maintain it.

The desire to become a volunteer initially stemmed from each individuals first encounter with the organization and their experience of being heard. The interviewees felt that being a volunteer did not interfere with their role as a relative as long as they had overcome their own personal crisis. All of the volunteers expressed that it was natural to be both a relative and volunteer at the same time. The caring atmosphere and the appreciation expressed towards the volunteers supported this as well. In order to persevere as a volunteer, the interviewees required the support offered by the organization, the sense of equality with the professional staff and other members, an opportunity to working according to their own abilities, an appreciation from the workers and the emotional rewards that came with the experience.

Our results are comparable to Yeung's (2002, 10) study of volunteerism in Finland. As with Yeung, these volunteers reported that their work was a positive experience that enriches the lives of the volunteer; and that their most important sources of motivation were the desire to help others, to gain and enrich their own lives through meaningful activities. Their work gave the volunteers a sense of receiving greater benefits than they were able to give back. It supported their role as a relative and gave them perspective to their own personal situation.

Sorri (2005, 128–130) divided volunteers into three different types: development-orientated, crisis-orientated and situation-orientated. When compared, our results showed that the volunteers that we interviewed clearly belonged to the crisis-oriented type. All the volunteers we interviewed were family members of people with mental illness who had experienced a crisis and turned to *Omaiset mielenterveystyön tukena Tampere ry* for help. Their life experiences played an important role in their becoming volunteers. Surviving of their own crisis provided them with the ability to help others.

According to Sorri (2005, 129) those people belonging to this category have experienced a turning point in their lives through crisis. One of the interviewees told that volunteer work is part of the survival process and at the same time an opportunity to share the things learned through crisis. Another interviewee described volunteer work as a tool to reflect his or her own values and experiences. Being a volunteer gave them an opportunity for personal development and a place to share their own experiences. These are exactly the traits that Sorri described crisis-centered volunteers as having. (Sorri 2005, 129.)

Among the interviewees, there were also situation-oriented type volunteers that had experienced changes in their life and use of time that required an adjustment. Some of the interviewees expressed that volunteer work gave structure for daily living. However, none of the interviewees belonged to the development-oriented group, where the volunteer work is seen as a place to develop professional skills.

When analyzing the interviews, we used Yeung's (2005b, 107, 124–125) Octagon Model of Motivations and her list of Motivational Themes. Through the Octagon Model, we were able to show that the motivations of the interviewees were externally directed. The individuals were seeking opportunities to give and to find new meanings to their own personal lives.

In general, the results of the interviews showed that being a volunteer has had a positive impact on the lives of the workers by providing an opportunity for peer support. The results further showed that being a volunteer is based on an individual's desire to help others and find meaningful and interesting ways to spend their spare time.

Being a volunteer worker at *Omaisiet mielenterveystyön tukena Tampere ry* was seen as an opportunity to pay back for the help and knowledge that the volunteers themselves had received. The results also showed that the appreciation that the volunteers felt at the organization was motivating and rewarding.

Professional support and work counseling were important factors for perseverance and in finding solutions to difficult situations. The interviews raised the importance of the concept of volunteering as it represents the right to take time off from their volunteer work without being questioned. The interviewees felt that *Omaisiet mielenterveystyön tukena Tampere ry* supported them in this manner.

The interviews showed the importance of the first encounter as a source of motivation to participate in the organization. When a person is in the middle of a crisis, they need to be heard by a person who understands them and accepts them as they are (Mattila 2007, 33). This proves how important the interactional skills of both the worker and volunteer are.

Being a volunteer supported the role of being a relative of a person with mental illness. It provided the tools for personal healing, peer support and support for the volunteers. The unity gave people the sense that they were not alone with their difficulties. The interviews showed that being a volunteer required that the person has overcome their own crisis. However, it doesn't mean that that volunteers must give up their role as a relative.

This research provided new information about the importance of the first encounter, on the motives of volunteer work and the meaning of volunteer work. Our research also provided a voice for these volunteers. In addition, these results provide an example of an organization has been successful in creating a caring environment based on the values that they have defined for themselves.

The process has been challenging and time-consuming. However, we feel that the time used has been necessary to form the study. We feel that the methods of analyzing the data has broadened our knowledge and improved this research. The results are also beneficial for *Omaisiet mielenterveystyön tukena Tampere ry* as they further

development their volunteer workforce and in recruiting new volunteers. The support and feedback from the organization has been valuable.