



Satakunnan ammattikorkeakoulu
Satakunta University of Applied Sciences

ANNIKKA SALONEN

Eläkeikäisten motivaatiotekijät vapaaehtoistoiminnassa

VANHUSTYÖN TUTKINTO-OHJELMA
2022

Tekijä(t) Salonen, Annikka	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Päivämäärä 12/ 2022
	Sivumäärä 45	Suomi
Julkaisun nimi Eläkeikäisten motivaatiotekijät vapaaehtoistoiminnassa		
Tutkinto-ohjelma Vanhustyön koulutusohjelma		
Tiivistelmä Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa vapaaehtoistoiminnan motivaatiotekijöitä, jotka edistävät eläkeikäisen sitoutumista vapaaehtoistointaan. Opinnäytetyön tavoitteena oli hankkia lisää tietoa motivaatioon vaikuttavista tekijöistä, jotka täydentävät Fingerroosin säätiön vapaaehtoistointaa. Haastattelun kohderyhmänä olivat Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymän eläkeikäiset vapaaehtoiset. Tutkimusaineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Tuloksena saatiin moninaisia motivaatiotekijöitä, jotka sitouttavat vapaaehtoisia tekemään pyyteetöntä auttamistyötä. Eläkeläisiä motivoivat eniten sisällön saaminen omaan elämään, auttamisen halu, yhteiset aktiviteetit ja taloudellinen mahdollisuus vapaaehtoistointaan. He kokivat, että saavat itselleen hyvinvointia, koska heillä oli mahdollisuus ajallisesti eläkkeellä ollessaan auttaa vanhuksia. Opinnäytetyön tilaajana oli Turussa toimiva Fingerroosin säätiö, jossa aloitettiin vapaaehtoistoiminnan kehittäminen vuonna 2022.		
Avainsanat vapaaehtoistointa, vapaaehtoinen, eläkeläinen, motivaatio, sitoutuminen		

Author(s) Annikka Salonen	Publication type Thesis, University of Applied Sciences	Date Month Year 12/2022
	Number of pages 45	Language of publication: Finnish
Title of publication Motivation factors of senior volunteers		
Degree programme Degree Programme in Elderly Care		
Abstract The purpose of this thesis was to map the motivational factors of volunteering that promote the commitment of pensioners to voluntary activities. The aim of the thesis was to acquire more information about the factors affecting motivation, which complement the volunteer activities of the Fingerroos Foundation. The target group of the interview was the retirement-age volunteers of Turku and Kaarina parish union. The research material was analyzed using material-based content analysis. As a result, a variety of motivational factors were obtained, which bind volunteers to do unsolicited helping work. Pensioners are most motivated by getting content in their own lives, the desire to help, joint activities and the financial opportunity for volunteering. They felt that they were getting well-being because they had the opportunity to help the elderly during their retirement. The thesis was commissioned by the Turku-based Fingerroos Foundation, where the development of voluntary activities began in 2022.		
Keywords voluntary activity, volunteer, pensioner, motivation, commitment		

ALKUSANAT

Kiitän opinnäytetyön tilaajaa; Fingerroosin säätiötä siitä, että sain tilaisuuden tutkia vapaaehtoisten eläkeikäisten motivaatiota.

Kiitokset Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymän diakoniakeskuksen vapaaehtoistyön koordinaattorille haastateltavien eläkeikäisten tavoittamisesta.

Kiitokset opinnäytetyötäni ohjaavalle Satakunnan ammattikorkeakoulun lehtorille. Kiitos opinnäytetyön tilaajalle; Fingerroosin säätiölle ja sen toimitusjohtajalle sekä säätiön vapaaehtoistoiminnan koordinaattorille, joka toimi opinnäytetyön ohjaajana.

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT JA TUTKIMUKSEN VIITEKEHYS	8
3 KÄSITTEET	8
3.1 Vapaaehtoistoiminta.....	8
3.2 Motivaatio	10
3.2.1 Motivaatioteoriat.....	11
3.3 Ikääntynyt henkilö.....	14
4 AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET VAPAAEHTOISTYÖN MOTIVAATIOTEKIJÖISTÄ	15
5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT	20
6 TUTKIMUKSEN MENETELMÄ JA TOTEUTUS.....	21
6.1 Tutkimusmenetelmä.....	21
6.2 Kohderyhmä.....	22
6.3 Aineistonkeruuprosessi	23
6.4 Sisällönanalyysi.....	25
7 TULOKSET	26
7.1 Taustakysymykset.....	26
7.2 Vapaaehtoistyön tärkeys asteikolla	26
7.3 Vapaaehtoistoimintaan motivoivat tekijät.....	27
7.4 Motivaatiotekijöiden ryhmittely.....	28
7.5 Sitoutuminen vapaaehtoiseksi.....	32
8 JOHTOPÄÄTÖKSET	33
9 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	36
10 POHDINTA	37
LÄHTEET	
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Eläkeikäisen väestön määrä kasvaa koko ajan Suomessa. Eläkkeellä voidaan olla jopa 40 vuotta. Varsinkin nuoret, 65–79-vuotiaat, eläkeläiset ovat merkittävä voimavara yhteiskunnalle. Vapaaehtoistoiminta on yksi mahdollisuus kokea ja edistää osallisuutta ja sillä on erittäin suuri merkitys iäkkäiden terveyden ja hyvinvoinnin tukemisessa. Vapaaehtoistoiminta tarjoaa mielekkäitä rooleja ja merkityksellistä sisältöä elämään ja myös mahdollisuuksia elinikäiseen oppimiseen eläkeikäisenä. Vapaaehtoistoimintaan motivoi mahdollisuus tukea muiden heikompi osaisten hyvinvointia ja terveyttä, mutta samalla se myös vahvistaa vapaaehtoisen omaa hyvinvointia. Järjestöt ja seurakunnat ovat tärkeitä vapaaehtoistoiminnan kehittäjiä ja toteuttajia. Niissä vapaaehtoistoimintaan osallistuvat auttavat haastavissa elämäntilanteissa olevia. Monet heistä ovat itse myös kokemusasiantuntijoita. (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2020, s.27.)

Vapaaehtoistoiminnalla on pitkä perinne Suomessa. Ihmisystävällisyyden periaate, filantropian aate sai sivistyneistön kiinnostumaan hyväntekeväisyydestä 1840-luvulta alkaen. 1840–1850-luvuilla Suomessa vahvistui yhdistyshenki, jolloin järjestäytyneet vapaaehtoiset alkoivat hoitamaan yhteiskunnallisia tehtäviä, kuten hyväntekeväisyystyötä ja säästöpankkitoimintaa. Helsingin rouvasväen yhdistys ja Orpolasten ystävät olivat ensimmäisiä aikansa tunnetuimpia yhdistyksiä. Yhteiskunnan ylimpiin kerroksiin kuuluvat naiset olivat näiden yhdistysten päätoimijoita. (Jalovaara, 2015, s. 36.)

Laatusuosituksen ”Hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi 2020–2023, tavoitteena ikäystävällinen Suomi” järjestöjen vapaaehtoistyön haasteita on Suomessa muun muassa vapaaehtoisten löytäminen, heidän sitouttamisensa ja tukemisensa. Toimivat yhteistyörakenteet järjestöjen ja julkisen tahon välille ovat edellytyksenä hyvän vapaaehtoistoiminnan kehittymiselle ja juurtumiselle. Järjestöjen, yhdistysten ja säätiöiden tulee huolehtia vapaaehtoistyöntekijöiden tukemisesta ja ohjauksesta sekä toiminnan koordinoinnista. Verkostotyötä monien eri tahojen välillä

tekee myös järjestöedustajana etsivä vanhustyö. (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2020, s.28.)

Osallisuutta lisäävänä vaihtoehtoa eläkeläisille nähdään vapaaehtoistoimintaan osallistaminen. Tällä keinolla saadaan myös lisää resursseja ikääntyvän väestön auttamiseksi. Kunnat ja kansalaisjärjestöt tekevät monenlaista työtä iäkkäiden tueksi ja aktivoimiseksi. Hyvä esimerkki on etsivän/löytävän vanhustyön toimintamalli, joka tarjoaa erilaisia tukiratkaisuja iäkkäiden henkilöiden yksinäisyyttä lievittämään. Tällaisia toimintamuotoja ovat muun muassa, asiointiapu, ulkoilukaveri, erilaiset ryhmät, asiakkaiden ohjaus ja digitaalisten palvelujen neuvonta. (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2020, s.23.)

Opinnäytetyön tavoitteena oli hankkia lisää tietoa motivaatioon vaikuttavista tekijöistä, jotka täydentävät Fingerroosin säätiön vapaaehtoistoimintaa. Merkittävää on, että väestörakenteen vanhetessa tarvitaan lisää myös järjestöjen vapaaehtoisten ponnasta täydentämään julkisen hoito- ja hoivapalveluiden tarjontaa. Suomessa hyviä toimintamalleja ja esimerkkejä on olemassa paljon, joilla myös eläkeikäisten yhteiskunnallista osallistamista vahvistetaan. Erilaisten toimintamallien esimerkkejä kootaan parhaillaan maakunnissa hyvinvointitoimialueiden palvelujen kokonaisuuksia varten, koska kuntien yhtenä tavoitteena on tiivistää yhteistyötä kolmannen sektorin kanssa.

Opinnäytetyön tilaajana on Varsinais-Suomessa, Turussa, toimiva Markku Juhani Fingerroosin muistosäätiö, jonka Löytävän vanhustyön toimintamallia täydennetään vapaaehtoistoiminnalla. Säätiössä on aloitettu vuonna 2022 vapaaehtoistoiminnan hanke. Löytävän vanhustyön asiakaspolun päättyessä asiakas voi saada itselleen vapaaehtoisen työntekijän turvaamaan Löytävän vanhustyön avulla saavutettujen elämänmuutosten jatkumista. Opinnäytetyön tuloksia voidaan käyttää hyväksi Fingerroosin säätiön vapaaehtoistoimintaa edelleen kehitettäessä. Vapaaehtoistoiminnan osuutta lisäämällä pystytään mahdollisesti osaltaan ennaltaehkäisemään iäkkäiden kasaantuneita terveysongelmia, koska on todettu, että myös sosiaalinen vuorovaikutus edistää hyvinvointia.

Mistä vapaaehtoistyötä tekeville eläkeikäiselle syntyy motivaatio auttaa sekä tuttuja että vieraita ihmisiä. Miksi eläkeikäiset kiinnostuvat tulemaan mukaan vastikkeettoomaan toimintaan ja mistä löytyy halukkuus vapaaehtoistoimintaan sitoutumiseen?

2 TOOREETTISET LÄHTÖKOHDAT JA TUTKIMUKSEN VIITEKEHYS

Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys pohjautuu aineistoon, joka käsittelee vapaaehtoistoiminnan merkitystä eläkeikäiselle. Tutkimuksessa olen keskittynyt kuvaamaan ihmisten toiminnan motivaatioita ja pitänyt mielessä motivaatioteoriat ja aikaisemmat motivaatiotutkimukset. Rajasin opinnäytetyöni näkökulmaa kuvaamaan vapaaehtoisen eläkeikäisen omaa henkilökohtaista kokemusta omasta vapaaehtoistoiminnastaan.

Opinnäytetyön aihe on ajankohtainen ja tarpeellinen, koska esimerkiksi koronapandemian aikana ikääntyneet jäivät helposti ilman sosiaalisia toimintoja, ja monet heistä jäivät arjen hallintaan liittyvien palvelujen katveeseen. Sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujärjestelmässä havaittiin pandemian aikana, että kolmannen sektorin vapaaehtoistoiminnalla pystytään jonkin verran vastaamaan vanhusten yksilöllisiin tarpeisiin. Yhteiskunnan haasteiden, kuten kotihoidon resurssipulan ja kiireisten kotikäyntien vuoksi, moni vanhus, varsinkin omaisettomat ja yksin asuvat vanhukset kertovat, että eivät tule riittävästi kuulluiksi ja nähdyiksi vaan kokevat yksinäisyyttä ja pärjäämättömyyttä sekä turvattomuutta.

Keskeiset käsitteet aineistoon ovat vapaaehtoinen, eläkeläinen, motivaatio, sitoutuminen, vapaaehtoistoiminta, ikääntynyt.

3 KÄSITTEET

3.1 Vapaaehtoistoiminta

Vapaaehtoistoiminnan pääpiirteitä ovat erityisesti vastikkeettomuus ja vapaaehtoisuus. Yhdistyneiden kansakuntien (YK) oppaan mukaan vapaaehtoistoiminnan käsitteeseen yhdistettiin kolme melko samansisältöistä kriteeriä. Ensinnäkin vapaaehtoistyötä ei tehdä taloudellisen hyödyn takia. Vapaaehtoistoimintaan voivat osallistua kaikki henkilöt taloudellisesta tilanteesta huolimatta. Toiseksi vapaaehtoistoimintaa

harjoitetaan omasta auttamisen tahdosta. Kolmantena asiana on havaittu, että vapaaehtoistoiminnasta hyötyvät sekä kolmas osapuoli että vapaaehtoinen itse. Vapaaehtoistoiminnan kohteen käsite määritellään oppaassa laajasti, joilla tarkoitetaan esimerkiksi naapureita, yhteiskuntaa ja luontoa sekä ystäviä, mutta kuitenkin käsitteen ulkopuolelle jää yksi kohde, eli vapaaehtoisen perhe. Vapaaehtoisen vapaa-ajan toiminta jää siten vapaaehtoistoiminnan käsitteen ulkopuolelle. YK:n vapaaehtoistoiminnan määritelmä on hyvin laaja, koska se käsittää myös vapaaehtoistoiminnan, jota ei kuukaan organisoi. Oppaan mukaan vapaaehtoistoiminta jaotellaan neljään eri luokkaan: 1. vertaistuki ja vastavuoroinen apu, 2. auttaminen, 3. edunvalvonta ja kampanjat sekä 4. osallistumalla vaikuttaminen. (Valliluoto, 2014, s. 12.)

Vallitsevalla ajattelutavalla tarkastellaan vapaaehtoistyötä motivaation pohjalta tehtynä pyyteettömänä toimintana, jonka tavoitteena on tuottaa yksilölle hyvinvointia. Toiminta on tyypillisesti huolenpitoa ja tukea sekä avustamista, joka kohdistetaan muun muassa vanhuksiin, köyhiin ja syrjäytyneisiin ihmisiin. Vapaaehtoistyötä johtaa enimmäkseen kolmannen sektorin yhdistykset ja seurakunnat sekä julkiset laitokset. (Marjovuori, 2014, s. 15.)

Vapaaehtoistoiminnan luonne ja käsite ovat muuttuneet viime vuosina. Eskola ja Kurki viittaavat Baumeisterin (1987) väitteeseen, että vastavuoroisuuteen ja velvollisuuksiin perustuva työ yhteisöllisissä kulttuureissa on kaikille yhteistä. Vapaaehtoistoiminnasta voidaan puhua silloin kun vapaa-aika ja vapaaehtoistoiminta erotetaan toisistaan. Toisen ihmisen auttaminen on ollut tunnettua toimintaa jo kauan. Kolmen suuren monoteistisen uskonnon olennaisena osana on sairaiden, köyhien ja vähäosaisten auttaminen. Tästä esimerkkinä on Laupiaan samarialaisen tyypillinen konkreettinen huolenpito ja auttaminen. Uutta on se, että autetaan täysin vieraita ihmisiä, ja yleisempää on, että yhteisön jäsen pitää huolta vain oman yhteisönsä jäsenistä. Toinen uusi asia on, että auttaminen tapahtuu omalla ajalla ja se on omaehtoista. Tässä tilanteessa auttaja kuuntelee omaa sisäistä ääntään, eikä niinkään noudata velvollisuutta tai ulkoisia paineita. (Eskola & Kurki, 2001 s. 95.)

Vapaaehtoistoimintaa organisoivien seurakuntien tai järjestöjen vapaaehtoistoiminta ei kuitenkaan voi korvata julkisen sektorin palveluita, kuten esimerkiksi vanhuspalvelulain velvoittamia palveluita ja muita lakisääteisiä toimia. Siksi järjestötoimijat

kiinnittävät vahvasti huomionsa vapaaehtoisena toimivan henkilön ja avustettavan väliseen vastavuoroiseen toimintaan ja yhdessä toimimisen sisältöön. Vapaaehtoisen toiminta ei siis korvaa ammattilaisten toimintaa, mutta hän voi tukea sitä.

Vapaaehtoistoimintaa määritellään eri tavoin ja määrittelyt sisältävät erilaisia ominaisuuksia. Vuonna 2008 vapaaehtoistoiminta määriteltiin Euroopan parlamentin mietinnön mukaan seuraavien kriteerien perusteella: vapaaehtoistoinnasta ei voi saada taloudellista hyötyä, vaan se on palkatonta. Henkilö tekee sitä omasta vapaasta tahdostaan. Se hyödyttää ystäväpiirin ja perheen ulkopuolella olevaa kolmatta osapuolta. Vapaaehtoistoiminta on kaikille avointa toimintaa. (Valliluoto, 2014, s. 12.)

Opinnäytetyössä keskitytään tarkastelemaan vapaaehtoistoimintaa kolmannen sektorin lisäresurssina. Erityisesti löytävän vanhustyön asiakaspolun jatkeena voi toimia säätiön kouluttama vapaaehtoinen. Löytävän vanhustyön asiakkaalle voidaan ehdottaa vapaaehtoista henkilöä. Vapaaehtoinen ja asiakas sopivat yhdessä vapaaehtoistoinnin koordinaattorin kanssa siitä, mitä autettava ja vapaaehtoinen tulevat yhdessä tekemään. Löytävän vanhustyön asiantuntija on ammatillisena tukena asiakassuhteen alkuvaiheessa. Vapaaehtoisia rekrytoidaan, perehdytetään ja koulutetaan Fingerroosin säätiössä ammattimaisesti. Vapaaehtoiset tukevat ikääntyneen vanhuksen hyvinvointia.

Tässä opinnäytetyössä valitsin käyttää enemmän vapaaehtoistoiminta käsitettä, koska vapaaehtoistyön käsite ohjaa ajatusta enemmänkin työn käsitteen kautta palkalliseen työsuhteeseen tai siihen rinnastettavaan toimintaan.

3.2 Motivaatio

Motivaatio määritellään yksilön tilaksi, joka määrää, miten aktiivisesti ihminen toimii ja mihin suuntautuu hänen mielenkiintonsa. Motivaatioon liitetään myös yksilön ominaisuudet, innostuneisuus ja kiinnostus. Filosofian tutkija F. Martela on tutkinut motivaatiopsykologiaa Yhdysvalloissa, University of Rochesterin tutkimusryhmässä ja toteaa motivaation olevan hyvä poliisi, joka hoitaa valoisat toimet ja huolehtii töistä, joita on mukava tehdä. Hän toteaa, että kun yksilö on motivoitunut tehtävänsä

suorittamiseen, sitä vähemmän hän tiedostaa mitä muita tapoja on kuluttaa aikaa. Tehävä yksinkertaisesti vetää henkilöä puoleensa, kun on motivoitunut johonkin toimintaan. Keskeisenä asiana saada asioita aikaan on hänen mielestään motivoituneisuus oikeisiin asioihin. Martela kehottaa tutustumaan oman motivaatiojärjestelmänsä yksityiskohtiin ja pohtimaan motivaatioon liittyviä seikkoja, jotta siitä saisi irti kaikki tehokkaat käyttömenetelmät. (Martela, 2013, s. 43–44.)

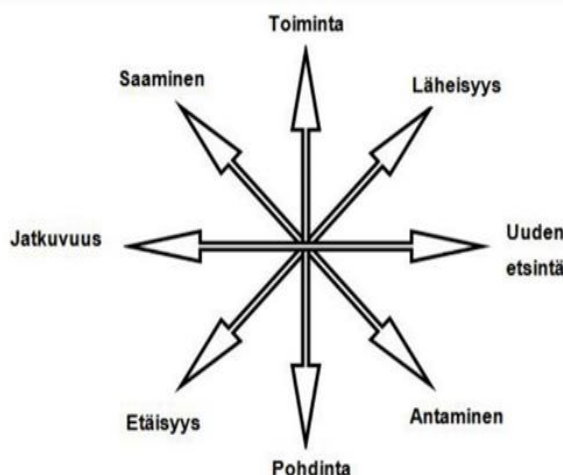
3.2.1 Motivaatioteoriat

Motivaatio voidaan määritellä yksilön tilaksi, joka määrää, miten vireästi ihminen toimii ja mihin hänen mielenkiintonsa on suuntautunut. Erilaisia motivaatioteorioita on hyvin paljon. Tässä luvussa esittelen pääpiirteittäin ne motivaatioteoriat, jotka olen valinnut opinnäytetyöhön, koska niiden lähestymistapa kuvaa mielestäni parhaiten eläkeikäisen vapaaehtoistyöntekijän motivaatiota. Valituissa motivaatioteorioissa tulee esiin parhaiten vapaaehtoistyön monipuoliset mahdollisuudet ja toisaalta motivaation vaihtelevaisuus.

Vapaaehtoistoiminnan timanttimalli on Yeungin kehittämä malli, jossa hän jaottelee erilaisia motiiveja ulottuvuuksiksi. Ryhmiteltyt ulottuvuudet limittyvät ja muodostavat kokonaisuuksia. Malli voidaan tulkita kahdella tasolla. Timanttimalli selventää kokemuksien ja toiminnan pohjalta yksilön motivaatioita vapaaehtoistyössä. Timanttimalli kuvaa kokonaisuudessaan monipuolisen kuvan vapaaehtoisuusiivästä. Timanttimalli koostuu neljästä ulottuvuudesta, jotka ovat saaminen- antaminen, toiminta- pohdinta, jatkuvuus- uuden etsintä, etäisyys- läheisyys. Neljä ulottuvuutta suuntautuu sisään- päin ja toiset neljä ulottuvuutta suuntautuu ulospäin. Vapaaehtoisuus voi siis suuntautua ulospäin toimintaan, kontakteihin, uusiin asioihin ja antamiseen – kuten myös kohti itseä ja sisäisempiä teemoja – pohdintaan, etäisyyteen, tuttuihin teemoihin, jatkuvuuteen ja saamiseen. (Nylund & Yeung. 2005 s.120.) (Kuvio 1.)

Timanttimallin elementit ovat yhteydessä kaikkiin toisiin elementteihin. Erityisesti toiminnan ääripää -motiivielementti on runsaasti yhteydessä muihin ääripäihin. Se on luonnollista, koska vapaaehtoisuudessa toiminta erottaa esimerkiksi rahan antamisen hyväntekeväisyyteen. Saaminen, läheisyys ja pohdinta ovat yhteydessä paljolti muihin

motivaatioelementteihin paitsi etäisyys – ääripäähän. Etäisyys ääripäällä on vähäistä vuorovaikutusta toisten elementtien kanssa, koska vapaaehtoistoiminta tarjoaa mahdollisuuden yhteistoimintaan ja auttamiseen, vaikka toimija haluaisi säilyttää etäisyyden muihin ihmisiin. (Nylund & Yeung. 2005, s120.)



Kuvio 1: Vapaaehtoismotivaation timanttimalli (Nylund & Yeung. 2005 s.120)

Martin Ford on yhdysvaltalainen motivaatioteoreetikko ja hän on kehittänyt motivaatiionsysteemiteorian, joka pyrkii huomioimaan tunteet motivaation osana. Motivaatiionsysteemiteoriassa (Motivational Systems Theory, MST) Ford painotti ymmärrystä, jossa motivaatiopsykologian käsitykset täydensivät toisiaan ja sopivat yhteen systemaattisesti. Fordin motivaatioteoriassa on kolme pääelementtiä. Motivaatio koostuu hänen mukaansa henkilökohtaisista päämääristä, käsityksistä ja uskomuksista omasta itsestä ja tunteista. Hän on nimennyt kolme pääelementtiä; käyttäytymisen suunta, säätely ja energisointi. Fordin motivaatioteoria eroaa muista motivaatioteorioista siinä, että se ei ole hierarkkinen, kuten Maslowin tarvehierarkiamalli, vaan hän kokee, että motivaatiolla on monta syytä. Vapaaehtoistyön näkökulmasta on arvokasta tutkimustietoa se, että käyttäytymiseen on monta syytä samanaikaisesti. Ford sisällyttää motivaatioteoriaansa tulevaisuusnäkökulman, ja hän painottaa, että motivaatioon kuuluu myös ympäristö ja ihmisen suhde siihen. Myös Nylund ja Yeung toteavat, että ymmärtääkseen vapaaehtoistoiminnan motiiveja on yksilön huomioitava menneisyyteen ja nykyisyyteenkin liittyviä elementtejä. (Nylund & Yeung, 2005, s. 85–87.)

Fordin MST-teoria sisältää 17 periaatetta ihmisten motivoimiseen. Hän pitää tärkeimpänä kannustamista ja toiminnan mahdollistamista. Vapaaehtoisten rekrytoimiseen ja sitouttamiseen hän mainitsee edellä mainittujen kolmen pääelementin (käyttäytymisen suunta, energisointi ja säätely) lisäksi muun muassa ympäristön merkityksen, joustavuuden, tavoitteellisuuden, yhtenäisyyden, konkretian, monitavoitteisuuden, optimismin, kunnioittavan asenteen merkityksen ja tunteiden läsnäolon. Periaatteet vaikuttavat olevan yleisiä esimerkiksi riippuvuuksista vapautumisessa ja koulumotivaation lisäämisessä, mutta myös vapaaehtoisten rekrytoimisessa ja sitouttamisessa. On hyvä muistaa, että jokaisella yksilöllä on oma monipuolinen kirjo motiiveista, jotka ovat lisäksi alati muuttuvia. (Nylund & Yeung, 2005, s. 97–98.)

Martelan ja Jarenkon mukaan ihmisillä on kaksi erilaista tapaa motivoitua. Suoritettavaa tehtävää kohtaan voi olla joko sisäisesti tai ulkoisesti motivoitunut. Ulkoinen motivaatio tarkoittaa motivaatiota, jossa tekemisen syy on irrallinen itse tekemisestä ja siitä puuttuu innostuneisuus. Ulkoisessa motivaatiossa nähdään jokin tavoitteellinen päämäärä, joka pitää saavuttaa ja tekeminen itsessään voi tuntua pakotetulta ja se täytyy tehdä, kun muuten ei voida. Pelkän ulkoisen motivaation kautta toimiminen kuluttaa henkistä kapasiteettia ja voi tuntua ahdistavalta ja kuormittavalta. Ulkoiseen motiiviin voi liittyä palkkion toivomine, ryhmän painostuksen pelko tai oman hyödyn saaminen. (Martela & Jarenko, 2015, s. 25) (Kuvio 2)

Sisäisellä motivaatiolla tarkoitetaan motivaatiota, jossa hakeudutaan tekemään asioita, jotka kiinnostavat, innostavat tai tuntuvat arvokkailta tekijälle. Tekeminen vetää puoleensa, koska se on jotakin, mitä todella halutaan tehdä. Sisäisellä motivaatiolla yksilö osoittaa halukkuutta tehtävää kohtaan luonnostaan, eikä siihen tarvitse pakottaa. Tämän vuoksi omasta halusta lähtevä tekeminen ei kuormita yksilöä niin kuin ulkoisesti motivoitu tekeminen. Sisäinen motivaatio on proaktiivista, eli aktiivista ja aloitteellista toimintaa, jossa ihminen ottaa vastuuta käyttäytymisestään. Se lähtee ihmisen henkilökohtaisista kiinnostuksen ja arvostuksen kohteista. (Martela & Jarenko, 2015, s.25) (Kuvio 2.)

Ulkoinen motivaatio	Sisäinen motivaatio
Lähde	
Ulkoiset palkkiot ja rangaistukset	Sisäinen innostus tekemiseen
Negatiiviselta suojaautuminen	Positiiviseen etsiytyminen
Tuntuu	
Reaktiivista	Proaktiivista
Ihminen työntää itseään kohti	Tekeminen vetää puoleensa
Pelko	Rohkeus
Stressaavaa, ahdistavaa	Innostavaa, iloista
"Keppi ja porkkana"	"Leikki"
Seuraus	
Kaventaa näkökulmaa	Laajentaa näkökulmaa
Näkee uhkia	Näkee mahdollisuuksia
Kuluttavaa	Energisoivaa

Kuvio 2: (Martela & Jarenko, 2015) Ulkoiset ja sisäiset motivaatiotekijät

3.3 Ikääntynyt henkilö

Ikääntyneellä henkilöllä tarkoitetaan henkilöä, joka on oikeutettu ikänsä puolesta vanhuseläkkeeseen. (Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalveluista 980/2012, 1 luku 3§.)

Tilastokeskuksen mukaan vuonna 2020 Suomessa eläkeläisiä yli 65-vuotiaita oli 1 205 504 henkilöä. (Tilastokeskus, n.d.)

Väestömme eläkkeelle jäävät ihmiset ovat entistä terveempiä, toimintakykyisempiä ja haluavat osallistua aktiivisesti yhteiskunnan toimintaan. Eläkkeelle jääminen vapauttaa aikaa ja enää se ei tarkoita, että siirrytään vanhukseksi. Kolmas ikä tunnustetaan olevan yli 60-vuotiaan ja alle 85-vuotiaan henkilön aktiivista elämänvaihetta, jolloin ollaan vapaita omien lasten kasvattamisesta, toimeentulon hankkimisesta ja palkkatyöstä.

Peter Laslettin mukaan kolmatta ikää luonnehtivat sosiaalisten roolien väljyys, vapaus työelämän paineista, itsensä toteuttamisen mahdollisuus, sen katsotaan olevan ikään-tyvän ihmisen yksilöllinen projekti. Kolmas ikä on sidoksissa eläkeläisen elämäntyyliin, terveydentilaan ja taloudellisiin voimavaroihin. Elämänvaiheena se on mahdollinen niille eläkeläisille, joiden terveydentila, kunto ja lompakko sallivat matkustelun, harrastamisen ja aktiivisen kuluttamisen. Kolmannen iän edellytyksiä ovat pidentynyt elinikä, riittävän korkea elintaso ja siihen liittyvät koulutusmahdollisuudet, terveydenhuolto sekä kulutuskulttuuri. (Saarenheimo., ym. 2014, s. 54.)

4 AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET VAPAAEHTOISTYÖN MOTIVAATIOTEKIJÖISTÄ

Opinnäytetyöni aihetta, motivaatiota käsitteleviä, tutkimuksia on olemassa jonkin verran. Monissa vapaaehtoistoimintaan liittyvissä tutkimuksissa on usein tutkittu vapaaehtoistyön vaikutuksia kvantitatiivisilla menetelmillä. Oma näkökulmani keskittyy tarkastelemaan vapaaehtoistyötä tekevän henkilön omaa voimaantumista vapaaehtoisena toimimisesta ja hänen motivaatiansa tehdä pyyteetöntä vapaaehtoistyötä sekä siihen sitoutumista.

Toisten ihmisten auttaminen ja vapaaehtoisena toimiminen pohjautuu siihen mitä ihmisen pitää oikeana ja mihin hän uskoo ja näin ollen se kytkeytyy ihmisen arvomaailmaan. Spontaaniakin auttamista esiintyy paljon, mutta vapaaehtoistoiminnassa yleensä katsotaan, että se on etuoikeus ja velvollisuus. Monien tutkimusten mukaan ihmisten kyvykkyys auttaa haasteellisissa elämäntilanteissa olevia ja kärsiviä ihmisiä on paljon odotettua parempi. Ihmiset pystyvät ratkaisemaan omaehtoisesti ongelmiaan, kun he saavat siihen tukea ja kannustusta. (Eskola & Kurki, 2001, s.105.)

Äyräväinen, Lintunen, Piirainen ja Rantanen selvittivät laadullisessa tutkimuksessaan eläkeikäisten vapaaehtoisten omia kokemuksia vastavuoroisuudesta. He haastattelivat 17 eläkeikäistä vapaaehtoista. Tutkimus osoitti, että antaminen ja saaminen nivoutuvat toisiinsa ja vapaaehtoistoiminnan luonteeseen kuuluu vastavuoroisuus, joka vaikuttaa

toimivalta vapaaehtoistoiminnassa. Vastavuoroisuus on tärkeää ja oleellista sosiaalisen vaihdon teorioiden mukaan ikääntyneidenkin ihmisten suhteissa. Eläkeikäiset vapaaehtoiset kokivat antaneensa inhimillisyyttä ikäihmisten vanhuuteen ja he itse saivat eläkkeelle siirtymisen vaiheeseen toimintaa ja sisältöä elämäänsä. (Äyräväinen., ym. 2019, s.3.)

Vastavuoroisuuden positiiviset vaikutukset näkyivät mielen hyvinvoinnissa, elämänlaadussa ja vapaaehtoistoimintaan osallistumisessa. Vastavuoroisuuden merkityksestä on tutkittu laadullisilla menetelmillä hyvin vähän. Esimerkiksi Fyrandin (2010) tutkimuksissa vanhojen henkilöiden sosiaalisista suhteista, joita oli 20 tutkimusta, ei ollut yhtään laadullisella menetelmällä tehtyä tutkimusta. (Äyräväinen., ym. 2019, s.5–6.)

Kangasluoma haastatteli opinnäytetyössään viittä henkilöä. Haastateltavat oli valittu kiinnittämällä huomiota siihen mikä oli vapaaehtoistyön kohde. He eivät edustaneet mitään tiettyä sukupuolta tai ikää. Tutkimuksessa selvisi, että yhdistäviä motivaatiotekijöitä oli muun muassa yhteisöllisyys, hyvä mieli, halu auttaa ja hyödyt. Kangasluoman opinnäytetyön tutkimuksen mukaan yhteisöllisyydellä, halulla auttaa ja hyvän mielen saamisella on merkitystä vastikkeettoman auttamisen motivaatioon. Kangasluoman laadullisen opinnäytetyön tulosten mukaan vapaaehtoiset tulevat helpommin mukaan vapaaehtoistoimintaan, kun heitä pyydetään henkilökohtaisesti. Vapaaehtoistyö muuttaa ihmistä ja luo tekijälleen psyykkistä ja fyysistä hyvinvointia. (Kangasluoma, 2020, s. 2.)

Kangasluoma viittaa Hokkasen vuonna 2014 tutkimuksessa esittämään ajatukseen siitä, että vapaaehtoiset kehittyvät toiminnassaan ja kehittymistä tulisi tukea. Kuitenkin kehittyminen on henkilön oma valinta, mutta parhaimmillaan se voi luoda kyvyn nähdä selvemmin erilaisuutta, samanlaisuutta ja siinä henkilö voi ymmärtää paremmin osallisuuden merkitystä. Vapaaehtoinen henkilö on silloin saanut muitakin kokemuksia elämäänsä kuin palkkatyön kokemuksen. (Kangasluoma, 2020, 54.)

Valtakunnallinen Eloisa ikä -ohjelma toteutettiin Raha-automaattiyhdistyksen rahoituksella vuosina 2012–2017. Fingerroosin säätiön Löytävän vanhustyön toimintamalli oli yksi Eloisa ikä -ohjelman hankkeista. Eloisa ikä -ohjelman toimintaa koordinoi Vanhustyön keskusliitto. Ohjelman puitteissa toteutettiin tutkimus, jossa haastateltiin

vapaaehtoistoiminnassa olevia henkilöitä. Ilmeikäs arki -oppaan luvussa 7, Saarenheimo ja Pietilä kertovat, että tutkimuksen haastateltavat henkilöt olivat useiden Eloisa ikä -ohjelman hankkeiden suurimmaksi osaksi ikääntyneitä vapaaehtoisia, jotka olivat ensikertalaisia ryhmänohjaajina, kokemusasiantuntijoina tai tukihenkilöinä. Vapaaehtoistoiminnan keskiössä oli toisten auttaminen, hyvän tekeminen ja yhteisten asioiden hoitaminen. (Saarenheimo & Pietilä, 2017, s.117.)

Saarenheimo ja Pietilä mainitsevat tutkimustyössään taustalla vaikuttavia Marjovuon väitöskirjan tuloksia. Järjestöjen vapaaehtoistoimintaa väitöskirjassaan tutkineen Marjovuon mukaan vapaaehtoistoiminnan kehittäminen ja alan tieteelliset tarkastelut tapahtuvat useimmiten ”vallitsevan paradigman” puitteissa. Vallitsevalla paradigmalla tarkoitetaan, että usein miten vapaaehtoistoimintaa tarkastellaan altruistisen motivaation ohjaamana ja sen tarkoituksena on saada aikaan sosiaalista hyvinvointia. (Marjovuon, 2014, s. 21.)

Motiivina nähtiin arvostuksen lisäksi Pietilän ja Saarenheimon tutkimuksessa tilanteissa itse toiminta ja siihen henkilön antama arvokas panos. Eläkkeelle jäämisen jälkeen osa opettajan tai hoitoalan työstä eläkkeelle jääneistä henkilöistä koki pudonneensa ns. tyhjään aukkoon, jota vapaaehtoisena toimiminen täytti. Yhteisöllisyys ja yhteisen hyvän edistäminen koettiin tutkimuksessa motivoivana tekijänä. Niillä vapaaehtoisilla, jotka osallistuivat toiminnan suunnitteluun ja yhteisten asioiden ajamiseen korostui erityisesti arvostuksen saaminen motiivina. Haastateltavat kokivat, että he saivat käyttää työkokemuksen kautta hankittua osaamista myös yhteiskunnallisesti merkittävissä tehtävissä ja tämä antoi vapaaehtoistoiminnalle jatkuvuuden tunnetta. Haastateltavien mielestä vapaaehtoistoiminta toi elämään sisältöä ja rytmiä. (Pietilä & Saarenheimo, 2017, s. 119–120.)

Saarenheimo ja Pietilä toteavat tutkimuksessaan, että ne vapaaehtoiset, joilla oli paljon aikaisempaa kokemusta, tiesivät jo odottaa henkilökohtaisia positiivisia vaikutuksia, mutta ne, jotka olivat ensimmäistä kertaa mukana, yllättyivät siitä, miten antoisaa vapaaehtoistoiminta oli omasta näkökulmasta. Vapaaehtoistyöllä pystyttiin täyttämään merkityksen tarvetta ja sen koettiin tuovat enemmän rytmiä elämään. Erään haastattelun puoliso innostui lähtemään mukaan vapaaehtoistoimintaan, kun huomasi, että aika kävi pitkäksi kotona, kun puoliso osallistui aktiivisesti kodin ulkopuolella

vapaaehtoistoimintaan. Saarenheimon ja Pietilän tutkimuksessa kävi ilmi, että ne vapaaehtoiset, jotka käyttivät työssä aikaisemmin hankittua osaamista, järjestivät tapahtumia ja osallistuvat toiminnan suunnitteluun kokivat itsensä arvokkaiksi. Kokemus toiminnan merkityksellisyydestä ja halu saada arvostusta yhteisössä oli mukana auttamisessa. Arvostuksen saaminen toiminnan kautta motivoi heitä ja se toi jatkuvuutta ja sitoutumista vapaaehtoistoimintaan. (Saarenheimo & Pietilä, 2017, s.118.)

Vapaaehtoistyön hyötyjä nostetaan yhä useammin esille myös tekijöiden kannalta. Sitran vuonna 2015 julkaiseman vapaaehtoistoiminnan oppaan esipuheessa epäitsekästä auttamisen halua ei mainita ollenkaan vaan todetaan, että parhaimmillaan vapaaehtoistoiminta tarjoaa virkistystä, uusia kokemuksia, oppimista, ystäviä ja yhdessäoloa. Se auttaa jaksamaan omassa elämässä ja tuo siihen merkityksellisyyttä. Vapaaehtoisena henkilö toimii omalla persoonalla ja tavallisen ihmisen taidoilla. Vapaaehtoistoimintaan oma elämäkokemus antaa arvokkaan voimavaran, tiedot ja taidot eivät niinkään ole osaamisen keskiössä. (Willberg, 2015, s. 5.)

Kangasluoma (2020) haastatteli opinnäytetyössään viittä vapaaehtoistyötä tekevää henkilöä. Hän havaitsi tutkimuksessaan, että vapaaehtoistyön tekeminen sai aikaan myös muutoksia vapaaehtoistyöntekijöissä. He oppivat säätelemään tunteitaan paremmin, harjoittelivat vuorovaikutustaitoja, oppivat olemaan enemmän liikkeellä ja viireinä ja alkoivat toimimaan mallina terveellisestä elämäntavasta. Kangasluoma mainitsee myös opinnäytetyössään, että markkinoidessa vapaaehtoistoiminnan mahdollisuutta järjestössä, olisi tärkeää nostaa esiin tekijän hyvän mielen ja ilon saamista auttaessaan sen sijaan, että painottaa järjestön tarvetta vapaaehtoistyöntekijöihin. (Kangasluoma, 2020, s.51.)

Kangasluoman haastateltavat olivat saaneet toisten auttamisesta kokemuksia ja kokivat saaneensa vaikuttaa yhteiskunnallisiin päätöksiin. Heidän tekemänsä poliittiset päätökset olivat sellaisia, joilla pystyttiin auttamaan heikommassa asemassa olevia. Kangasluoma painottaa, että vapaaehtoistyön markkinoinnissa olisikin hyvä huomioida iloa ja hyvää mieltä, enemmän, jota vapaaehtoistyö tuottaa. Usein vapaaehtoistyötä tarjoava organisaatio keskittyy vain omaan tarpeeseen vapaaehtoistyöntekijöistä. (Kangasluoma, 2020, s.51.)

Lindfors tutki tahattomasti lapsettomien vapaaehtoisten motiiveja pro gradu työssään, ja tuli päätelmään, että ne painottuvat enemmänkin vapaaehtoistyöntekijällä saamiseen kuin antamiseen. Vapaaehtoiset kokivat saavansa olla merkityksellisiä ja saivat toteuttaa itseään sekä kokea olevansa tärkeitä. Vertaistuki auttoi käsittelemään omaa surua ja heidän henkilökohtainen hyvinvointinsa lisääntyi, koska toiminta liittyi heidän omiin kokemuksiinsa ja vertaistuessa mukana oli terapeutin elementti. Lindforsin haastateltavat kokivat, että tuettavalle vapaaehtoistoiminta oli tärkeä apu, mutta heille itselleen vain pieni vaiva. Vapaaehtoiset kokivat oman itsensä tärkeänä. Individualistisilla motiiveilla tarkoitetaan sellaisia tarpeita, joissa vapaaehtoistyöntekijä saa toteuttaa itseään ja kokee itsensä tärkeäksi sekä saa toiminnasta hyötyjä itselleen. Nämä ovat myös individualistisen kulttuurin keskeisiä arvoja. Vapaaehtoiset olivat tulleet siihen lopputulemaan, että heidän omalle hyvinvoinnilleen auttaminen ja vapaaehtoisena toimiminen oli ollut tärkeää ja he olivat hyötynneet siitä. Lindfors löysi tutkimuksessaan monipuolisempia motiiveja kuin Marjovuo esiin tuomassaan vallitsevassa paradigmassa. Mukana vertaistuessa oli terapeutin elementti, koska toiminta liittyi niin vahvasti heidän omiin kokemuksiinsa. (Saarenheimo & Pietilä, 2017, s.118.)

Tanskanen ja Danielsbacka tutkivat kahden sukupolven kokemuksia ja yhtäläisyyksiä onnellisuuden ja vapaaehtoistyön tekemisestä pohjautuen 2012 kerättyyn laajaan aineistoon tutkimuksessaan; He tutkivat, että ovatko vapaaehtoistyö ja hyväntekeväisyys yhteydessä onnellisuuteen. Tässä evolutiivisessa tutkimuksessa korostettiin, että yksilölle pitää olla jotain hyötyä auttamisesta ja siitä on seurannut, että auttaminen on tullut osaksi yksilön käyttäytymistä. Ihminen oli saanut omaan selviytymiseen hyötyjä. Toisten pyyteetön auttaminen vetoaa vapaaehtoistyötä tekevän tunteisiin, jotka ovat muovautuneet evoluution myötä ja kannustavat ja motivoivat auttamaan. Altruismi tarkoittaa välitöntä toisen ihmisen tunnetilan tai ahdistuksen myötäelämistä ja sitä pidetään yhtenä syynä tuntemattomiin ihmisiin kohdistuvana auttamisen motiivina. Altruismin taustalla nähdään ihmisen kyky empatiaan, joka on evolutiivisesti kehittynyt sopeuma. Se aiheuttaa ns. ”auttamisen pakon”. Tämä tuottaa hyvän olon ja onnellisuuden tunnetta ja se toimii tuntemattomienkin ihmisten auttamisen motiivina. Tutkimuksen yhteenvetona tutkijat mainitsevat, että suurten ikäluokkien edustajat, jotka tekevät vapaaehtoistyötä kokevat onnellisuutta enemmän kuin ne, jotka eivät tee vapaaehtoistyötä. Niillä vapaaehtoisilla, jotka osallistuivat toiminnan suunnitteluun ja yhteisten asioiden ajamiseen korostui erityisesti arvostuksen saaminen motiivina. Haastateltavat

kokivat, että he saivat käyttää työkokemuksen kautta hankittua osaamista myös yhteiskunnallisesti merkittävissä tehtävissä ja tämä antoi toiminnalle jatkuvuuden tunnetta. Haastateltavien mielestä vapaaehtoistoiminta toi elämään sisältöä ja rytmiä. (Tanskanen & Danielsbacka, 2015, s.2.)

Marjovuo painottaa väitöskirjatutkimuksessaan (2014) vallitsevaa paradigmaa. Monissa tutkimuksissa on kuitenkin havaittu vapaaehtoistoimintaan hakeutumiseen liittyvän monipuolisempia motiiveja kuin mitä Marjovuo esittää. Omien motiivien tunnistaminen ei ole aina helppoa. Toisten auttaminen voi tuntua pätevämmältä ja sosiaalisesti hyväksyttävämmältä syytä ryhtyä toimintaan kuin itsensä auttaminen. Marjovuo toteaa myös väitöskirjassaan, että itsensä tärkeäksi kokeminen on yksi erityinen motiivitekijä kuten totesi myös Lindfors. Niitä motiiveja, jotka liittyvät auttajan omiin tarpeisiin tai siihen, mitä auttaja odottaa vapaaehtoistyöstä saavansa, kutsutaan individualistisiksi motiiveiksi. Nämä motiivit eivät myöskään ole sinänsä ristiriidassa aidon auttamisen halun kanssa. Tällaisia tarpeita ovat muun muassa itsensä toteuttaminen ja itsensä tärkeäksi tunteminen. (Saarenheimo & Pietilä, 2017, s.118.)

5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Opinnäytetyön tehtävänä on tuottaa lisää tietoa, siitä, mitkä tekijät motivoivat vapaaehtoistoiminnassa eläkeikäistä henkilöä ja nostaa mahdollisuuksien mukaan näitä yksityiskohtia tulevassa Fingerroosin säätiön vapaaehtoistoiminnassa esille. Fingerroosin säätiö on luomassa uusia rakenteita omalle vapaaehtoistoiminnalle ja opinnäytetyön tarkoitus on tukea tutkimustuloksilla sen kehittämisen työtä. Fingerroosin säätiö hyötyy tutkimuksesta ja tutkimus tulee tarpeeseen, koska säätiön uuden vapaaehtoistoiminnan kehittäminen on ajankohtaista tulevien vuosien aikana. Kartoitin asiayhteyksiä vapaaehtoisten haastattelujen ja aikaisempien motivaatiotutkimusten sekä motivaatioteorioiden välillä. Tuotin lisää tietoa motivaatiotekijöistä ja vapaaehtoistoimintaan sitoutumisen tekijöistä eläkeikäiselle. Vuonna 2022 Fingerroosin muistosäätiössä rekrytoidaan vapaaehtoisia Arkikaveriksi Löytävän vanhustyön toimintamallin

asiakaspolun jatkoksi tuomaan lisää elämänlaatua ikääntyneen asiakkaan arkeen. Opinnäytetyön tulokset huomioimalla voidaan suunnitella ja muotoilla vapaaehtoisille suunnattua koulutusta ja tuen sisältöä käytännössä. Opinnäytetyön tutkimuksen tulokset voidaan ottaa huomioon vapaaehtoistoiminnan markkinoinnin, vapaaehtoisten rekrytoinnin ja heidän vertaistukensa suunnittelussa.

Tutkimustehtävät olivat:

1. Mitkä motivaatiotekijät vaikuttavat eläkeikäisen vapaaehtoisen toimimaan vapaaehtoistoiminnassa?
2. Mitä eläkeikäiset vapaaehtoiset hyötyvät vapaaehtoistoiminnasta?
3. Mitkä tekijät sitouttavat vapaaehtoisia mukaan vapaaehtoistoimintaan?

6 TUTKIMUKSEN MENETELMÄ JA TOTEUTUS

6.1 Tutkimusmenetelmä

Laadullisella tutkimusmenetelmällä tehdyssä tutkimuksessa on tarkoitus tarkastella ihmisten välistä vastavuoroisuutta ja sosiaalista merkitysten maailmaa. Merkitykset ilmenevät ihmisistä lähtöisin olevina merkityskokonaisuuksina, kuten toimintana, ajatuksina ja päämäärien asettamisina. Ihmisten omaan elämän kulkuun ja erityisesti omaan elämään sijoittuva asia tuodaan esiin laadullisella tutkimusmenetelmällä.

Ihmisen yksilöllisesti koettuja tapahtumaketjuja tavoitetaan laadullisella tutkimusmenetelmällä. Tutkimukseen, joka toteutetaan laadullisella tutkimusmenetelmällä, sisältyy aina kysymys: mitä merkityksiä tutkimuksessa tutkitaan? (Vilkka, 2005, s.97.)

Opinnäytetyö on toteutettu laadullisena eli kvalitatiivisena tutkimuksena ja analyysimenetelmänä käytettiin aineistolähtöistä sisällönanalyysiä, ja aineiston tarkastelun edetessä laajensin koko ajan ymmärrystä ilmiöstä. Valitsin laadullisen tutkimusmenetelmän, koska sitä kautta saadaan tietoa ihmisten omista kokemuksistaan ja heidän tarinoiden kautta yksilöllisistä kuvauksista vapaaehtoistoiminnasta. Laadullisella tutkimusotteella tarkastelin auttajan ja autettavan välistä suhdetta. Haastateltavat kertoivat

kuvauksia vapaaehtoistoimintaan liittymisen syistä ja tekijöistä, jotka motivoivat heitä siinä toimimaan. Haastateltavien vapaaehtoisten toiminnan ja ilmiöiden merkitykset tulivat esiin heidän erilaisissa kertomuksissaan. Sain tietoa myös motivaatiotekijöiden taustalla olevista ilmiöistä ja merkityksistä.

6.2 Kohderyhmä

Haastateltavien valinnassa tärkeä kriteeri on, että haastateltavilla on omakohtaisia kokemuksia tutkittavasta asiasta. Se mitä ollaan tutkimassa vaikuttaa myös haastateltavien valintaan. Haastateltavat on hyvä valita tutkivaa asiaa koskevan kokemuksen ja asiantuntemuksen perusteella. Tutkimuksellisesti mielenkiintoisia ovat myös merkitykset, jotka paljastuvat toisenlaisista yhteyksistä, kuten henkilökohtaiset arvot. (Vilkkä, 2021, luku 5, kohta Haastateltavien valinta)

Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymän vapaaehtoistoiminta on toiminut noin 15 vuotta ja sen piirissä on noin 200 vapaaehtoista. Vapaaehtoistoiminnan arvot ovat yhdenvertaisuus, osallisuus ja tasa-arvo. Toiminta on monimuotoista. Vapaaehtoinen voi valita itselleen sopivia toimintoja. Vapaaehtoiset on jaettu ryhmiin, joissa kussakin on ryhmän vastaava henkilö. Vapaaehtoinen voi toimia tukihenkilönä saattohoidossa olevalle vanhukselle hoivakodissa. Hän voi osallistua Pilkahdus-musiikkiryhmään, laulamiseen vanhukselle, ohjata ryhmiä, käydä kävelylenkillä, toimia puhelinyhteydellä ystävänä tai järjestää tapahtumia.

Saattohoidon tukihenkilönä toimivalta vapaaehtoiselta edellytetään siihen liittyvää seurakunnan järjestämää koulutusta. Seurakunta järjestää vapaaehtoistyön peruskursseja ja täydennyskoulutusta. Vapaaehtoisille tarjotaan virkistystoimintaa ja teemallisia illanviettoja sekä yhteinen joulujuhla. Pyynnöt vapaaehtoisen saamisesta tulevat suoraan vapaaehtoistoiminnan koordinaattoreille hoivakodeilta tai vapaaehtoistyö.fi -sivuston kautta.

Sain yhteydenottoja viideltä vapaaehtoiselta, jotka kaikki suostuivat yksilöhaastatteluun. Haastateltavista neljä oli naisia ja yksi oli mies. Haastatteluihin kutsutut olivat 68–77-vuotiaita vapaaehtoisia. Haastatellut vapaaehtoiset keskittyivät ikäihmisiin

kohdistuvaan avustamistoimintaan vanhusten kotona tai hoivakodeissa, saattohoitajaksolla tukemiseen ja Pilkahdus-kuoron toimintaan. He toimivat joko ulkoilukaverina, keskustelukumppanina, tukena elämän loppuvaiheessa, Pilkahdus-kuoron laulajina tai soittajina. Heistä kolmella oli kokemusta saattohoidossa olevan vanhuksen tukemisesta hoitokodeissa. Kaksi haastateltavaa on mukana Pilkahdus -kuoron toiminnassa. Kaikki haastatteluun osallistuneet henkilöt olivat suorittaneet seurakunnan tarjoaman vapaaehtoistoiminnan kurssin ja kolme heistä saattohoidon kurssin. He toimivat aktiivisesti seurakunnan vapaaehtoisina monen vuoden kokemuksella.

6.3 Aineistonkeruuprosessi

Aineiston keruu tehtiin henkilökohtaisilla teemahaastatteluilla, jolloin sain yksityiskohtaisempia tietoja ja henkilökohtaisia kokemuksia vapaaehtoisena toimimisesta. Lähetin saatekirjeen ja tutkimuslupalomakkeen sekä Satakunnan Ammattikorkeakoululta ja Fingerroosin säätiöltä saadun tutkimusluvan Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymän diakoniakeskuksen vapaaehtoistoiminnan koordinaattorille. Saatekirjeessä esittelin tutkimuksen tarkoituksen ja tavoitteen sekä haastateltavien oikeuden anonymiteettiin. Vapaaehtoistyön koordinaattorin lähetti saatekirjeen, lupalomakkeen ja haastattelupyynnön noin 40:lle seurakunnan vapaaehtoiselle. Lupalomake sisälsi lupauksen siitä, että saan käyttää haastateltavan vastauksia tutkimuksen aineistona.

Haastattelukysymykset olivat:

1. Kuinka tärkeänä koet vapaaehtoistoiminnan omassa elämässäsi asteikolla 4–10?
2. Mitkä asiat motivoivat sinua vapaaehtoistoimintaan?
3. Miksi olet sitoutunut tekemään vapaaehtoistyötä?
4. Mistä syntyy merkitys auttamisen motivaatioon?

Tutkimussuunnitelman tavoitteena oli ensin toteuttaa teemahaastattelu ryhmähaastattelu menetelmällä, mutta ilmoittautuneet ilmoittivat halukkuudesta haastatteluun eri päivien aikana, joten päädyin yksilöhaastatteluihin. Rajasin tutkimusaiheeni koskemaan vasta eläköityneitä tai noin 10 vuotta eläkkeellä olleita vapaaehtoistyöntekijöitä,

koska minua kiinnosti erityisesti eläköityneen henkilön motiivit toimia vapaaehtoisena.

Teemahaastattelut toteutettiin Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymän Diakoniakeskusten tiloissa, jolloin haastattelin kahtena eri päivänä yhteensä viittä eläkeikäistä seurakunnan vapaaehtoista. Aineiston litterointia helpotti, että haastattelut toteutettiin yksilöhaastatteluina. Tutkimuksen aihepiiristä kerrottiin, että tutkimus käsittelee eläkeikäisen vapaaehtoisen motivaatioon vaikuttavia tekijöitä ja vapaaehtoistoimintaan sitoutumista, saatekirjeessä ja haastatteluhetkien alussa.

Taustakysymyksenä kysyttiin haastateltavan ikä, asuinpaikkakunta ja sukupuoli. Lisäksi kysyttiin, kuinka monta vuotta henkilö on toiminut seurakunnan vapaaehtoistoiminnassa ja miten tärkeäksi he arvottavat asteikolla 4–10 vapaaehtoisena toimimisen elämässään. Haastattelukysymykset olivat kaikille samat ja ne esitettiin kaikille samassa järjestyksessä. Haastattelujen aikana vapaaehtoiset kertoivat tarinoita menneistä tukisuhteistaan autettaviin ja vastasivat haastattelukysymyksiin. Yhden haastattelun kesto oli noin 30 minuuttia ja haastattelut tallennettiin haastateltavien luvalla.

Haastattelun kysymykset pohjautuivat motivaatioteorioiden teoreettisiin viitekehyksiin. Perehdyin kysymyksiä laatiessa ensin aiheeni kirjallisuuteen ja tutkimustietoon. Muotoilin kysymykset helposti vastattaviksi. Teemahaastattelun rungossa oli tutkimusaiheen kannalta keskeisiä pääteemoja, kuten motivaatioon ja vapaaehtoistoimintaan sitoutumiseen liittyviä kysymyksiä. Esitin myös tarkentavia alateema kysymyksiä avatakseni enemmän motivaatioon liittyviä yksityiskohtia. Tarkentavilla kysymyksillä pyrin selkeyttämään haastateltavan kanssa hänen individualistisia, sisäisiä, ulkoisia motivaation syitä sekä mahdollisia tiedostamattomia motiiveja vapaaehtoisena toimimiseen ja siihen sitoutumiseen. Tarkentavia kysymyksiä olivat esimerkiksi: ”Ymmärsinkö oikein, että oman laulutaidon ylläpito on sinulle tärkeää ja siksi motivoidut kuoro toimintaan?” Vapaaehtoiset kokivat oivalluksia kertoessaan omista motiiveistaan haastattelun aikana, josta he itse myös yllättyivät. Heistä osa kertoi, etteivät olleet aiemmin pysähtyneet miettimään sitä, mistä syntyy halu auttamiseen.

Narratiiviset tarkastelutavat soveltuvat esimerkiksi tutkimuksiin, joissa ollaan kiinnostuneita yksilöiden vapaasti kertomista asioista, tarinoista omasta elämästään. (Saari-nen-Kauppinen & Puusniekka, n.d., kohta Narratiiviset tarkastelutavat.)

6.4 Sisällönanalyysi

Aineistolähtöinen sisällönanalyysi on laadullisen tutkimusmenetelmän metodi, jossa etsitään merkityssuhteita ja merkityskokonaisuuksia. Tieto on esitettävissä sanallisina tulkintoina. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä tavoitteena on löytää tutkimusai-neiston tuomana tyypillinen kertomus. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä tutki-musaineisto jaotellaan ja tiivistetään ryhmiin ja niistä etsitään niiden samankaltaisia ominaisuuksia, piirteitä tai käsityksiä. Ryhmät nimetään niitä parhaiten kuvaavilla ka-tegorioilla, eli yläkäsitteillä. (Vilkka, 2005, s. 140.)

Käytin aineiston analysoimisessa sisällönanalyysiä ja aineiston tarkastelun edetessä laajensin koko ajan ymmärrystä ilmiöstä. Teemahaastattelulla sain yksityiskohtaisem-pia tietoja ja henkilökohtaisia kokemuksia vapaaehtoisena toimimisesta. Luokittelin aineistosta poimittuja motivaatiotekijöitä ja kokemuksia eri kategorioihin. Analyysin luotettavuuden lisäämiseksi lisäsin opinnäytetyöhön suoria lainauksia aineistosta. Haastattelun tulosten ryhmittelyssä toin esiin myös sen, kuinka monta kertaa haasta-teltavan vapaaehtoisen esiin tuoma asia ilmeni aineistossa.

Ensimmäisessä vaiheessa kirjoitin puhtaaksi äänityksen tekstimuotoon eli litteroin ai-neiston. Sisällön analysointivaiheessa ensin pelkistin vastauksia jättämällä huomioi-matta tarpeettoman, joka ei vastannut tutkimuskysymykseen. Poimin haastatteluista motivaation liittyviä kommentteja, jotka kuvasivat ilmiötä. Karsin samanaikaisesti pois ylimääräistä tietoa, josta ei ollut hyötyä tutkimuksen kannalta.

Toisessa analysoinnin vaiheessa luokittelin vapaaehtoisen motivaatioon ja sitoutumi-seen vaikuttavista tekijöistä. Ryhmittelin ja koostin vastauksia samankaltaisten piirtei-den ja käsitteiden perusteella omiin kategorioihin ja laskin kuinka monta kertaa sama vastaus esiintyi aineistossa. Muodostin motivaatiotekijöistä luokkia. Lajittelin saman-tyyppiset motivaatiotekijät samaan ryhmään. Esimerkiksi sellaiset tekijät, jotka

viittasivat egoistisiin syihin, muodostivat individualististen tekijöiden ryhmän tai tekijät, joissa ulkopäin tulevat tekijät vaikuttivat motivaatioon, muodostivat ulkoisten motivaatiotekijöiden ryhmän. Vein motivaatiotekijöitä graafiseen taulukkoon, jotta niitä olisi helpompi käsitellä ja lukea.

7 TULOKSET

7.1 Taustakysymykset

Taustakysymyksenä selvitin haastateltavien ikäjakaumaa, joka sijoittui 68–77 vuoden väliin. Haastateltavat olivat iältään 68 v., 69 v., 71 v., 75 v. ja 77- vuotta. Toinen taustakysymys koski asuinpaikkaa. Yksi haastateltavista asuu Kaarinassa ja neljä Turun kaupungissa.

Haasteltaviksi ilmoittautuivat eläkeläiset, joilla oli karttunut paljon kokemusvuosia vapaaehtoistoiminnasta ja kokemusta monista ihmissuhteista autettaviin. Vapaaehtoisista yksi henkilö oli toiminut vapaaehtoisena alle 5 vuotta. Yksi henkilö alle 10 vuotta. Vapaaehtoisista kaksi olivat toimineet 20–30 vuotta ja yksi haastateltavista oli toiminut yli 30 vuotta. (Liite 1)

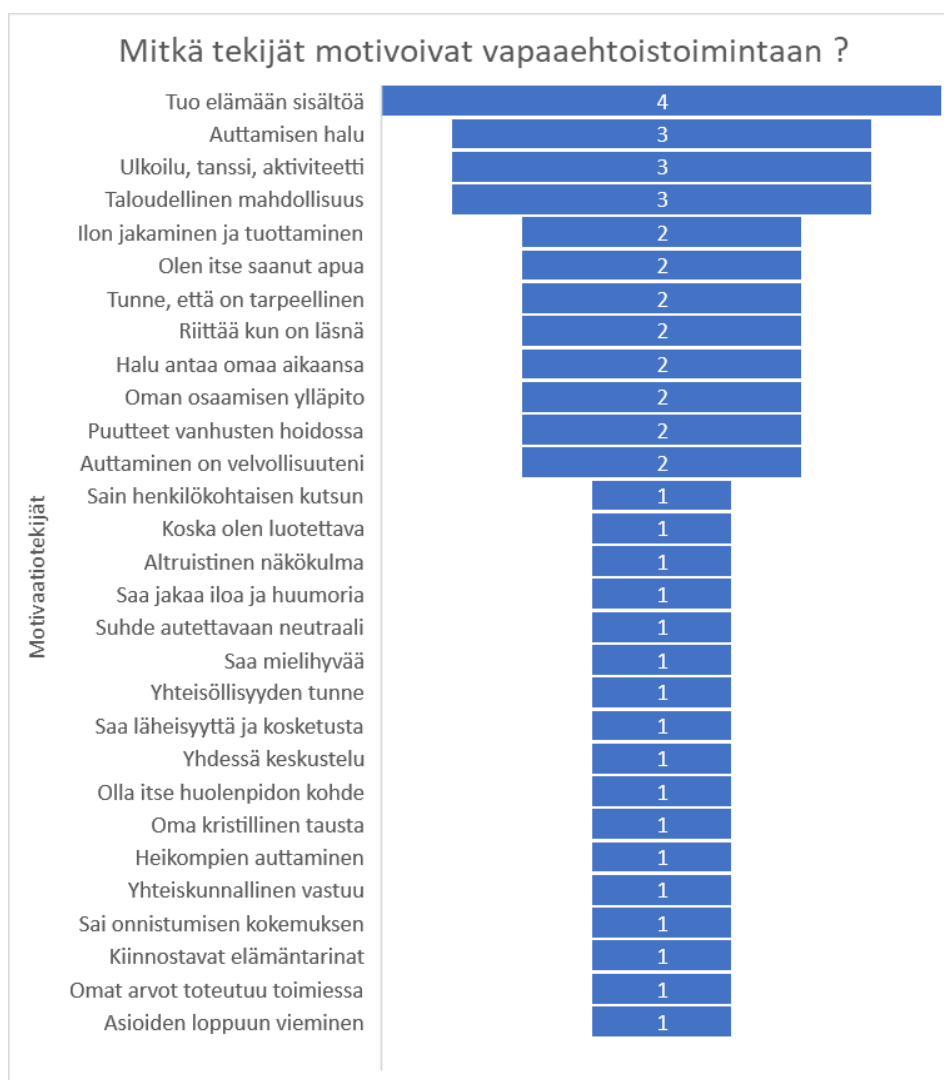
7.2 Vapaaehtoistyön tärkeys asteikolla

Haastateltavat kokivat vapaaehtoistoiminnan erittäin tärkeäksi omassa elämässään. Vapaaehtoiset vastasivat toiminnan tärkeydestä asteikolla neljästä kymmeneen. Kolme heistä koki, että vapaaehtoisena toimiminen oli heille kiitettävän tärkeää ja asettivat arvon yhdeksään tai kymmeneen. Kaksi vapaaehtoista koki vapaaehtoistoiminnan arvolla seitsemän ja kahdeksan välille. (Liite 2)

7.3 Vapaaehtoistoimintaan motivoivat tekijät

Motivaatiotekijät eläkeikäisille ovat monisyisiä. Lukuisat motiivit limittyvät ja kietoutuvat yhteen ja ne vaihtelevat tietoisista tiedostamattomiin. Toimintaan ei aina liity jokin tarve, vaan ihminen voi tehdä valintoja monien eri syitten takia. Toiminnan tarkoitus selviää asioista, joita ihminen tavoittelee. Tutkimuksessa nousi esiin erityisesti sosiaalinen tarve, koska vapaaehtoistoiminta tarjoaa mahdollisuuden ihmisten väliseen vuorovaikutukseen. Tutkimustuloksesta kävi ilmi, että syyt vapaaehtoisena toimimiseen ovat yksilölliset ja toiminnasta seuraa autettavalle vanhukselle ilon ja hyvän olon sekä hyvinvointia edistävien asioiden mahdollistaminen ja samanaikaisesti eläkeikäiselle vapaaehtoiselle omien taitojen ja voimavarojen ylläpitäminen sekä egoististen hyötyjen saaminen. Haastateltavat toivat esiin myös yhteiskuntaan ja yhteisöön kuumisen tunteen ja lojaalin auttamisen halun motivoivana tekijänä. (Kuvio 1)

Motivaatioon vaikuttavia tekijöitä on kuvattu seuraavassa kuviossa, joita vapaaehtoiset sanoittivat haastatteluissa. Vapaaehtoiset mainitsivat erityisesti, että he saavat omaan elämäänsä sisältöä, enemmän aktiviteetteja ja heillä oli eläkkeellä ollessaan taloudellinen mahdollisuus auttamiseen. Auttamisen halu motivaatiota antavana tekijänä esiintyi puheenvuoroissa monta kertaa. Heistä kaksi seurasi vanhusten hoitoon liittyvää yhteiskunnallista keskustelua vanhusten hoidon puutteellisuudesta ja siksi kokivat velvollisuutta auttamiseen omalta osaltaan. Pilkahdus-kuoron jäsenet tavoittelivat omien taitojen ylläpitämistä säännöllisten lauluharjoitusten avulla. (Kuvio 1)



(Kuvio 1)

7.4 Motivaatiotekijöiden ryhmittely

Erilaisia motiivien luokitteluja on paljon. Käytin omaa luovaa ajattelua muodostaakseni ja nimetäkseni luokat. Yläluokat muodostuivat saman sisältöisistä sanoista ja motivaatiota kuvaavista aiheista. Loin neljä yläluokkaa taulukkoon, jotka ovat individualistiset, sisäiset, ulkoiset ja tiedostamattomat sekä sitoutumista auttavat motivaatiotekijät. Loin myös tiedostamattomien motivaatiotekijöiden yläluokan, siksi koska taustalla vaikuttavat asiat, kuten vapaaehtoisen lapsuuden tavat tai ”asioiden loppuun vieminen kunnialla” -toimintatavat, ovat merkittäviä motivaatiota synnyttäviä tekijöitä. (Kuvio 2)

Ensimmäinen yläluokka kuvaa individualistisia tekijöitä eli ns. egoistisen ajattelutavan motivaatiotekijöitä, joissa korostuivat omat tarpeet ja niiden tyydyttäminen. Individualistisilla tekijöillä kuvataan sitä, miten vapaaehtoinen hyötyy toiminnasta ja saa jotakin tarkoituksenmukaista itselleen. Hän saa kokea itsensä tarpeelliseksi ja saa itselleen vertaisia ystävyyssuhteita vapaaehtoisten ryhmästä.

Neljä viidestä henkilöstä toivat esiin individualistisesti tavoitteelliset tekijät, jotka palvelivat vapaaehtoista itseään, kuten sisällön saaminen omaan elämään ja aktiviteetit. Vapaaehtoiset pitivät yllä taitojaan, joita oli karttunut työelämän aikana. Vapaaehtoisista kaksi oli havainnut eläkkeelle jäätyään, että heidän työelämässään saavutetut osaamiset, kuten laulu- ja soittotaitonsa ruostuvat, joten niiden ylläpitäminen motivoi heitä vapaaehtoisena kuorolaisena mukaan toimintaan. Kolme neljästä henkilöstä mainitsi oman hyvän taloudellisen tilanteen edesauttavan motivoituneisuutta vapaaehtoistoimintaan. Yksi heistä painotti, että oman taloudellinen tilanne on erittäin hyvä ja siksi on syntynyt halu vastikkeettomaan auttamiseen ja ajan antamiseen vapaaehtoistoiminnalle. Vapaaehtoistyö palkitsee antamalla mielihyvää ja iloa auttajan omaan elämään. Huomasin, että auttamisen haluun yhdistyy vapaaehtoisen persoonalliset piirteet, kuten empaattisuus ja myötäelämisen taidot.

Individualistiset tekijät ilmenivät haastatteluissa, kun vapaaehtoiset kertoivat, että he saavat itselleen hyötyjä vapaaehtoistoiminnasta. He kuvasivat, että olivat saaneet tuttavien ja ystäviä yhteisöstä. He saivat olla tarpeellisia ja kokivat oman elämänsä merkitykselliseksi. Yksi haastateltava kertoi, että hänen tavoitteensa vapaaehtoistoiminnassa oli saavuttaa hänelle tärkeä asema toiminnan ja tapahtumien suunnittelijana ja organisointipäällikkönä. He kokivat, että yksinäisyys helpottui vapaaehtoistoiminnan kautta. Auttamisen työssään he saivat myös olla lähellä autettavaa ja saivat itsekkin läheisyyden tunnetta ja kosketusta.

”Vapaaehtoistyö, siinähan voi kokea jopa sitä kuuluisaa työn iloa, sitä minkä on pystynyt tekemään. Ja auttamistyö, kai se on työ siinä missä muukin.”

Sisäiset motivaatiotekijät muodostuivat toiseksi yläkategoriaksi. Sisäisissä motivaatioita auttavissa syissä korostui minä pystyvyyden tunne, auttamisen halu ja aktiivisista

toiminnoista saatu mielihyvä itselle. He saivat omaan käyttäytymiseen uusia opittuja taitoja, jotka liittyivät omaan hyvinvointiin ja onnellisuuden tunteeseen. Heistä osa kertoi havainneensa, että alkoivat käyttäytymään terveellisempien elämäntapojen mukaan kuin ennen. Heidän hyvinvoinnissansa oli tapahtunut muutoksia parempaan suuntaan. Vapaaehtoinen toimii tavoitteellisesti ja asettaa itse oman päämäärän, joka on hänelle sisäisesti tärkeä. Näitä tekijöitä ilmeni tutkimuksessa esimerkiksi nimellä velvollisuuden tunne ja toiminta kohtaa omat arvot sekä elämänskatsomukselliset tekijät, kuten altruismi. Altruistinen ihminen ajattelee, että autettavan etu menee oman hyvän edelle.

”Loppujen lopuks, kun äitikin on pois. Ni mä ajattelin, et ehkä mä voisin olla jonkun iloks vielä. Ja sitten kun mä laskin et mul olis siihe mahdollisuuksii, ja kun mulla ei o perhet eikä lapsii, niin mä laskin ihan hyvin et mul on ihan aikaa siihen vaik mä olen paljon mökillä, mut tota noinni mä oon aina tykänny vanhuksist, ni se tuntuu iha luonnolliselt”

Ulkoiset motivaatiotekijät muodostuivat kolmanneksi yläkategoriaksi. Ulkoisilla motivaatiotekijöillä tarkoitetaan sitä, kun motivaation aiheuttaa jokin muu tekijä, kun itse. Ulkoisia motivaatiotekijöitä olivat sosiaaliset tekijät, toimintaympäristöön ja vertaisiin ihmisiin liittyminen. Yksi haastateltavista oli henkilökohtaisesti kutsuttu mukaan ja hänelle syntyi ystävien kautta painetta osallistua omalta osaltaan yhteiskunnan toimintaan. Kaksi haastateltavista kertoi oman taloudellisen tilanteensa olevan niin hyvä, että heillä oli varaa tehdä vapaaehtoisena auttamisen työtä.

”Mun täytyy lähtee niinku mun kasvatuksest, koska meil oli kotona aina semmonen, et mun vanhemmat aina oli auttamas jossai, mä pidän sitä hyvin luonnollisena asiana, se on mulle ollu luonnollinen asia”

Neljänneksi yläkategoriaksi muodostui tiedostamattomat motivaatiotekijät, jotka vaikuttavat kertomusten taustalla ja tulivat esiin haastatteluissa. Tiedostamattomia motivaatiotekijöitä ei havaita heti suoraan. Erityisen tärkeänä puheenvuoroissaan vapaaehtoiset nostivat esiin empaattisen ja vastavuoroisen vuorovaikutuksen merkityksen ja siitä nousseen oman itsensä ja toimintansa merkityksellisyyden tunteen. Haastateltavien ydinperheiden tavat, tottumukset ja auttamisen halu jatkuu sukupolvelta toiselle.

”Minä en halua olla vapaamatkustaja tällä Telluksella ja tuota ja ja ehkä minä tylsistyisin, ellei mulla olis johtotähtenä se, että minä voin auttaa ja avustaa ihmisiä.”

Tiedostamattomilla motivaatiotekijöitä yksi haastateltava kuvasi asioita, joita hän ei ollut aikaisemmin pysähtynyt pohtimaan ja ne tulivat rivien välistä tarinassa esiin. Haastattelujen tuloksia pohtiessa havaitsin, että puheenvuoroissa tuli esiin vapaaehtois- oman itsen tarve johonkin suuntaan. Haastateltava kertoi, että hänellä on tarve auttaa, organisoida ja olla korjaamassa tai järjestelemässä asioita. Vapaaehtoisena hän saa täyttää tätä tarvettaan. Puheenvuoroissa tuli myös ilmi, että lapsettomuus ja omaisten puuttuminen aiheutti tiedostamattoman tarpeen ihmisläheisyyteen ja kosketukseen.

”Kyl se on niinku se sosiaalisuus, olla lähellä toista ihmistä, se on aina ollu mul tärkein, koska mä oon ainoa laps”

Näitä motivaatioon vaikuttavia tiedostamattomia tekijöitä ei sanottu selkeästi, mutta tarkentavilla kysymyksillä haastateltava itsekin oivalsi, että hänellä on itsellään kaipuu ihmisten joukkoon ja lähelle ihmisiä.

Yläluokka 1.Individualistiset motivaatio tekijät	Esimerkkejä motiiveista 1.Koen olevani tarpeellinen 2.Saan elämäni enemmän sisältöä 3 Taitoni pysyvät kunnossa 4.Saan mielihyvää 5.Saan läheisyyttä 6.Saan itselleni lisää tuttavlia 7.Saan kuulua yhteisöön 8.Saan kuulla uusia elämäntarinoita
2.Sisäiset ajattelutavan motivaatiotekijöitä	1.Toisen etu menee oman tilanteeni edelle (altruismi) 2.Olen velvollinen auttamaan 3.Elämäkatsomukseni on auttaa 4.Yhteiskunnallisesti on vastuu auttaa 5.Vapaaehtoistoiminta kohtaa omat arvoni
3.Ulkoisia motivaatiotekijöitä	1.Taloudellinen mahdollisuus auttaa 2.Yhteisön paine lähteä auttajaksi 3.Kristillinen katsomus velvoittaa

4.Tiedostamattomia motivaatiotekijöitä	1.Erilaiset lapsuusajan kokemukset 2.Lapsena opetetut tavat, esim. toiminta viedään aina kunnolla loppuun saakka 3. Läheisten menetykset
5.Sitoutumista edistäviä tekijöitä	1.Sitoudun, koska haluan olla luotettava 2.Sitoudun, koska voin pitää yllä taitoja 3.Sitoudun, koska voin vaikuttaa toimintaan

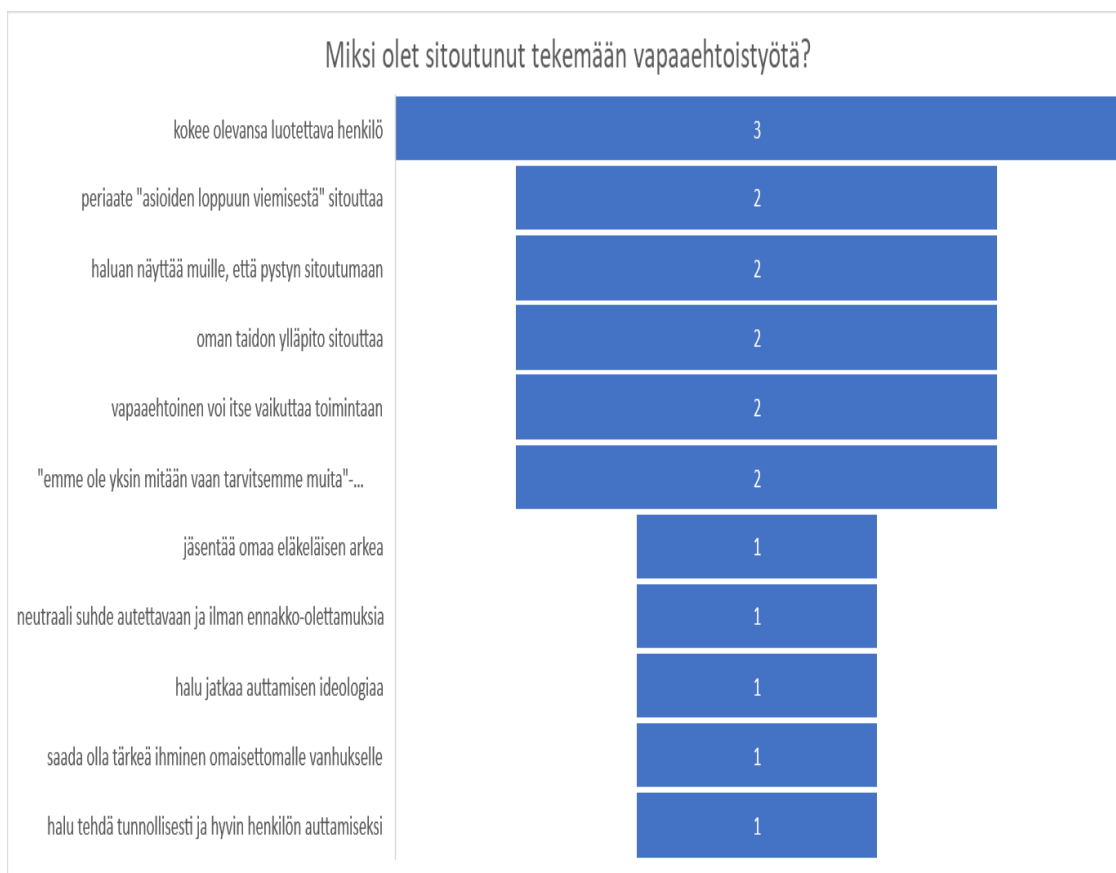
(Kuvio 2)

7.5 Sitoutuminen vapaaehtoiseksi

Viidentenä yläluokkana muotoutui sitoutumista edistävät tekijät, joilla saatiin vastaus tutkimustehtävään: Mitkä asiat motivoivat sitoutumaan vapaaehtoistoimintaan? Sitoutuminen vapaaehtoiseksi nivoutuu motivaation kanssa ja siksi oli kiinnostavaa saada tuloksia nimenomaan myös sitoutumisesta. Tulokset kertovat kuinka monta henkilöä viidestä sanoi saman sitoutumiseen vaikuttavan tekijän. Sitoutumista edistävästä tekijöistä tein oman taulukon, joka kuvaa asioita mitkä sitouttavat vapaaehtoisena toimimiseen. Vapaaehtoiset sitoutuvat toimintaan, koska kokivat olevansa luotettavia, saivat vaikuttaa itse vapaaehtoistoiminnan organisointiin ja valintoihin ja saivat pitää yllä esimerkiksi omia laulu-, soitto-, ja keskustelutaitojaan. (Kuvio 3)

Haastateltavat kertoivat velvollisuuden tunteesta ja sitoutumisestaan vapaaehtoistoimintaan. Sitoutumiseen liittyvissä tekijöissä tuli esiin erityisesti individualistisia tekijöitä, jotka liittyivät vapaaehtoisen omaan hyvinvointiin, tavoitteisiin ja oman arvonsa tuntemiseen. He halusivat samalla saada itselleen hyötyjä toimiessaan vapaaehtoisena. Kaksi haastateltavista kertoivat, että heillä vapaaehtoistoimintaan sitoutumista lisäsi halu saada arvostusta tehdyn vapaaehtoistoiminnan kautta. Arvostuksen saaminen lisäsi sitoutumisen jatkuvuutta. Tapahtumien suunnittelusta ja saattohoidon asiakassuhteen loppuun viemisestä saatu arvostus syvensi sitoutumista vapaaehtoistoimintaan.

”Mä tiedän oman itseni, jos mä lähden johonkin, mä en siitä anna periks, tuo suunta, kun se on valittu, mennään varmasti, mennään loppuun saakka, mennään maaliin.”



(Kuvio 3)

8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyöni tutkimustehtävät olivat:

1. Kuinka tärkeänä koet vapaaehtoistoiminnan omassa elämässäsi asteikolla 4–10?
2. Mitkä asiat motivoivat sinua vapaaehtoistoimintaan?
3. Miksi olet sitoutunut tekemään vapaaehtoistyötä?
4. Mistä syntyy merkitys auttamisen motivaatioon?

Tutkimuksen haastateltavien vastauksista paljastui samoja syitä motivaatioon, kuin minkälaisia tuloksia aikaisempia motivaatiotutkimuksia tehneet tutkijat ovat saaneet motivaatiosta vapaaehtoistyöhön. Syyt motivaatioon syntyvät osin sisäisistä tarpeista

ja yllykkeistä sekä ulkopuolelta tulleista vaikutteista. Motivaatiotekijöiden kirjo on laaja ja vaihtelee ihmisen persoonallisten kiinnostusten mukaan. Avun antaminen, oman hyödyn ja hyvinvoinnin saaminen kietoutuivat vastauksissa yhteen. Tutkimuksen tuloksista kävi ilmi, että syyt vapaaehtoisena toimimiseen ovat yksilölliset ja niistä tulee esiin autettavalle ilon ja hyvinvoinnin edistäminen ja samanaikaisesti eläkeikäiselle vapaaehtoiselle itselleen omaan jaksamiseen voimavarojen saaminen. Opinnäytteen otos oli melko pieni, viisi henkilöä, mutta heidän vastauksensa antoivat paljon tietoa. Isommassa otoksessa saattaisi tulla vielä enemmän motivaatiotekijöitä esiin.

Erilaiset motivaatiotekijät vaikuttavat samanaikaisesti auttamisen tilanteissa. Motivaatiotekijöiden moninaisuus ja niiden kietoutuminen keskenään oli yllättävä tulos. Haastattelujen tuloksia koostaessa havaitsin, että puheenvuoroissa tuli rivien välistä esiin haastateltavan oma tarve johonkin suuntaan. Yksi haastateltava kertoi, että hänellä on tarve organisoida, korjata ja järjestellä asioita. Vapaaehtoisena hän saa täyttää tätä tarvettaan. Eskola & Kurki viittaavat Baumeisterin väitteeseen tutkimuksessaan, että usein auttaja vaan kuuntelee sisäistä ääntään.

Haastateltavat arvioivat, että oma itsetuntemus oli lisääntynyt auttaessa ja he olivat oppineet uusia vuorovaikutustaitoja ja tunteiden säätelyä. Yksi haastatelluista kertoi menettäneensä useita läheisiään, mutta vapaaehtoistoiminnan kautta oppineensa käsittelemään omaa surun tunnetilaa. Myös Tanskanen ja Danielsbacka toteavat tutkimustuloksessaan, että vapaaehtoistyö vetoaa auttajan tunteisiin ja tunnetila kannustaa auttamaan. Anne Lindforsin tutkimuksessa tahattomasti lapsettomien ihmisten auttajat kokivat hyötynsä vapaaehtoisena toimimisesta oman lapsettomuudesta johtuvan surunsa käsittelyssä.

Vapaaehtoiseksi ryhtymisen jälkeen ihmiset oppivat olemaan enemmän liikkeellä ja vireänä. Heidän omassa elämässään korostuivat myös terveelliset elämäntavat ja he näyttävät mallia, miten elää terveellisesti.

Opinnäytetyön tuloksesta kävi ilmi, että syyt vapaaehtoisena toimimiseen ovat moninaiset ja niissä kuvastuu autettavalle ilon ja hyvän olon sekä hyvinvoinnin elementtien antaminen ja yhtäältä eläkeläiselle oman jaksamisen, yhteiskuntaan ja yhteisöön tiivistä kuulumisen tunne ja auttamisen halu sekä individualististen hyötyjen saaminen.

Vapaaehtoiset kokivat, että auttamisen halu ja taloudellinen mahdollisuus omassa elämäntilanteessa sekä oman hyvinvoinnin ja taitojen ylläpito olivat merkittäviä motivaatioon vaikuttavia tekijöitä. Opinnäytetyön tuloksena haastateltavat toivat paljon monipuolisia motivaatiotekijöitä esiin. Motivaatioteoreetikon Martin Fordin väite syiden moninaisuudesta näin ollen osoittautui todeksi.

Kuten Kangasluoma toteaa opinnäytetyössään, että yhteisöllisyydellä ja halulla auttaa on merkitystä vastikkeettoman auttamisen motivaatioon samoin tässä opinnäytetyössä, kävi ilmi, että auttamisen halu korostui erityisenä motivaatiotekijänä. Individualistisina motivaatioina Kangasluoma selvitti, että itselle hyvän mielen saaminen antoi sisältöä elämään, kuten myös haastateltavani kertoivat. Sisäiset motivaatiotekijät liittyvät ihmisen oman persoonallisuuden piirteisiin ja kiinnostuksen kohteisiin. Sisäinen motivaatio ei katoa, se on pysyvää. Ihminen nauttii tehtävästä sen itsensä vuoksi eikä se vaadi ponnisteluja.

Haastattelussa he mainitsivat oman ydinperheensä auttamisen periaatteita ja elämän arvoja, kristillisen katsomuksen arvon ja lisäksi autetuksi tulemisen omien kokemusten olleen merkityksellistä. Puheenvuoroissa tuli ilmi, että lapsettomuus ja omaisten puuttuminen aiheutti tarpeen ihmisläheisyyteen ja kosketukseen. Näitä motivaatioon vaikuttavia tekijöitä ei sanottu selkeästi, mutta tarkentavilla kysymyksillä haastateltava oivalsi, että hänellä on itsellään kaipuu ihmisten joukkoon ja lähelle ihmisiä.

Saadut haastattelujen kokemukselliset tiedot motivaatiotekijöistä vastasivat koostettua teoriataustan aineistoa. Huomasin, että ne ja motivaatioteorioissa esiin tulleet tekijät olivat yhteneväisiä. Kokemusasiantuntijuus nousi yhtenä tekijänä vapaaehtoistoimintaan, kuin myös se, että koettiin velvollisuuden tunnetta yhteiskuntaa kohtaan. Motivaatiotekijöinä tuli esiin osalla haastateltavista oman aseman tärkeys yhteisössä, oman aiemmin hankitun osaamisen korostaminen yhteisössä ja oman vapaaehtoisuuden merkityksellisyyden arvostaminen. Samoin Ford painottaa MST-motivaationteoriaansa mukaan, että kunnioitettava asema, joustavuus ja monitavoitteisuus ovat tärkeimpiä tekijöitä, joiden kautta vapaaehtoinen sitoutuu toimintaan. Tutkimuksen edetessä huomasin, että vapaaehtoiset tuottivat useita samoja ilmauksia, ajatuksia ja arvoja, kuin mitä motivaatioteoreetikot ovat maininneet motivaatiosta.

Tuloksena havaittiin lisäksi, että motiiveihin sisältyy monesti myös hyvin individualistisia eli egoistisia merkityksiä, jotka ovat usein vapaaehtoiselta itseltään jääneet huomaamatta, koska eivät olleet pysähtyneet näitä pohtimaan. Saatu tutkimustieto vastasi koostettua tutkimustietoa, kuin myös teorian aineistoa ja huomasin, että motivaatio-teorioissa esiin tulleet ja motivaation vaikuttavat tekijät olivat yhteneväisiä haastattelujen vastausten kanssa. Motivaatioiden taustalla oli osittain myös oman aseman tärkeys yhteisössä ja oman itsen merkityksellisyyden arvostaminen. Samoin tutkijat Saarenheimo ja Pietilä kuvaa vapaaehtoisen arvostuksen saamista tutkimuksessaan yhtenä motivaatiota ylläpitävänä tekijänä.

Jatkotutkimusaiheena olisi mielenkiintoista selvittää, minkälaisia muutoksia vapaaehtoistoiminta saa aikaan vapaaehtoistyöntekijässä vuosien varrella, varsinkin kun hän on sitoutunut säännölliseen toimintaan? Miten motivoitunut vapaaehtoistyöntekijä muuttaa omaa elämäntapaansa, ajatteluansa tai arjen hallintaansa vapaaehtoistoiminnan ansiosta? Mikä vaikutus on hänen hyvinvointiinsa ja voimaantumiseen auttamisella ja vapaaehtoisten ihmisten sosiaalisella yhteisöllä?

9 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Laadullisten tutkimustulosten pitää olla luotettavia. Luotettavuus saavutetaan suunnitelmallisuudella ja paneutumalla laadun valvontaan. Ihmisten käyttäytymistä tarkastellessa, varsinkin silloin kun tutkitaan toimintaa ja ajattelua tutkimustilanteiden yhdenmukaistaminen on haasteellista. Perustelut lähteille ovat ratkaisevassa asemassa laadullisen tutkimusprosessin monissa vaiheissa, koska tilanne on haastava. (Kananen, 2014, s. 145.)

Aineiston eettiset lähtökohdat on huomioitava aineiston kokoamisessa, käsittelyssä, säilytyksessä ja hävittämisessä. Hyvän käytännön mukaan tieteellisen tutkimuksen kohdehenkilöitä tulee aina tiedottaa aineiston tarkoituksesta ja kokoamisesta. Suostumuksen antaminen on edellytyksenä tutkimuksen osallistumiselle kohdehenkilöltä ja

heitä edustavalta organisaatiolta. (Liite 3 ja 4) (Vilkka, 2021, luku 2, Aineiston eettiset lähtökohdat.)

Työssäni olen käyttänyt luotettavia lähteitä monipuolisesti ja perehtynyt aiheeseen sekä merkinnyt lähteet Satakunnan ammattikorkeakoulun viittausohjeiden mukaisesti. Opinnäytetyötä tehdessäni olen hyödyntänyt asiantuntijoiden ohjausta koko opinnäytetyöprosessin ajan. Olen saanut ohjausta ohjaavalta opettajaltani ja olen pyytänyt sitä aina tarvittaessa. Olen tehnyt tiivistä yhteistyötä opinnäytetyön tilaajan kanssa.

Olen suojannut tutkimuksen haastateltavien henkilöllisyyttä jättämällä nimeämättä heidät. Toin heille esille haastattelujen alussa, että heidän henkilökohtaisia tietojansa ei tule esiin eikä tutkimustyöstä voi päätellä kenen kertomukseen viittaaan tutkimuksessani. Haastattelu oli heille vapaaehtoinen ja heillä oli oikeus jättää vastaamatta tai keskeyttää vastaamien koska tahansa.

10 POHDINTA

Tutkimuksessa on merkittävää ottaa huomioon yleinen keskustelunaihe, että eläkeikäiset vaikuttavat olevan entistä aktiivisempia ja yhä useampi heistä on hyväkuntoinen ihminen ja haluaa osallistua yhteiskunnan toimintaan. Eläkkeelle jääminen vapauttaa aikaa ja enää heidän ei tarvitse huolehtia lapsista tai palkkatyöstä. Kolmannen iän elämänvaiheessa yhä useampi ikääntynyt on toimintakykyinen ja terve. Muuttuneen väestön ikäjakauman eli kolmannen iän elämänvaiheen katsotaan johtuvan osin myös kohonneesta eliniänodotteesta ja ekonomisista syistä.

Tutkimuskysymyksiin saatiin paljon erilaisia vastauksia, joista ilmenee, että haastattelut koettiin hyvin yksilöllisinä kokemuksina ja heidän motivaationsa syyt vapaaehtoisena toimimiselle tulivat puheenvuoroissa esiin rivienkin välistä. Sain luotua luotamuksellisen haastattelutilanteen, joka edesauttoi haastateltavia avautumaan omista tuntemuksistaan, elämänarvoistaan ja kertomaan avoimesti omista egoistisista motiiveistaan. Opinnäytetyön tavoite saavutettiin, koska sain selville motivaatiotekijöitä ja

sitoutumista edistäviä tekijöitä. Ne ovat samanlaisia kuin aikaisemmissa tutkimuksissakin.

Haastateltavien asenne vapaaehtoistoimintaan on ihailtavan positiivinen ja sitoutunut. He toimivat ymmärtäen, että toiminnasta on heidän hyvinvoinnilleen paljon merkitystä, mutta auttamisen halu oli päällimmäisin motiivi toimintaan. Haastateltavat toivat esiin, että he ovat saaneet omaan elämäänsä lisää rikkautta ja yhteisön, joka lievittää heidän yksinäisyyttään. Tutkimustuloksena sain runsaasti tietoa siitä, mitkä asiat vapaaehtoistyössä motivoivat ja edesauttavat eläkkeellä olevan vapaaehtoistyöntekijän omaa hyvinvointia ja saattavat lisätä itsetuntemusta, oppimista ja terveyskäyttämistään. Puheenvuoroista ymmärsin, että vapaaehtoiset eivät tavoitelleet itselleen hyötyjä millään tavalla autettavan kustannuksella. Hyödyt syntyivät toiminnasta osittain tietoisesti, mutta myös tiedostamatta auttamisen sivutuotteena ja hyvänä lisänä. Selvisi myös, että vapaaehtoistoiminnassa mukana oleminen muuttaa ihmistä ja luo tekijälleen psyykkistä ja fyysistä hyvinvointia.

Opinnäytetyön tuloksena haastateltavat toivat paljon monipuolisia motivaatiotekijöitä esiin. Motivaatioteoreetikon Martin Fordin väite syiden moninaisuudesta näin ollen myös osoittautui todeksi.

Opinnäytetyöni pohjalta voin päätellä, että vapaaehtoistoiminta on yhtäältä vapaaehtoisen hyvinvointia lisäävää ja eläkeikäisille elämäänsä rikastuttavaa kuin myös auttavalle tärkeä lisä heidän fyysiselle ja psyykkiselle ja henkiselle hyvinvoinnille. Lisäksi sain tietoa siitä, mihin asioihin on hyvä kiinnittää huomiota vapaaehtoisia rekrytoitaessa ja kouluttaessa Fingerroosin säätiön vapaaehtoistoiminnassa. Uskon, että tuloksista tulee olemaan paljon hyötyä Fingerroosin säätiön vapaaehtoisten toimintaa kehitettäessä.

Tiedolla pyritään palvelemaan Fingerroosin säätiön vapaaehtoistoiminnan henkilöiden sitouttamista ja heidän kouluttamistaan vapaaehtoisena toimimiseen. Mahdollisesti tutkimuksesta saatua tietoa voidaan käyttää myös vapaaehtoisten koulutustarpeisiin.

LÄHTEET

- Arene. (n.d.). Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Haettu 3.11.2022 osoitteesta: https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AM-MATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EET-TISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?_t=1578480382
- Eskola, A. & Kurki, L. (2001). Vapaaehtoistyö auttamisena ja oppimisena. Vastapaino.
- Fingerroosin säätiö. (n.d.). Vapaaehtoistoiminta Haettu 30.10.2022 <https://fingerroos.net/vapaaehtoistoiminta>
- Jalovaara, V. (2015). Älä jätä ihmistä yksin. Kirjapaja Oy.
- Kananen, J. (2014). Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä. Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Kangasluoma, R. (2020). Vapaaehtoistyö: yhteisöllisyyttä, iloa ja itsestä oppimista [AMK-opinnäytetyö, Seinäjoen ammattikorkeakoulu.] Theseus. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-202003223743>
- Karreinen, L., Halonen, M., Tennilä, M. (toim.). (2017). 10 askelta parempaan vapaaehtoistoimintaan. (3. painos). Hämeen Kirjapaino Oy
- Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista. 980/2012. Haettu 23.10.2022 osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2012/20120980#L1P>
- Lindfors, A. (2014). Kun Simpukka aukeaa: Tahattomasti lapsettomien vapaaehtoistoimijoiden motiivit. [pro gradu -työ, Tampereen yliopisto]. Trepo <https://urn.fi/URN:NBN:fi:uta-201502121068>
- Manninen, M. (2020). Hyvä aiheet. Atena Kustannus Oy.
- Marjovuori, A. (2014). Vapaaehtoistyön ytimessä: Järjestömuotoinen vapaaehtoistyö sosiaalisten representaatioiden näkökulmasta. [väitöskirja, Helsingin yliopisto]. Helda. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-10-9106-3>
- Martela, F. (2013). Tahdonvoiman käyttöohje. Frank Martela ja Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Martela, F. & Jarenko, K. (2014). Sisäinen motivaatio. Tulevaisuuden työssä tuottavuus ja innostus kohtaavat. Eduskunnan tulevaisuusvaliokunnan julkaisu 3/2014. https://www.eduskunta.fi/FI/naineduskuntatoimii/julkaisut/Documents/tuvj_3+2014.pdf
- Martela, F. & Jarenko, K. (2015). Draivi-voiko sisäistä motivaatiota johtaa? Alma Talent. https://uoas.alma.exlibrisgroup.com/view/uresolver/358SUO-ASL_INST/openurl?u.ignore_date_coverage=true&rft.mms_id=991444196805968

Nylund, M. & Yeung, A. (toim.). (2005). Vapaaehtoistoiminta, anti, arvot ja osallisuus. Vastapaino

Pietilä, M. & Saarenheimo, M. (2017). Ilmeikäs arki. Tutkimus ikääntyneistä ihmisistä järjestöjen kehittämistoiminnassa. <https://vtkl.fi/wp-content/uploads/2019/07/Ilmeik%C3%A4s-arki.pdf>

Saaranen-Kauppinen & Puusniekka. KvaliMOTV. (n.d.). Narratiiviset tarkastelutavat. Haettu 3.11.2022 <https://www.fsd.tuni.fi/metodologia/kvali/index.html>

Saarenheimo, M., Pietilä, M., Tiipohja, A., Pohjolainen, P., Maunula, S., Raitakari, S., Vihermäki, K. (2014). Ikäpolvien taju: Elämäntietä ja ikäpolvet muuttuvassa maailmassa. Vanhustyön keskusliitto. <https://vtkl.fi/wp-content/uploads/2019/07/Ik%C3%A4polvien-taju.pdf>

Sosiaali- ja terveysministeriö. (2020). Kansallinen ikäohjelma vuoteen 2030, tavoitteena ikävykyvä Suomi. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-6865-3>

Sosiaali- ja terveysministeriö. (2020). Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi 2020–2023, tavoitteena ikäystävällinen Suomi. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-5457-1>

Tanskanen, A. & Danielsbacka, M. (2015). Ovatko vapaaehtoistyö ja hyväntekeväisyys yhteydessä onnellisuuteen? Julkari. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2015102215029>

Tilastokeskus. (n.d.). Työssäkäynti, Väestöalueen, pääasiallisen toiminnan, kansalaisuuden, sukupuolen, iän ja vuoden mukaan, 2000–2020 [tilasto]. StatFin. Haettu 3.11.2022 osoitteesta https://pxweb2.stat.fi/PxWeb/pxweb/fi/StatFin/StatFin__ty-okay/statfin_tyokay_pxt_115f.px/table/tableViewLayout1/

Valliluoto, S. (2014). Vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksista ja esteistä. Kilpailu- ja kuluttajaviraston selvityksiä 4/2014. https://www.sitra.fi/app/uploads/2017/02/Vapaaehtoistoiminnan_mahdollisuuksista_ja_esteista-2.pdf

Vilkka, H. (2021). Näin onnistut opinnäytetyössä, ratkaisut tutkimuksen umpikujiin. PS-kustannus. <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789523701236>

Vilkka, H. (2021). Tutki ja kehitä (5., päivitetty painos.). PS-kustannus. <https://www.ellibslibrary.com/book/9789523701731>

Vilkka, H (2005). Tutki ja kehitä. Tammi.

Willberg, E. (2015). Vapaaehtoistoiminnasta iloa monille. Sitran selvityksiä 93. <https://www.sitra.fi/app/uploads/2017/02/Selvityksia93-2.pdf>

Äyräväinen, I., Piirainen, A., Lintunen, T. & Rantanen, T. (2019). Vapaaehtoistyöntekijöiden kokemuksia vastavuoroisuudesta ikääntyneiden ihmisten vapaaehtoistyössä. Gerontologia, 33(1), 3–18. <https://doi.org/10.23989/gerontologia.75065>

LIITE 1



LIITE 2



LIITE 3

OPINNÄYTETYÖ SATAKUNNAN AMMATTIKORKEAKOULU

VAPAAEHTOISTYÖNTEKIJÄN MOTIVAATIOTEKIJÄT VAPAAEHTOISELLE
65-75-VUOTIAALLE ELÄKELÄISELLE

Annikka Salonen, vanhustyön asiantuntija Fingerroosin säätiö, Löytävän vanhustyön toimintamalli

21.9.2022

annikka.salonen@student.samk.fi

geronomi opiskelija, Satakunnan ammattikorkeakoulu, Pori

Viitaten keskusteluunne 20.9.2022 (henkilön nimi poistettu) Vapaaehtoistyön koordinaattori / Annikka Salonen lähetän lupaamani asiat

TAUSTATIETOA:

Opinnäytetyöni tarkoituksena on selvittää, mistä vapaaehtoistyötä tekevälle syntyy motivaatio auttaa lähimmäisiä. Mitkä ovat ne hyödyt, joita vapaaehtoistyöntekijä saa itselleen työtä tehdessään. Mitkä tekijät sitouttavat eläkkeellä olevan vapaaehtoisen työhön?

Itselleni opinnäytetyö tulee antamaan vahvistusta tunteelle, että vapaaehtoisia tarvitaan ja heidän oma kokemuksensa työstä on merkittävää. Opinnäytetyö antaa minulle lisää tietoa ja ohjaa minua ammatillisesti kehittämään vapaaehtoistyötä sellaiseen suuntaan, että se palvelee parhaiten myös vapaaehtoisia ja sitä on helppo juurruttaa osaksi täydentämään Fingerroosin säätiön palvelukokonaisuutta.

Opinnäytetyön aihe on ajankohtainen ja tarpeellinen, koska Korona pandemian aikana ikääntyneet jäivät helposti ilman julkisen palvelun tuottajan ryhmätoimintoja ja he jäivät arjen hallintaan liittyvien palvelujen katveeseen. Kentällä havaittiin, että vapaaehtoistoiminnalla pystytään paikkaamaan jonkin verran puuttuvia palveluita. Väestörakenteen muuttuessa ja ikääntyneiden määrän kasvaessa yhteiskunnassa tarvitaan vapaaehtoisia tukihenkilöitä ja ystävätoimintaa.

Opinnäytetyöni kohderyhmäksi valitsin vasta eläköityneet ja noin kymmenen vuotta eläkkeellä olleet ikääntyvät 65–75 v. Kohderyhmän rajaukseen päädyin, koska usein eläkkeelle jäävät henkilöt kokevat elämänmuutoksen silloin kun he jäävät pois työyhteisöstä ja heillä vapautuu aikaa harrastuksille tai vapaaehtoistyölle.

Tavoitteena on kiinnittää huomiota vapaaehtoistyötä tekevien eläkeikäisten henkilöiden motivaatiotekijöiden tunnistamiseen. Tutkimustyön tulos laaditaan tilaajalle, eli Fingerroosin säätiölle, yhteenveto motivaatiotekijöiden tunnistamisesta auttamiseen. Tiedolla pyritään palvelemaan Fingerroosin säätiön vapaaehtoistoiminnan henkilöiden sitouttamista ja heidän kouluttamistaan vapaaehtoisena toimimiseen. Mahdollisesti tutkimuksesta saatua tietoa voidaan käyttää vapaaehtoisten koulutustarpeisiin.

Haastattelu toteutetaan ryhmähaastattelumetodilla. Yhdessä ryhmässä on noin 2–4 henkilöä. Ryhmiä on 3–4 riippuen ilmoittautumisten määrästä. Haastattelut voidaan toteuttaa myös yksilöhaastatteluina. Haastatteli kysyy 4–5 kysymystä. Keskustelu taltioidaan, jotta vastauksia on helpompi analysoida. Ryhmäkeskustelu on luonteva ja avoin sekä rentoa keskustelua. Keskusteluun ei ole tarvetta valmistautua millään tavalla vaan haastattelun aineisto pyritään saamaan tavallisen keskustelun kautta. Haastatteluun on hyvä varata noin tunti aikaa. Haastattelut toteutetaan syyskuun ja lokakuun 2022 aikana Diakonissakeskuksen tiloissa.

Haastatteluun vastaajille tarjotaan kahvia ja leivonnaisia. Halukkaita haastateltavia pyydetään ilmoittautumaan suoraan geronomi opiskelija Annikka Saloselle joko puhelimitse tai sähköpostilla su. 2.10.2022 mennessä.

Ohessa liitteenä lupalomake, jonka pyytäisin tuomaan tullessa haastatteluun, kiitos!

LIITE 4

LUPALOMAKE HAASTATTELUA VARTEN

Tämä on kirjallinen suostumus osallistumisesta haastatteluun koskien vapaaehtoistyöntekijän motivaatiotekijöitä. Opinnäytetyötä suorittaa Annikka Salonen geronomin tutkintoa varten, Satakunnan ammattikorkeakoulu.

Suostumuksellanne annatte luvan haastatteluaineiston käyttöön opinnäytetyössä ja suostutte opinnäytetyön julkaisemiseen.

Haastateltavien henkilöiden tietoja käsitellään luottamuksellisesti sekä siten, että kukaan henkilö ei ole tunnistettavissa julkaistussa tekstissä. Haastateltavan tulee allekirjoittaa lupalomake.

Suostun haastatteluun.

Paikka ja aika

Allekirjoitus ja nimen selvennys

Suostun osallistumaan yllä mainittuun haastatteluun ja minulle on selvitetty, että kerättäviä tietoja ja tutkimusaineistoa käsitellään luottamuksellisesti ja siten, ettei minua voida tunnistaa julkaistusta tekstistä.

Palauttakaa lupalomake haastattelijalle haastatteluun saapuessanne, kiitos.