

OPINNÄYTETYÖ

Vapaaehtoisten perehdyttämisen kehittäminen Aktiivinen synnytys ry:ssä

Ulrika Seppänen da Costa

Yhteisöpedagogin koulutus
(210 op)

(11/2022)

TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu
Yhteisöpedagogi (AMK)

Tekijät: Ulrika Seppänen da Costa

Opinnäytetyön nimi: Vapaaehtoisten perehdyttämisen kehittäminen Aktiivinen synnytys ry:ssä

Sivumäärä: 46 ja 5 liitesivua

Työn ohjaaja: Lotta Viinikka

Työn tilaaja: Aktiivinen synnytys ry

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää mitä tarvitaan hyvään vapaaehtoisten perehdyttämiseen ja miten perehdyttämistä voi kehittää yhdistyksessä. Aktiivinen synnytys ry toimi opinnäytetyön tilaajana ja opinnäytetyössä luotiin perehdytysopas yhdistyksen käyttöön. Hyvä vapaaehtoisten perehdyttäminen lisää yhdistyksen luotettavuutta ja uskottavuutta järjestökentällä.

Aktiivinen synnytys ry on yhdistys, jonka tavoitteena on tarjota tietoa ja tukea synnyttäjille ja raskaana oleville. Aktiivinen synnytys ry:n tavoitteena on vaikuttaa positiivisesti suomalaiseseen synnytyskulttuuriin tarjoamalla tietoa erilaisista tavoista olla raskaana ja synnyttää. Yhdistyksen toiminnan perusta on luottamus tutkittuun tietoon. Aktiivinen synnytys ry perustoimintaa on tarjota vertaistukea vertaistukiryhmien muodossa odottajille ja heidän läheisilleen maanlaajuisesti. Yhdistyksen toimintaan kuuluu yhteiskunnallinen vaikuttaminen ja jäsenlehti Sydänäänänen luotsaaminen.

Opinnäytetyön tietoperustassa käsiteltiin yhdistys- ja vapaaehtoistoimintaan liittyviä käsitteitä kuten perehdyttäminen, vertaistuki ja vapaaehtoisten johtaminen.

Kehittämistyön menetelmiksi valittiin benchmarking ja työpaja yhdistyksen vapaaehtoisten kanssa. Benchmarking menetelmää hyödynnettiin haastatteleamalla kahden yhdistyksen edustajaa ja tutustumalla eri järjestöjen verkkosivuihin.

Kehittämistyö prosessista saadut tulokset kertovat vapaaehtoistyön perehdyttämisen merkityksestä ja johtamisen tärkeydestä. Haastatteluissa ja työpajassa nousi esiin myös vapaaehtoisten tiedon ja taidon hyödyntäminen yhdistyksen toiminnan kehittämiseen. Kehittämistehtävän tuloksien myötä kehitettiin perehdytysopas Aktiivinen synnytys ry:n vapaaehtoisten perehdyttämisen tueksi.

Asiasanat: vapaaehtoistyö, järjestöt, perehdyttäminen, vertaistuki, johtaminen

ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences
Bachelor of Humanities, Degree Programme in NGO and Youth Work

Author: Ulrika Seppänen da Costa
Title: Developing volunteers onboarding in Aktiivinen synnytys ry (reg. assoc.)
Number of Pages: 46 and 5 attachment pages
Supervisor(s): Lotta Viinikka
Commissioned by: Aktiivinen synnytys ry

The objective of the thesis was to develop volunteers onboarding in Aktiivinen synnytys ry. The purpose of the thesis was to study the best methods to onboard the new volunteers to the volunteer work and what it takes for the association to create a better onboarding process?

The thesis was commissioned by Aktiivinen synnytys ry (reg. assoc.) It promotes birthing rights in Finnish health care and among families. It organizes peer support groups locally and nationally. It also shares researched information about pregnancy, childbirth and post-partum time. All the information of Aktiivinen synnytys ry (reg. assoc.) is based on knowledge-based information. It coordinates peer support groups nationally for people who are interested of pregnancy and child labor. The association promotes birthing rights and publishes the Sydänääni magazine.

In the theoretical part of the thesis includes NGO's and volunteer work from the perspective of onboarding, peer support and leadership of the volunteers. The data for the thesis was collected by using benchmarking methods by interviewing experts from the field and using workshop method for the volunteers of the association. The data were analyzed using qualitative content analysis.

The results of the thesis suggest that good quality onboarding for the volunteers is beneficial for the association and also for the volunteer itself. The findings indicate that the onboarding guidebook is the first step towards quality onboarding for the volunteers.

Keywords: volunteer work, association, onboarding, peer support group, leadership

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO.....	6
2	TILAAJA JA TOIMINTAYMPÄRISTÖ	9
	2.1 Aktiivinen synnytys ry ja liikkeen historiaa	9
	2.2 Toimintaympäristö.....	10
3	TIETOPERUSTA.....	13
	3.1 Suomi järjestöjen luvattu maa.....	13
	3.2 Vapaaehtoistyö.....	15
	3.3 Vertaistuki.....	18
	3.4 Vapaaehtoisten johtaminen.....	20
	3.5 Perehdyttäminen	21
4	KEHITTÄMISTYÖN MENETELMÄT.....	23
	4.1 Miten ongelmaa on tutkittu.....	23
	4.2 Toiminnallinen ja laadullinen tutkimus	24
	4.3 Aivoriihityöpaja	25
	4.4 Benchmarking	26
	4.5 Haastattelu	26
	4.6 Aineiston analyysimenetelmät ja eettisyys	27
5	TULOKSET	29
	5.1 Haastattelun tulokset.....	30
	5.2 Työpajan tulokset.....	34

6	KEHITTÄMISTEHTÄVÄN TUOTOKSET	38
6.1	Kehittämishdotukset.....	38
6.2	Perehdytysopas	40
6.3	Tilaajan palaute.....	42
7	LOPUKSI	43
	LÄHTEET	45
	LIITTEET.....	48

1 JOHDANTO

Vapaaehtoistyön ja järjestökentän ammatillistuminen on ollut viime vuosina nouseva trendi ja kehityssuunta. Monet yhdistykset ovat kehittäneet toimintaan koulutuksien, visuaalisen ilmeen uudistuksen ja uudelleen profiloitumisen myötä. Jotta murroksessa pysyy mukana, on tärkeää rakentaa vankka pohja yhdistyksen perustoiminnalle. Yhdistysten ja järjestöjen perinteisin ja kivi-jalkana toimiva toiminta on vapaaehtoistoiminta. Vapaaehtoistoiminta on kunkin yhdistyksen näköistä ja se mukautuu tekijöidensä myötä.

Olen toiminut vuosia vapaaehtoisena eri yhdistyksissä ja siinä samalla kerryttänyt tietotaitoa vapaaehtoistyön heikkouksista ja vahvuuksista. Lähdin suunnittelemaan opinnäytetyötäni Aktiivinen synnytys ry:lle, koska olen itse toiminut yhdistyksen vapaaehtoisena vuosia ja olen toiminnassa mukana ollessani huomannut tarpeita sen kehittämiseksi perehdyttämisen näkökulmasta. Aktiivinen synnytys ry:llä ei ole varsinaisesti vapaaehtoistyönkoordinaattoria vaan on aluekohtaisia tehtäviä vastaavia aktiiveja.

Vertaistukea tarjoavien vapaaehtoisten yhdyshenkilönä toimii paikallistoimintavastaava, joka on vastuussa vertaistukitoiminnassa mukana olevien vapaaehtoisten toiminnan koordinoimisesta. Paikallistoimintavastaavan vastuulla on uusien vapaaehtoisten haastattelu ja toimintaan perehdyttäminen. Perehdyttämisen perusteet on siis tiedossa ja osaltaan jo sisältyy toimintaan mutta perehdyttäminen vaativaan vapaaehtoistoimintaan vaatisi laajemman perehdyttämisen. Perehdyttäminen on tapahtunut lähinnä tehtäväkohtaisesti kokeneemman vapaaehtoisen toimesta.

Yhtenäisen perehdyttämismallin puute on tuonut haasteita mukaan toimintaan, joka on näkynyt vertaistukiryhmien ohjaajien monenlaisissa tavoissa toteuttaa toimintaa. Hiljaisen tiedon merkitystä ei tule väheksyä perehdyttämisvaiheessa mutta yhdistyksen tulisi tarjota perehdytys sen lisäksi, jossa kerrotaan vapaaehtoisten vastuista ja velvollisuuksista yhdistyksen toiminnan lisäksi. Puhetta yhtenäisestä perehdyttämismallista tai koulutuksesta on ollut jo vuosia mutta valitettavasti sen toteutus on jäänyt vain puheen tasolle.

Kehittämistyön aihe on noussut työyhteisön tarpeista ja opinnäytetyön prosessissa on otettu mukaan yhdistyksen vapaaehtoisia. Työyhteisössä on noussut haasteeksi etenkin vertaistukiltojen ohjaajien erilaiset tyylit toteuttaa iltoja. Riittävä perehdytys mahdollistaisi tasavertaisuuden iltojen kävijöillä valtakunnallisesti. Tämän opinnäytetyön tavoitteena on kartoittaa kehit-

tämiskohteet Aktiivinen synnytys ry:ssä. Tavoitteena on kerätä tietoa yhdistyksen vapaaehtoisilta vertaistukitoiminnan kehittämiskohteista ja koota niistä kehitysehdotus yhdistyksen käyttöön. Kehittämistyön prosessiin kuuluu toiminnallisten työpajojen järjestäminen, joiden tavoitteena on kuulla vapaaehtoisten omia ajatuksia toiminnasta ja sen kehittämisestä. Jotta kehittämisprosessi olisi mahdollisimman monipuolinen, hyödynnän benchmarkkaus menetelmää eli vertaiskehittämistä haastatteleamalla ja perehtymällä kahden muun yhdistyksen toimintaan. Haastattelen kahden yhdistyksen vapaaehtoistenkoordinaattoria saadakseni laajemman käsityksen alasta ja eri yhdistysten toiminnasta.

Aktiivinen synnytys ry:n vapaaehtoisten tarjoama vertaistuki on vaativaa vapaaehtoistyötä koska vertaistukiryhmissä keskustelut usein sivuavat terveydenhuollon vastuulle kuuluvia teemoja. Vertaistukiryhmässä toimitaan vertaisena ja vapaaehtoisen oman mahdollisen ammatillisen taustan tai sen puutteen ei tulisi vaikuttaa keskusteluun. Keskustelut tulisi olla kokemuspohjaisia ja niiden tulisi säilyttää vertaistuellisuus. Vertaistukiryhmän ohjaajan roolilla on iso merkitys ryhmän fasilitoinnissa. Ohjaajan rooli on ohjata mahdollinen terveysterveystalon puolelle siirtynyt keskustelu takaisin kokemuspohjaiseen keskusteluun.

Aktiivinen synnytys ry:n ryhmiin hakeudutaan usein tiedon, vertaistuen ja yhteisöllisyyden takia. Vertaistuki samanlaisessa elämäntilanteessa olevalta on tarve johon terveydenhuolto ei pysty vastaamaan. Syitä vertaistukiryhmään hakeutumiseen on myös halu saada tietoa erilaisista vaihtoehdoista olla raskaana ja synnyttää. Vertaistukiryhmän ohjaajilla on oma kokemus synnyttämisestä tai synnytyksessä mukana olemisesta ja ohjaajilla. Ryhmien ohjaajat synnyttäjien erilaisten tiedonlähteiden pariin raskauteen ja synnytykseen liittyen. Kolmas sektori täydentää julkisen sektorin palveluita tuomalla erityisosaamistaan julkisien palveluiden tueksi. Julkisella sektorilla ei ole valitettavasti riittävästi aikaa kohdata asiakasta vaan kohtaamiset ovat lyhyitä.

Opinnäytetyön tavoitteena oli luoda hyvä perehdytysopas vapaaehtoisten perehdyttämisen tueksi. Luomalla selkeän perehdytys mallin toiminnasta tulisi luotettavampaa ja se lisäisi vapaaehtoisten sekä yhdistyksen hyvinvointia. Aktiivinen synnytys ry:n vapaaehtoiset ovat itseohjautuvia ja toteuttavat toimintaa omien resurssien rajoissa. Jotta opinnäytetyön tavoitteeseen pääsee, tuli teemaa tarkastella useammasta eri näkökulmasta. Kehittämistyötä varten valitut näkökulmat ovat vapaaehtoisten ajatusten kuuleminen aivoriihi työpajassa ja benchmarkkaus menetelmän hyödyntäminen aineiston keruussa.

Toimivat toimintamallit perehdytystä varten ovat yhdistysten luotettavan toiminnan ydintä, jota monet yhdistykset jo toteuttavat. Toimiva perehdytysmallin onnistumisen kannalta on tärkeää, että yhdistyksellä on siihen osaamista ja resursseja. Useat yhdistykset toimivat pelkästään vapaaehtoisten voimin, joten perehdyttämistä varten ei välttämättä ole samanlaisia resursseja kuten yhdistyksillä, joilla on rahoitus toimintaa varten. Vaikka resurssit ovatkin usein rajalliset yhdistyksen toiminnan eteenpäin vieminen tarjoamalla laadukasta perehdytystä vapaaehtoisille on hyvä tapa lähteä tekemään toiminnasta ammatillisempaa. Ammatillisuus toiminnassa avaa tilaa ajatuksille rahoituksen hakemiselle. Rahoitus vakiinnuttaisi toimintaa ja antaisi mahdollisuudet edistää toimintaa. Voisiko siis kunnollinen perehdytys olla ensimmäinen askel kohti ammatillisempaa toimintaa?

Kehittämistyön aluksi kerron Aktiivinen synnytyks ry:n toiminnasta, tavoitteista ja historiasta. Tilaajan esittelyn jälkeen syvennyn kertomaan toimintaympäristöistä ja kehittämisen tarpeista yhdistyksen toiminnassa. On tärkeää ymmärtää tilaajan erityinen asema aihealueensa suunnanäyttäjänä ja ensimmäisenä synnytysalan järjestönä Suomessa. Jotta ymmärtää järjestötoiminnan kokonaisuutta ja laajuutta tulee perehtyä järjestökentän historiaan ja toimintaan Suomessa.

Tietoperusta luvussa avaan yleisesti järjestötoiminnasta Suomessa ja järjestöjen vaikutuksesta ihmisten elämään. Järjestöjen tarjoamat vapaaehtoistoiminnan mahdollisuudet ovat moninaiset, joka pitää sisällään myös vapaaehtoisten tarjoaman vertaistuen, näitä teemoja käsittelem myös tietoperusta luvussa. Luvun lopuksi syvennyttään vapaaehtoisten johtamiseen ja sen merkitykseen järjestötoiminnassa sekä perehdyttämiseen. Perehdyttäminen on kehittämistyön yksi pääteemoista, joten se toimii myös kehittämistyön läpileikkaavana teemana.

Kehittämistyön menetelmät luvussa kerron käyttämästäni menetelmistä eli benchmarking ja työpaja menetelmät. Benchmarking menetelmää hyödynsin haastatteluiden ja yhdistysten verkosivujen vertailujen muodossa. Kehittämistyön tulokset olivat ajankohtaiset ja täydensivät tietoperustaa. Tulokset analysoitiin teemallisesti ja koottiin yhteen kehittämissuhteiksi. Kehittämissuhteet sisältävät ehdotuksen perehdytysoppaasta vapaaehtoisia varten.

Kehittämistyön lopuksi pohdin prosessin onnistumista, esille nousseita teemoja ja sitä mitä tästä eteenpäin. Toimin kehittämistyön prosessin aikana niin sanotussa kaksoisroolissa eli toimin yhdistyksen vapaaehtoisena ja samalla kehittämistyön toteuttajana. Kaksoisrooli mahdollisti minulle toiminnan tarkastelun yhdistyksen ulkopuolisena ja yhdistyksen sisällä toimivana henkilönä.

2 TILAAJA JA TOIMINTAYMPÄRISTÖ

2.1 Aktiivinen synnytys ry ja liikkeen historiaa

Aktiivinen synnytys ry on vuonna 1986 perustettu poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton, voittoa tavoittelematon yhdistys. Yhdistyksen tavoitteena on edistää perhelähtöistä synnytyskulttuuria. Yhdistyksen tehtävänä on tarjota tietoa odotukseen ja synnytykseen, jotta jokaisella on aito mahdollisuus saada tarpeeksi tietoa aiheeseen liittyen.

Yhdistyksen perustoimintaa on vertaistukiryhmien järjestäminen, Facebook ryhmän ylläpitäminen, viestintä, TENS-laitteiden vuokraus, yhteiskunnallinen vaikuttaminen, kannatustuotteiden myynti ja jäsenlehti Sydänääni. Aktiivinen synnytys ry toimii täysin vapaaehtoisten voimin. Tosin yhdistyksen jäsenlehden tuotannossa maksetaan korvaus lehden taittajalle ja päätoimittajalle, joka takaa lehden laadukkuuden. (Aktiivinen synnytys ry 2022.)

Aktiivinen synnytys ry:n tavoitteena on kehittää suomalaista synnytyskulttuuria tarjoamalla tutkittuun tietoon perustuvaa tietoa, kertomalla vaihtoehtoista ja pyrkimällä vaikuttamaan valtakunnallisesti tekemällä esimerkiksi kannanottoja ja osallistumalla ajankohtaisiin yhteiskunnallisiin keskusteluihin. Aktiivinen synnytys on termi, jota käytetään puhuessa synnytyskulttuurista, jossa odottaja on itse aktiivinen osa raskauden ja synnytyksen aikaista päätöksentekoa. Terminä aktiivinen synnytys ei rajaa pois mitään tapaa olla raskaana tai synnyttää vaan termillä tarkoitetaan sitä, että synnyttävä ottaa itse aktiivinen. (Aktiivinen synnytys ry 2022.)

Aktiivisuus voi olla esimerkiksi tiedon hakeminen eri mahdollisuuksista, riskeistä ja vaihtoehtoista liittyen omaan synnytykseen. Jokaisella on oikeus vaikuttaa ja päättää omaan synnytykseen liittyvistä asioista sekä päätöksistä ja se onkin Aktiivinen synnytys ry:n toiminnan ydintä. Aktiivinen synnytys vahvistaa synnyttäjän itsemääräämisoikeutta ja tarjoaa tilan olla oman raskauden ja synnytyksen asiantuntija. Termi aktiivinen synnytys ei poissulje lääketieteellisiä mahdollisuuksia eikä luonnonmukaisempiakaan vaihtoehtoja vaan antaa tilan synnyttäjälle tutustua erilaisiin vaihtoehtoihin. (Aktiivinen synnytys ry 2022.)

Aktiivinen synnytys ry on perustettu Englannista lähtöisin olevan liikkeen innoittamana. Aktiivinen synnytys liike sai alkunsa 1980-luvun alkupuolella Englannissa Janet Balaskasin toimesta vasta liikkeenä yli medikalisoituneelle synnytyskulttuurille. Medikalisoituneelle eli synnytyskulttuurille, jonka tavoitteena oli olla mahdollisimman tehokas ja jonka tavoitteena on ennakoita mahdollisia riskitilanteita tarjoamalla tukea lääketieteestä jo ennen kuin riskitilanteita on

syntynyt. Lääketieteellä on aikansa ja paikkansa mutta luonnollisesti etenevään raskauteen ja synnytykseen ei oletuksena tarvitse lääketieteen tukea. (Active birth center 2022.)

Tässä kohtaa korostan, että aktiivinen synnytys ei poista lääketieteen merkitystä vaan tavoitteena on tarjota tietoa vaihtoehtoista lääketieteen tueksi tai irrallisena lääketieteestä. Jokaisen synnyttäjän tulisi itse saada valita oman tapansa olla raskaana ja aktiivinen tapa synnyttää ei poissulje lääketieteellistä tukea synnytyksessä. Ihmisillä on oikeus vaatia muutosta ja toiminnan kehittymistä muutosta vaatimalla sekä muutokseen osallistumalla. Synnytysoikeudet ja itsemääräämisoikeudet ovat ihmisoikeuksia ja kaikilla tulisi olla aito mahdollisuus vaikuttaa omaan elämään vaikuttavissa päätöksissä. (Väestöliitto 2019, 46.)



Kuva 1: Sydänääni-lehtiä vuosilta 2000–2002. Kuva: Ulrika Seppänen da Costa 2022

2.2 Toimintaympäristö

Tässä opinnäytetyössä tarkastelen vapaaehtoistoimintaa etenkin vertaistukijoiden näkökulmasta, koska juuri sitä toimintaa yhdistyksessä, tulisi erityisesti kehittää. Olen toiminut itse

yhdistyksessä vertaistukiryhmien ohjaajana ja koordinoin tällä hetkellä vertaistukiryhmiä ohjaavien vapaaehtoistenkoordinaattorina. Havainnot kehittämiskohteista yhdistyksen toiminnasta on noussut omien toimintavuosien aikana ja muiden vapaaehtoisten kanssa käymien keskustelujen perusteella.

Vertaistukiryhmien järjestäminen on ollut Aktiivinen synnytys ry:n perustoimintaa perustamisesta lähtien. Vertaistukiryhmien tarkoituksena on tarjota turvallinen tila keskustella odotusaikaan ja synnyttämiseen liittyvistä asioista. Aktiivinen synnytys ry tarjoaa vertaistuellisia, kaikille avoimia keskusteluiltoja useilla eri paikkakunnilla. Vertaistukiryhmiin hakeudutaan usein tiedon ja tuen perässä. Vertaistukitoimintaa koordinoidaan yhdistyksestä käsin tarjoamalla tukea ja pientä rahallista korvausta iltojen kustannuksiin.

Iltojen sisällön tuottamisen ja organisoinnin toteuttaa aina paikkakunnalla toimiva vapaaehtoinen. Vertaistuki iltoja varten usein valitaan joku teema minkä ympärillä keskustellaan vertaistukiohjaajan johdatuksella. Vertaistukiohjaajan rooli illan aikana on hoitaa iltaa varten järjestelyt varaamalla paikan, hoitamalla mahdolliset tarjottavat, markkinoimalla iltaa ja iltojen vetämisen. Vapaaehtoisten vastuisiin kuuluu iltojen aiheiden ja päivämäärien ilmoittaminen yhdistykselle ennen, kun illat alkavat.

Iltojen aiheiden tulee liittyä raskausaikaan, synnyttämiseen tai uuteen arkeen vastasyntyneen kanssa. Aiheiden tulee olla myös inklusiiviset, kaupallisesta markkinoinnista vapaat ja vertaistuelliset. Vaikka illat ovat vertaistuelliset voidaan iltoihin kutsua vieraaksi esimerkiksi terveydenhuollon ammattilainen kertomaan pyydetyistä aiheista. Iltoja pidetään ohjaajien resurssien mukaisesti noin 1-10 kertaa vuodessa omalla paikkakunnalla.

Perehtyessäni yhdistyksen historiaan lukemalla yhdistyksen vanhoja jäsenlehtiä löysin kirjoituksen vuoden 2000 Sydänäänilehdestä, jossa kerrottiin tarpeesta synnytysohjaajakurssille. Oli mielenkiintoista huomata, että tarve perehdytykselle ja koulutukselle on todettu jo reilu 20-vuotta sitten. Kuvassa 2 on sivu vuoden 2000 Sydänääni-jäsenlehdessä olleesta ilmoituksesta suunnitteilla olevasta synnytysohjaaja kurssista. Se että, perehdytystä tai koulutusta ei ole saatu onnistumaan kuvaa hyvin järjestökentän haavoittuvuutta ja kulttuurua. Innokkaita tekijöitä löytyy mutta resurssit toiminnan toteuttamiselle ei ole riittävät.

15

Synnytysohjaajakurssi suunnitteilla

Oletko aktiivinen äiti, joka haluaa olla jakamassa kokemustaan ja asiantietoa raskaana oleville naisille? Synnytyskulttuurimme kaipaa naisia, jotka haluavat kertoa toisille naisen oman kehon voimavaroista, synnytystä helpottavasta asenteesta ja asennoista, veden käytöstä, puolituen merkityksestä jne.

Ryhtyisitkö siis paikallistoiminnan vetäjäksi? Minäkö poikaistuin käymään synnytyskurssoiminnan? Niillä meistä, joilla ei ole kättilön koulutusta into helposti hiipuu riittämättömyyden tunteen alle, kun olemme "vain" äitejä. Ja onhan toki syytäkin olla lähtemättä aivan soitellessa. Aktiivisyyskurssin vetämiseksi ei sittenkään taida riittää evästyksiksi pelkästään se, että oma synnytys oli kauneen kiva.

Yksi vaihtoehto on yhdistää asiantuntijan tieto ja äidin kokemus. Kättilö-äiti-vevokset valmistuskurssit ovat saaneet paljon kiitosta mm. Tampereella ja Lahdessa. Asiantieto ei kuitenkaan olisi pahitteeksi "maallikkovalmentajallekaan".

Me "maallikkoläisenet" olemmekin nyt kääntyneet kättilöisäremme puoleen ja pyytäneet heitä kurssitajien kursseja. Tarkoituksena olisi saada aikaan todella kattava luento- ja käytännön harjoitusten sarja, josta voisi suorittaa joko osia oman kiinnostuksen mukaan tai kokonaisen "tutkinnon", jolle voisimme pyytää hyväksyntää esim. Suomen Kättilöliitosta. Tällainen maallikoille suunnattu "aktiivisyysohjaajan" kurssi antaisi kurssin vetäjille itseluottamusta ja ajan tasalla olevaa tietoa, ja se myös lisäisi äidiltä äidille tapahtuvan ohjauksen arvostusta. Vastaavia kursseja järjestetään Englannissa mm. National Childbirth Trustin ja Active Birth Centren toimesta.

Ideapäivänä Tampereella 5.9.2000 tehdyn aloitteen pohjalta yhdistyksemme hallitus päätti ryhtyä tosissaan valmistelemaan aktiivisyysohjaajakursseja. Hallitus valitsi koulutusryhmäksi Lea Putus-Taljan, Meri Lähteenoksan ja Hanna Hirvosen. Teimme kartoitusta mm. teemailloissa ja yhdistyksen Napapiiri-postituslistalla siitä, millaisia sisältöjä kursseilla tulisi olla. Näiden ideoiden pohjalta olemme valmisteelleet kurssille rungon, jonka esittelemme hallitukselle sen kokoontuessa 27.1.2002 Lahdessa.

Julkaisemme tässä koulutussuunnitelman "raakaversio", johon voivat kaikki asiasta kiinnostuneet ottaa kantaa, lisätä uusia herkkullisia aiheita tai esittää kysymyksiä. Koulutussuunnitelma on toimitettava hallitukselle kaksi viikkoa ennen kokousta, joten toivomme kommentteja mahdollisimman pian, viimeistään viikolla 2/2001.

Koulutuksen toteuttajiksi pyrimme saamaan kättilöitä, lääkäreitä, psykologeja sekä aikuiskasvatuksen ja äitien asiantuntijoita. Lisäksi kurssiin voisi liittää luovan, myönteisen ajattelun ja eri rentoutusmuotojen ohjausta. Valloasa näistä asiantuntijoista löytyy varmasti yhdistyksemme piiristä. Toivommekin kaikkia, jotka haluavat mukaan koulutuksen toteutukseen astumaan esiin! Ottakaa rohkeasti yhteyttä allekirjoittaneisiin, niin voimme keskustella, millaisia aiheita voisitte käsitellä sekä milloin ja missä olisi sopivinta pitää oma osuutenne koulutuksesta. Kurssit tulevat olemaan maksullisia, joten kouluttajille voidaan luvata kohtuullinen korvaus.


Synnytysohjaajan koulutussuunnitelma

Tavoitepohjana WHO:n suositukset raskauden ja synnytyksen hoidon periaatteista

1. Odotus ja syntymä meillä ja muualla: johdantokurssi
2. Odotuksen ja syntymän anatomia ja fysiologia
3. Odotuksen ja syntymän psykologia (sosiaalis-emotionaalinen, hengellinen) eri näkökulmista: äiti, isä, lapsi, sisarusket ehkä myös lääkäri ja kättilö
4. Lääketieteelliset toimenpiteet, niiden tarkoituksenmukainen käyttö ja vaihtoehdot
5. Opetus- ja ohjaustaito sekä kommunikaatiotaidot
6. Vertaisryhmien toiminnan tukeminen ja organisointi
7. Laki potilaan oikeuksista
8. Ensimmäinen ikävuosi: erityiskysymyksiä
 - imetyt
 - kantoliinat yms
 - sisarusket
 - parisuhteen muutokset
9. Doula-toiminnan ohjausta. Vähintään kolme mukana elettyä synnytystä edellytyksenä lopulliselle synnytysohjaajan tutkinnolle.

Kurssi toteutetaan moduleittain: Tiedot ja taidot voi hankkia kursseilla, kirjoista yms tai todistaa taitonsa näyttökokeella ko. modulin vastaavalle opettajalle.

Meri Lähteenoksa puh: 03-2611809
Hanna Hirvonen puh: 03-376 1517



Kuva 2: Vuoden 2000 Sydänääni-lehdessä ilmoitus synnytysohjaaja koulutuksesta. (Lähteenoksa & Hirvonen 2000, 15).

3 TIETOPERUSTA

Tässä luvussa avaan tarkemmin opinnäytetyössä käyttämiäni käsitteitä. Käsitteet on valittu kehittämistyön aihetta tarkastellen ja sen tueksi. Käsitteet, jotka olen valinnut ovat järjestöt Suomessa, vapaaehtoistyö, vertaistuki, vapaaehtoisten johtaminen ja perehdyttäminen.

3.1 Suomi järjestöjen luvattu maa

Suomessa eri toimijat yhteiskunnassa jaotellaan pääsääntöisesti kolmeen eri ryhmään eli julkiseen, yksityiseen ja kolmanteen sektoriin. Jokaisella sektorilla on oma tyypillinen toimintamuoto ja ympäristö. Julkisen sektorin toiminta kohdistuu valtioon ja kuntiin. Yksityinen sektori on yritysten muodostama ja kolmatta sektoria kuvaillaan järjestöjen sektoriksi. (Kansalaisyhteiskunta 2022.) Nämä kolme eri toimijaa ovat osa toimivaa yhteiskuntaa, toistensa toimintaa täydentäen.

Näiden kolmen sektorin lisäksi on myös neljäs sektori, jota on kuvailtu ihmisten omaksi sektoriksi, johon kuuluu perhe, ystävät ja harrastukset. Mäenpää ja Faehnle kertovat teoksessa 4. Sektori että neljännen sektorin merkitys on moninainen ja sen voi käsittää monella tavalla riippuen näkökulmasta. Parhaiten neljättä sektoria kuitenkin kuvaa se, että neljäs sektori on lähinnä aitoa kansalaisyhteiskuntaa, jossa järjestöt ovat ihmisten äänitorvia. (Mäenpää, Faehnle 2021, 42, 258.)

Suomessa on pitkä historia kansalaistoiminnassa, joka alkaa jo 1700-luvun loppupuolelta. Suomalaiseen kansalaistoimintaan on vuosien varrella vaikuttanut niin positiivisesti kuin negatiivisesti sodat, maan johtajat, Euroopan tilanne ja kansan herääminen mahdollisuuksiin vaikuttaa yhteiskunnassa. Vanhimmat suomalaiset järjestöt on perustettu jo 1800-luvun loppupuolella kuten Suomen Punainen Risti ja nykyinen Suomen mielenterveysseura. Järjestöjen teemat ovat muuttuneet vuosien saatossa ja niihin on vaikuttanut ajankuva. Monet poliittiset järjestöt ovat saaneet alkunsa ihmisten halusta vaikuttaa päätöksentekoon. (Harju 2020.)

Etenkin sotien jälkeen perustettiin auttamiseen keskittyviä järjestöjä kuten Mannerheimin lastensuojeluliitto vuonna 1920. Mannerheimin lastensuojeluliitto MLL on Suomen ensimmäinen lasten hyvinvointia edistävä yhdistys, joka on toiminut edelläkävijänä perheiden oikeuksien puolesta puhujana. MLL on vahvasti vaikuttanut ja edistänyt neuvolatoimintaa Suomessa joka on taas edesauttanut parantanut etenkin lasten ja naisten terveyttä. (Mannerheimin lastensuojeluliitto MLL 2022.)

Yhteiskunnallinen muutos muutti ihmisten käyttäytymistä ja ihmisten mielenkiinto kohdistui politiikasta muuhun vapaa-ajan toimintaan. 1980-luvulla tapahtui murros ja poliittisten järjestöjen kiinnostus heikkeni, kun ihmisten halu panostaa vapaa-ajalla liikuntaan, taiteeseen ja hyvinvointiin voimistui. (Harju 2020.)

Aktiivinen synnytys ry perustettiin juuri tässä murrosvaiheessa vuonna 1986 aktiivisten kansalaisten halusta vaikuttaa synnytyskulttuuriin Suomessa. Raskaus ja synnytys on luonnollinen osa ihmisten elämää, joten luonnollisesti yhteiskunnallisilla muutoksilla on vaikutusta teemaan. Synnytyskulttuuri on käynyt läpi monet muutokset ja mullistukset ihmiskunnan historiassa. Kuten Active birth liikkeen syntyminen juuri 1980-luvun järjestökentän murroksessa.

Yhdistysten toiminta saa usein alkunsa ihmisten tahdosta muuttaa maailmaa eli toimia itselleen tärkeän asian puolesta puhujana. Yhdistyksen ydin on vapaaehtoiset, jotka hoitavat yhdistyksessä hallinnollisia ja johtamiseen liittyviä vastuutehtäviä. Tyypillinen ominaisuus yhdistyksille on se, että vapaaehtoiset ovat mukana toiminnassa pitkään etenkin ne ryhmän jäsenet, jotka ovat yhdistyksessä vastuutehtävissä. (Kuuluvainen 2015, 20-21.)

Suomessa on jo vuosien ajan ymmärretty yhdistysten ja järjestöjen mahdollisuudet sillä Patentti ja rekisterihallituksen (Patentti ja rekisterihallitus 2022) mukaan tällä hetkellä on yli 100 000 rekisteröityä järjestöä. Pelkästään uudella maalla järjestöjä on lähes 25 000 joista reilu 2000 järjestöä on sosiaali- ja terveysalan järjestöjä. Määrät kertovat selkeästi suomalaisten tahdosta toimia yhdessä yhteisen tavoitteen hyväksi ja halusta vaikuttaa yhteiskunnallisesti. Sosiaali- ja terveysalan järjestöjen runsas määrä kuvastaa mielestäni ihmisten tarvetta saada lisää tietoa ja tukea terveyteen liittyvissä asioissa. Juuri siitä syystä monet potilasjärjestöt on perustettu, koska tarve lisätiedolle oli suuri.

Vapaaehtoistyö Suomessa 2021- kyselyn mukaan suomalaisista lähes puolet ovat tehneet vapaaehtoistyötä myös koronapandemian aikana. Suurin osa kyselyyn vastanneista on toteuttanut vapaaehtoistyötä jonkin järjestön tai yhdistyksen kautta. Syiksi vapaaehtoistyöhön nousi erityisesti halu auttaa nuoria ja lapsia. Kyselyssä kysyttiin laajasti vapaaehtoistoiminnan eri toimijoiden vaikutusta omaan vapaaehtoistyöhön ja sen merkitykseen. (Kansalaisareena 2021.)

Järjestöillä on ollut oma vahva asemansa suomalaisessa yhteiskunnassa palvelujen tuottajana ja täydentävien palvelujen tarjoajana muiden sektorien tukena. Etenkin sosiaali- ja terveysalojen järjestöillä on merkittävä rooli täydentävien palvelujen tuottajina. Yhdistykset toimivat

ikään kuin linkkeinä ja puolestapuhujina ihmisten ja eri sektoreiden välillä. Yhdistykset tarjoavat myös tilan ja mahdollisuuden olla osana yhteisöä. Yhteisöllisyys onkin yksi merkittävä osa hyvinvoinnin- ja terveyden edistämistä. Järjestöt pystyvät edistämään hyvinvointia ja terveyttä yhdessä muiden sektorien kanssa, mutta järjestöillä on oma vahva osaaminen yhteisöllisyyden ja yhteisöjen hyvinvoinnin edistäjinä. (Kuvaja 2011, 20-21.)

Kolmannen- ja neljännen sektorin etu on mahdollisuus reagoida yhteiskunnallisiin muutoksiin nopeammin ja ketterämmin koska toiminnan rakenne on kevyempi ja sisältää vähemmän byrokratiaa. Toiminta on myös usein helposti lähestyttävää ja asiakaslähtöistä. Toimintaa pystytään kehittämään hyvinkin nopeasti asiakkaiden toiveiden ja tarpeiden mukaan. (Kuvaja 2011, 27.)

3.2 Vapaaehtoistyö

Vapaaehtoistyö lyhyesti kuvailtuna on työtä, jota tehdään vapaaehtoisesti ja siitä ei saada korvausta tai palkkiota, mutta käsite on todellisuudessa hyvin moniulotteinen. Vapaaehtoistyö mahdollistaa yhteisen hyvän tekemisen ja antaa merkityksellisyyden tunnetta tekijälle. (Hirvonen & Puolitaival 2019, 13, 122.)

Usein ihmiset kaipaavat yhteenkuuluvuuden-, hyväksytyksi- ja arvostetuksi tulemisen tunnetta. Näitä tunteita voidaan lähteä hakemaan monista näkökulmista mutta yksi vaikuttavimmista toimista on vapaaehtoistyö. Yhteisön löytyminen ja yhteenkuuluvuuden tunnetta kuvailaan me-kokemukseksi. (Luukkala 2022, 44.) Omien huomioiden pohjalta itselleen sopivan yhteisön voi löytää juurikin vapaaehtoistyö ääreltä.

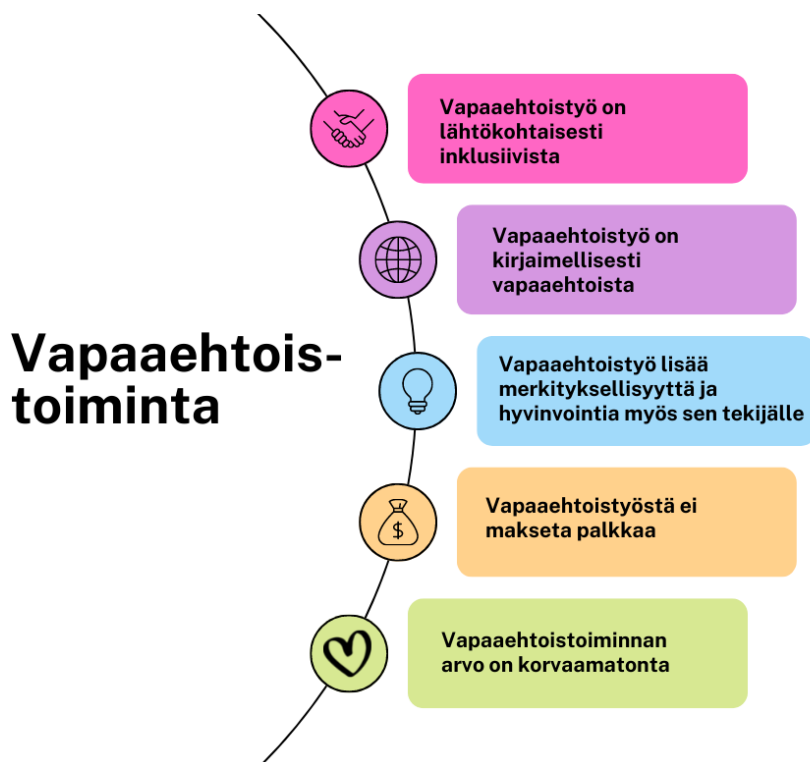
Kuviossa 1 kerrotaan vapaaehtoistyön peruselementeistä, jotka toimivat hyvänä ohjenuorana kaikenlaiselle vapaaehtoistyölle. Vapaaehtoistyö on kirjaimellisesti aina vapaaehtoistyötä ja motivaatio työhön tulisi tulla sisältä päin, ei painostuksesta lähtöisin. Vapaaehtoisilla on oikeus valita itselleen mieleiset työtehtävät taustatahon tuella. Vapaaehtoistyön tarkoitus on tarjota omaa osaamista ja aikaa yhteistä hyvää varten. Tästä huolimatta ja toisaalta juuri sen takia vapaaehtoinen saa itse merkityksellisyyttä elämään, joka taas lisää henkilön yleistä hyvinvointia. (Rochester, Paine, Howlett, Zimmeck & Paine 2009, 17.)

Vapaaehtoiset ovat osa yhteisöä mutta eivät osa palkattua henkilökuntaa, vaikka joissain yhdistyksissä vapaaehtoiset saattavatkin tehdä vapaaehtoisena esimerkiksi vastuu- tai hallinnollisia tehtäviä. Vapaaehtoistyö on parhaimmillaan voimaannuttavaa ja se antaa mahdollisuuden tehdä

merkityksellistä työtä yhteisön ja yksilön hyväksi. Vapaaehtoistoiminnan arvo ja merkitys on vaikuttava osa yhteiskuntaa. (Rochester, Paine, Howlett, Zimmeck & Paine 2009, 17.)

Vapaaehtoistyöt tehdään Suomessa hyvinkin laajasti. Kansalaisareenan tutkimuksen mukaan lähes puolet Suomessa asuvista on tehnyt vapaaehtoistyötä vuoden sisällä. Vapaaehtoistyön lukuihin ei vaikuttanut negatiivisesti edes koronapandemia vaan vapaaehtoistyötä tehtiin myös pandemian aikana. Mielestäni järjestökentän joustavuus ja mahdollisuus mukautua muuttuviin tilanteisiin on sen vahvuus.

Noin puolet Suomessa asuvista on tehnyt vapaaehtoistyötä viimeksi kuluneen vuoden aikana. Vapaaehtoistyötä tehneiden osuus on pysynyt samansuuruisena aiempiin vuosiin nähden: vuonna 2018 48,7 % oli tehnyt vapaaehtoistyötä edeltävän vuoden aikana, kun vuonna 2021 vastaava luku oli 47 %.(Kansalaisareena 2022).



Kuvio 1: Kuvaus vapaaehtoistyöstä. (Rochester, Paine, Howlett, Zimmeck & Paine 2009, 17.)

Omien huomioiden ja eri yhdistysten edustajien kanssa käytyjen keskustelujen pohjalta olen todennut, että vapaaehtoistyö on ollut murroksessa jo vuosia koska ihmisten toiminta vapaaehtoisena on muuttunut. Ennen vanhaa yhdistyksen tai seuran toimintaan sitouduttiin vuosikymmeniksi mutta nykyään vapaaehtoisuustyötä tekevät kaipaavat toimintaa, johon voi liittyä pop-up tyyllisesti tai sitoutua vain projektiin mukaan.

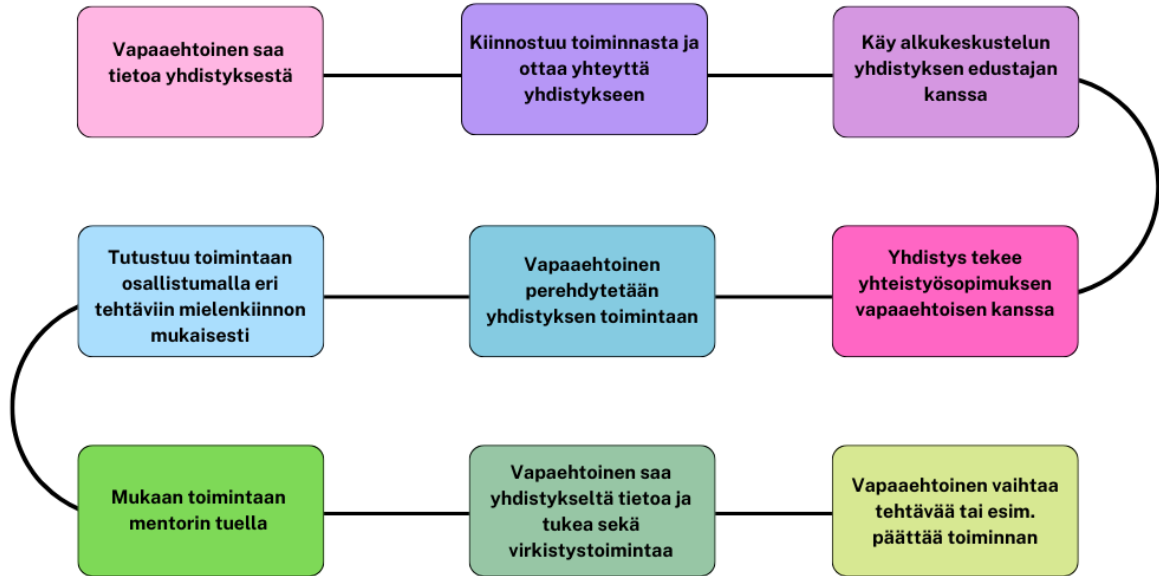
Vapaaehtoistyö on yleisesti hyvin inklusiivista eli kaikilla on aito mahdollisuus olla mukana omien resurssien mukaisesti vapaaehtoistoiminnassa huolimatta sukupuolesta, rodusta, iästä, sairaudesta, vammaisuudesta tai jostain muusta erityispiirteestä. (Rochester, Paine, Howlett, Zimmeck & Paine 2009, 17). Vapaaehtoistyön kenttä on laaja ja kaikille löytyy varmasti oma tapansa tehdä vapaaehtoistyötä. Omien kokemusten pohjalta vapaaehtoistointaan on helppo lähteä mukaan sillä toimintaan voi alkuun tutustua ja kokeilla, jonka jälkeen voi suunnitella sitoutumista toimintaan yhdessä yhdistyksen edustajan kanssa.

Mielestäni vapaaehtoistyön mahdollisuudet ovat moninaiset ja mahdollisuuksia tehdä vapaaehtoistyötä omin ehdoin on paljon. Vapaaehtoistyö mielletään monesti kasvokkain tapahtuvaksi ihmisten kohtaamista vaativaksi työksi mutta näin ei tarvitse aina olla. Kaikille ihmisten kohtaaminen ei ole mieleinen tapa toteuttaa vapaaehtoistyötä vaan toivotaan mahdollisuutta tehdä itselleen merkityksellisiä asioita esimerkiksi verkon välityksellä. Omien kokemusten mukaan tällä hetkellä viestintä nostaa merkitystään yhdistystoiminnassa ja se antaakin hyvän mahdollisuuden toteuttaa vapaaehtoistyötä verkossa.

Kuviossa 2 avaan tarkemmin Aktiivinen synnytys ry:n vapaaehtoisen polkua. Vapaaehtoistyöhön mukaan lähteminen on aina oma yksilöllinen prosessi, joka mukautuu toimijan ja vapaaehtoisen näköiseksi. Jokainen vapaaehtoinen kuitenkin käy läpi vapaaehtoisen polun, johon kuuluu erilaisia vaiheita aloituksesta toiminnan lopettamiseen. Kuviossa 2 olevaa vapaaehtoisen polkua voisi käyttää hyvin osana vapaaehtoisten perehdyttämisenä visuaalisen oppimisen tueksi.



Vapaaehtoisen polku



Kuvio 2: Vapaaehtoisen polku Aktiivinen synnytys ry:ssä. Muokattu Aktiivinen synnytys ry:n tarpeiden mukaiseksi (Suomen Punainen risti 2022.)

3.3 Vertaistuki

Vertaistuki terminä on melko uusi, noin 20 vuotta vanha. Aiemmin vastaava toiminta tunnettiin nimellä oma-apu. Oma-apuryhmät rantautuivat Suomeen 1940-luvun loppupuolella AA-ryhmätoiminnan muodossa. Ensimmäiset kirjaukset modernista oma-apuryhmistä löytyy 1930-luvun keskivaiheilta Yhdysvalloista. Vertaistuki on toimintaa, jossa saman kokeneet tai samalaisessa tilanteessa olevat saavat toisiltaan tukea. Ihmisiä voi yhdistää esimerkiksi elämäntilanteet, sairastuminen ja kriisitilanteet. Vertaistukitilanteeseen ei tarvita aina kriisiä tai sairastumista vaan vertaistukea voi tarjota myös esimerkiksi opiskelijat toisilleen. (Mikkonen & Saarinen 2018, 20–21.) Vertaisen kohtaaminen on vuorovaikutustilanne, jossa yksi tai useampi ihminen kokoontuu yhteisen teeman äärelle. Vertaisuus on vertaistukitoiminnan ydin ja toimintaan tarjotaan yleensä koulutustoimintaa organisoivan tahon puolesta. (Vienonen 2021, 35.)

Yhteisöllisyys ja yhteisöt ovat olleet vahva osa ihmiskuntaa kautta aikojen, tosin muutosta on tapahtunut modernin yhteiskunnan vaatimusten takia. Ennen vanhaan ihmiset olivat tiiviisti osana yhteisöä. Yhteisö muodostui usein perheestä, sukulaisista ja naapureista. Nykyään yhteisöt muodostuvat luonnollisemmin työpaikoilla ja harrastuksissa. Perheet saattavat asua kaukana ja elämä saattaa olla hyvin yksinäistä. Yhteisöllisyyden ja vertaistuen tarpeeseen moni on saanut vastauksen vertaistukiryhmistä. Vertaistukiryhmät tarjoavat usein tukea tiettyyn aihepiiriin tai elämänvaiheeseen. Aiemmin perhe ja ympäröivä yhteisö on tarjonnut tietoa ja tukea esimerkiksi vanhemmuuteen. Yhdistykset ovat huomanneet vertaistuen merkityksen ja ovat jo vuosien ajan tarjonneet vertaistukea eri muodoissa. (Grönlund 2018, 8.)

Aktiivinen synnytys ry:n vapaaehtoiset tarjoavat vertaistukea perhesuunnittelun, vanhemmuuden ja pikkulapsiajan eri vaiheissa. Joskus tiedon ja tuen saaminen sosiaali- ja terveystalveista ei ole riittävää vaan tueksi halutaan vertaistukija. (Aktiivinen synnytys ry 2022.) Vertaistukija voi parhaassa tapauksessa tarjota turvallisen tilan vertaistukea hakevalle ja antaa hänelle mahdollisuus tulla kuulluksi ja ymmärretyksi. Vertaistuki tarjoaa paljon mutta se ei ole välttämättä paras ratkaisu eikä se aina sovi kaikkiin tilanteisiin vertaistuki eikä se korvaa ammattilaisen tarjoamaa tietoa ja tukea. Vertaistuki antaa eniten silloin kun tuettava on itse valmis ottamaan vertaistukea vastaan ja ideaali tilanne olisi se, että henkilö itse hakeutuu vertaistuen pariin (Mikkonen & Saarinen 2018, 135, 137.)

Vertaisuus pohjautuu vapaaehtoisuuteen jakaa omaa kokemusta muiden kanssa, jotta toisien on mahdollisesti helpompaa sopeutua vastaavassa tilanteessa omaan kokemukseen. Luottamuksellisuus on vahvasti läsnä, kun puhutaan vertaistuesta. On tärkeää luoda turvallinen tila, jossa tuntee itsensä turvallisiksi, jotta voi jakaa oman kokemuksensa muiden kanssa. Luottamuksen luomista helpottaa tieto siitä, että tuen tarjoaja on hakeutunut vertaistuen piiriin vastaavanlaisen kokemuksen takia. Vertaistukea voidaan hyödyntää omaan henkiseen kasvuun tai esimerkiksi uudenlaisen tilanteen ymmärtämiseen toisen kokemuksen kautta. (Mikkonen & Saarinen 2018, 20–21.)

Vertaistukea voi tarjota monin eri tavoin tukea hakevalle. Tyypillisiä vertaistukitilanteita on esimerkiksi vertaistulelliset keskusteluryhmät mutta vertaistukea voi tarjota myös toiminnallisten tapaamisten muodossa kuten harrastustilanteet. Vertaistukea voi siis hakea keskusteluista saman kokeneen kanssa tai vertaisena yhdessä tehden, jolloin kokemuksesta puhuminen ei ole keskiössä vaan yhdessä tekeminen. (THL 2022.)

3.4 Vapaaehtoisten johtaminen

Vapaaehtoisten hyvä johtaminen on merkityksellistä vapaaehtoisten hyvinvoinnin ja yhdistyksen toimivuuden kannalta. Vapaaehtoisten johtamista toteutetaan monin eritavoin ja tärkeintä onkin löytää oman yhdistyksen tarpeiden mukainen tapa johtaa vapaaehtoisia. Usein vapaaehtoisten johtaminen tapahtuu kollektiivisesti eli johtaminen jakautuu yhdistyksen eri vastuukilöille. Tämän tyyppinen johtamisen malli on yleinen esimerkiksi yhdistyksissä, joissa ei ole palkattuja työntekijöitä. Valitettavasti kollektiivista johtamista ei aina nähdä varsinaisesti johtamistyylinä ja ryhmän jäsenet eivät välttämättä tiedosta rooliaan tai vastuuta vapaaehtoisten johtamisessa. Toiminnan kehittämisen kannalta olisikin tärkeää tehdä selväksi vapaaehtoisten parissa työskentelevien roolitus. (Kuuluvainen 2015, 13–15).

Vaikka edellisessä kappaleessa kerrotaan vapaaehtoisten johtamisen merkityksestä, tulee myös vapaaehtoisilla olla aito mahdollisuus vaikuttaa toimintaan. Johtaminen tulisi siis tapahtua yhdessä ideoiden ja suunnitellen eikä vain ylhäältä alaspäin sanellen. Vapaaehtoisten johtamisessa on tärkeää luottaa vapaaehtoisiin. Molemminpuolista luottamusta lisää riittävä perehdytys ja vapaaehtoistyön aloituksen yhteydessä tehty sopimus yhdistyksen ja vapaaehtoisen välillä. (Karreinen, Halonen & Tennilä 2010, 95.)

Vapaaehtoisten johtamisessa ja motivoinnissa usein hyödynnetään positiivisen johtamisen menetelmiä. Positiivinen johtaminen on suuntaus, jossa kohdataan arvostavasti, yksilölliset vahvuudet huomioiden, rehellisesti ja aidosti. Toiminnan läpinäkyvyys sitouttaa paremmin toimintaan ja lisää vapaaehtoisten me-henkeä. Vapaaehtoisia johtava henkilö voi omalla toiminnallaan mahdollistaa turvallisen tilan tuoda omat vahvuudet esille, joka taas lisää vapaaehtoisen sisäistä motivaatiota. (Luukkanen 2022, 141-142.)

Yhdistyksissä, joissa ei ole palkattua henkilökuntaa sitoutuvat vapaaehtoiset toimintaan laajasti osallistuen läpileikkaavasti useisiin eri toimintoihin. Vapaaehtoiset voivat olla suunnittelemassa ja organisoimassa toimintaa mutta samalla osa ryhmää, joka toteuttaa toimintaa ruohonjuuritasolla. Pitkään toiminnassa mukana olleilla on usein laajasti tietoa toiminnasta, jota ei välttämättä ole kirjattu ylös eli niin sanottua hiljaista tietoa. Vapaaehtoisten sitouttaminen olisikin erityisen tärkeää niissä yhdistyksissä, joissa ei ole palkattua henkilökuntaa koska toimijoiden vaihduttua moni tärkeä tieto voi hävitä toimijan mukana. (Kuuluvainen 2015, 49.)

Vaihtuvuus on toki luonnollista ja osa yhdistystoimintaa mutta on tärkeää saada vapaaehtoinen tuntemaan toiminnan omakseen, jotta he tuntevat merkitykselliseksi siirtää oman arvokkaan

tietonsa eteenpäin heidän seuraajalleen. Sitoutumista yhdistyksen toimintaan edistää yhdistyksen selkeä ja johdonmukainen toiminta, toiminnan läpinäkyvyys ja aito mahdollisuus olla osallisena. Halu toimia itselleen tärkeän asian puolesta ja tarve olla osa yhteisöä, on usein vapaaehtoisen motiivi yhdistystoimintaan mukaan lähtemiseen. Yhdessä tekeminen ja me hengessä mukana oleminen lisää vapaaehtoisen sitoutumista mukaan toimintaa. (Kuuluvainen 2015, 50.)

3.5 Perehdyttäminen

Perehdyttäminen tarkoittaa niitä toimenpiteitä ja toimintamalleja, jotka tukevat uuden työntekijän toimintaan sopeutumista. Hyvän perehdytyksen tarkoituksena on tarjota uutta oppivalle mahdollisimman hyvä tietotaito ja luoda luottamusta omaan osaamiseen. Laadukkaan perehdyttämisen takana on yhdistyksen toiminnan tunteva henkilö. (Kupias & Peltola 2009, 86.)

Perehdyttämisen onnistumisen kannalta merkityksellistä on tarpeeksi laaja perehdytys kokonaisuus, jossa käydään toimintaan liittyvät olennaisimmat asiat läpi yhdessä yhdistyksen edustajan kanssa. Onnistuneen perehdyttämisen tuloksena perehdyttäjä mahdollistaa uuden työntekijän itsenäisen toiminnan. Perehdyttäjän rooli muuttuu perehdytyksen jälkeen enemmänkin kollegaksi tai mentoriksi. Vaikka yhdistyksellä olisi laadukas ja huolella mietitty perehdytyskokonaisuus on tärkeää, että perehdyttäjä itse on osaava ja ymmärtää laadukkaan perehdyttämisen merkityksen. (Kupias & Peltola 2009, 139-140.)

Vapaaehtoisten tiedon ja taidon tunnustaminen on tärkeä osa järjestöjen kehityksen kannalta, koska usein vapaaehtoiset koostuvat moniammatillisesta verkostosta, joilla on vahva osaaminen monenlaisesta työstä. Tämän lisäksi vapaaehtoisilla saattaa olla kokemusta useissa yhdistyksissä toimimisesta, joten ideoita ja kokemusta voi olla hyvin paljon. Vapaaehtoisten osaamisen valjastaminen järjestön toiminnan edistämiseen toimii yhdistyksen kehityksen eduksi ja korostaa järjestön ulkopuolisille toimijoille asiantuntijuutta ja osaamista. (Pakanen 2018, 91.)

Jotta osaaminen voidaan todentaa, on olennaista tunnistaa osaaminen. Osaamisen tunnistamista voidaan tehdä esimerkiksi vapaaehtoisten haastatteluilla ja yhteisillä workshoppeilla. Yhteisöllisyyden luominen luo luottamusta vapaaehtoisten keskuuteen ja lisää omistajuuden tunnetta. Omistajuuden tunteen luominen on tärkeää koska se sitouttaa vapaaehtoista pidemmäksi aikaa osaksi toimintaa. Osaamisen valjastamisen prosessi tulee tarkasti dokumentoida, jotta osaaminen pystytään ottamaan jatkuvaksi osaksi toimintaa. (Pakanen 2018, 93.)

Perehdytyksen tarkoituksena on antaa vapaaehtoiselle tarvittava tieto järjestön toiminnasta ja vapaaehtoisen roolista järjestössä. Tyytyväinen vapaaehtoinen on tärkeä osa hyvää ja toimivaa järjestöä. (Vihinniemi 2020, Kappale Vapaaehtoisten tukeminen, koulutus ja kiittäminen). Oman kokemuksen mukaan vapaaehtoiset toimivat ikään kuin käyntikorttina ulkopuolisille. Vapaaehtoiset kertovat kokemuksistaan ihmisille ja jos toiminta on laadukasta positiiviset kokemukset voivat houkutella uusia ihmisiä mukaan toimintaan. Hyvinvoiva vapaaehtoinen on merkki hyvinvoivasta yhdistyksestä.

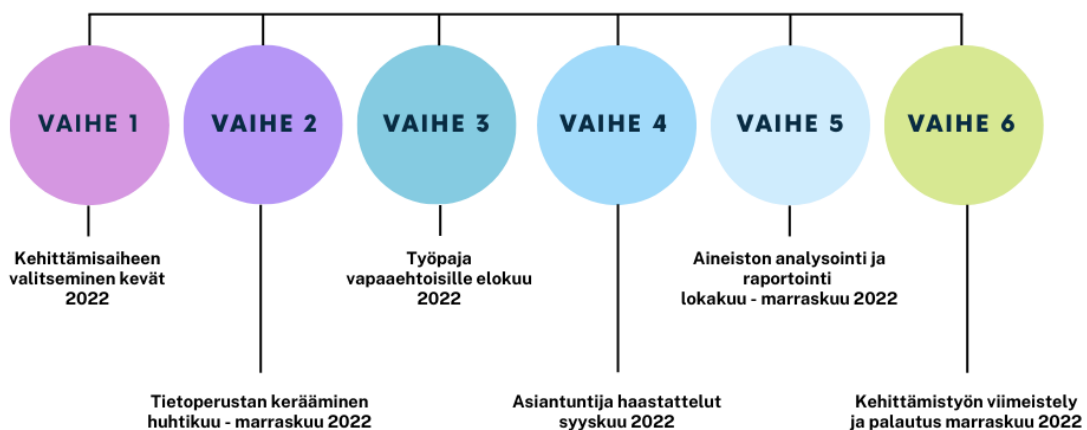
4 KEHITTÄMISTYÖN MENETELMÄT

Kehittämistyöni on toiminnallinen ja laadullinen tutkimus. Mahdollisimman laajan kuvan aiheesta saadakseni valitsin kehittämistyön menetelmiksi benchmarkauksen, johon sisältyi asiantuntijoiden haastattelut ja useiden yhdistysten verkkosivujen tutustuminen sekä yhteiskehittämisen yhdistyksen vapaaehtoisten kanssa järjestämällä aivoriihityöpajan.

4.1 Miten ongelmaa on tutkittu

Oma kokemukseni Aktiivinen synnytys ry:n vapaaehtoisena mahdollisti minulle työyhteisölähtöisen kehittämistyön aiheen. Kokemuksieni ja havaintojeni perusteella tunnistin tarpeen kehittämistyölle, jonka näkökulmaa rajasin yhdessä Aktiivinen synnytys ry:n hallituksen kanssa. Jotta kehittämistyön tulokset ovat tarpeeksi luotettavat hyödynsin benchmarking menetelmää, tutustumalla eri yhdistysten toimintaan verkkosivujen ja haastatteluiden kautta.

Kehittämistyö alussa luotu alustava aikataulu oli realistinen ja aikataulussa oli huomioitu prosessissa mukana olevien aikataulut. Hyvän aikataulun luominen on merkittävä osa onnistunutta kehittämistyön prosessia. Alussa asetettua aikataulua tavoittelemalla asettaa itselleen rungon prosessille, joka ohjaa työtä eteenpäin. (Hakala 2022, 65) Prosessi alkoi keväällä 2022 kun valitsin kehittämisasiheen ja tein yhteistyösopimuksen tilaajan sekä oppilaitoksen kanssa. Kuviossa kolme kerron opinnäytetyön prosessin aikataulusta ja etenemisvaiheista.



Kuvio 3: Kehittämistyön prosessi vaihe vaiheelta

4.2 Toiminnallinen ja laadullinen tutkimus

Opinnäytetyön lähestymistavaksi valitsin toiminnallisen sekä laadullisen tutkimuksen menetelmän. Valitsin molemmat menetelmät osaksi kehittämistyötä koska mielestäni ne tukevat toinen toisiaan ja sopivat kehittämistyöni aiheeseen sekä tavoitteeseen. Aloitin laadullisen tutkimuksen tekemisen kartoittamalla aihevaihtoehdot ja valitsin niistä itselle sopivimman aiheen muistaen kuitenkin työyhteisö lähtöisyyden. Aiheen valinnan jälkeen lähdin etsimään aiheeseen liittyvää kirjallisuutta ja laajentamaan tietoutta aiheesta. Vapaaehtois-toiminnan kehittäminen, perehdyttäminen ja vapaaehtoisten johtaminen ovat yleisiä teemoja järjestöalalla, joten kirjallisuutta löytyi melko hyvin.

Tämän jälkeen valitsin kehittämistyötäni parhaiten tukevat menetelmät eli benchmarkkauksen jota hyödynsin haastatteluissa ja aivoriihityöpajan. Aineiston keruun jälkeen aloin analysoidaan aineistoa. Aineistoa analysoin jakamalla aineiston teemoittain, josta lähdin koostamaan yhteenvetoa. Yhteenveto toimii tämän opinnäytetyön runkona ja suunnan näyttäjänä. Aineistoista nousseiden tulosten perusteella koostin kehittämissuositukset Aktiivinen synnytyks ry:lle.

Laadullinen tutkimus on prosessi, jossa työn tutkija toimii aineistonkeruun lähteenä, joten teemat ja suuntaukset tulevat paljolti tutkijan omien mielenkiinnonkohteiden mukaisesti. Tutkimuskysymys ei välttämättä ole selkeä prosessin alussa vaan se kirkastuu prosessin edetessä. Laadullista tutkimusta voisikin kuvailla tutkijan oppimismatkana, joka alkaa aiheen päättämisestä ja päättyy kirjallisen tuotoksen palautukseen. Tutkija tutustuu aiheeseen ja kerää aineistoa eri menetelmiä hyödyntäen. Laadullinen tutkimus on joustava menetelmä lähteä lähestymään tutkittavaa teemaa. (Kiviniemi 2018, 73.)

Toiminnallista tutkimusta voisi kuvata prosessiksi, jonka aikana tutkija kehittää omaa osaamistaan kohti asiantuntijuutta. Toiminnallisessa tutkimuksessa on tarkoitus toteuttaa konkreettinen tuotos työyhteisölle, jonka lisäksi kehittämistyöntekijä raportoi työn tuloksista sekä kertoo kehittämissuositukset. Raportti, kehittämissuositukset ja tuotos yhdessä tarjoavat tarvittavan tiedon työn tilaajalle. (Kostamo & Airaksinen ja Vilkkä 2022, 10-11.)

4.3 Aivoriihityöpaja

Vapaaehtoisille järjestetyssä aivoriihityöpajassa toimin niin sanotussa kaksoisroolissa. Toimin työpajan fasilitaattorina sekä osallistuin työpajaan vapaaehtoisena roolissa. Roolien erottelu työpajassa onnistui mielestäni hyvin koska työpajan ohjeistuksen sekä havaintojen kirjaamisen hoidin fasilitaattorin roolista ja vapaaehtoisena osallistuin yleiseen keskusteluun aiheesta.

Työpajan tavoitteena on luoda tila vapaalle ja turvalliselle tilalle ideoida, ilman kritiikkiä tai huolta toisten mielipiteistä. Onnistunut työpaja mahdollistaa eri näkökulmien esiin tuleminen ja erilaiset kokemukset saadaan jatkojalostettua tulevaan toimintaan. Jotta työpaja on aidosti avoin ja turvallinen on työpajan fasilitaattori rooli tärkeä. Fasilitaattorin tulee pitää huoli siitä, että kaikilla osallistujilla on aito mahdollisuus tuoda omat ajatukset ja mielipiteet esille. Työpajaa varten kutsuttu ryhmä toimii työpajan asiantuntijoina ja fasilitaattorin rooli on pitää huoli, että kaikki ideat saavat tasapuolisen huomion (Summa & Tuominen 2009, 9.)

Ideointi on tarkoitus tapahtua reippaassa tahdissa ja hulluillekin ideoille annetaan mahdollisuus. Ajatukset ja ideat kirjataan heti kaikkien nähtäväksi eri menetelmiä hyödyntäen esimerkiksi teknisiä ohjelmia. Fasilitaattori myös pitää huolen siitä, että ajatukset ja ideat kirjataan ylös. (Kuokkanen, Myllyviita, Rosengren, Törrönen & Iso-Markku 2018, 42.)

Vaikka innovoivassa työpajassa on tarkoitus ideoita nopeasti se ei poissulje arvostavan lähestymistavan hyödyntämistä. Arvostava lähestymistapa on suuntaus, jota voidaan hyödyntää etenkin silloin kun on tarkoitus kehittää yhteisön toimintaa. Suuntauksessa pyritään keskittymään jo onnistuneisiin asioihin mutta tarkastelemalla rakentavasti kehittämiskohteita. Kun lähestytään toiminnan kehittämistä positiivisen ja rakentavan ajattelun kautta se motivoi osallistujia sitoutumaan toimintaan. (Summa & Tuominen 2009, 11.) Työpajan tarkoitus on yhteisöllisesti pohtia toimintaa ja kehittää sitä yhdessä toimivammaksi.

Työpaja yhdistyksen vapaaehtoisten kanssa, jossa yhdessä kartoitetaan toiminnan kehittämistarpeita. Työpaja pidettiin verkossa koska toiminta on valtakunnallista, niin halusin tarjota osallistumismahdollisuuden mahdollisimman monelle. Työpajan menetelmät ovat osallistavat ja osallistujien erityistarpeet huomioivat. Työpajoissa noudatetaan turvallisemman tilanperiaatteita. Toteutan mahdollisuuksien mukaan tiiviin anonyymin kyselyn vapaaehtoisille ja/tai yhdistyksen jäsenille liittyen yhdistyksen toiminnan kehittämiseen vapaaehtoistoiminnan näkökulmasta.

Valitsin aivoriihityöpajan aineistonkeruumenetelmäksi, koska halusin osallistaa Aktiivinen synnytys ry:n vapaaehtoisia kehittämistyöhön. Monet yhdistyksen vapaaehtoiset ovat olleet toiminnassa mukana jo vuosia ja heidän tietotaitonsa on korvaamattoman arvokasta toiminnan kehittämisen näkökulmasta.

Ensimmäinen työpaja toteutettiin etäyhteyksillä Zoomissa ja sen aikana hyödynnettiin Jamboard-ohjelmaa osallistavana menetelmänä. Jamboard-ohjelma mahdollistaa osallistujien kirjata nimettömänä omia ajatuksiaan kaikille näkyvään virtuaaliseen valkotauluun esimerkiksi muistilapuilla. Työpajaan osallistui viisi yhdistyksen vapaaehtoista, joista kaksi oli hallituksen ulkopuolisia. Työpajan aluksi kerroin lyhyesti opinnäytetyöstä ja siitä miksi työpaja on järjestetty. Kerroin myös osallistujille, että hyödynnän työpajan aikana keräämiäni tietoja opinnäytetyössä. Työpajan tarkoituksena oli kartoittaa yhdistyksen vapaaehtoisten näkökulmasta yhdistyksen toiminnan onnistumisia ja haasteita vapaaehtoistoiminnan näkökulmasta.

4.4 Benchmarking

Benchmarking eli vertaiskehittäminen tarkoittaa eri yhteisöjen, toimijoiden tai organisaatioiden toimintaan tutustumista. Benchmarking menetelmää hyödyntäen voi selvittää eri toimijoiden toimintamallien toimivuutta tai toimimattomuutta. Toisten toimintaan tutustuminen mahdollistaa oman toiminnan tarkastelun laajempaa näkökulmaa hyödyntäen. Benchmarking menetelmä vaatii kunnollisen perehtymisen toimijan toimintaan, jotta menetelmän tulokset ovat mahdollisimman realistiset. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2014, 186.)

Benchmarkkausta voi tehdä myös ilman haastatteluja eli tutustua toimijoiden julkaisuihin toimintamalleihin ja materiaaleihin. Tutustuin usean eri yhdistyksen verkossa julkaistuihin perehdytysoppaisiin, joista poimin ideoita tilaajalle toteutettavaan oppaaseen. Benchmarkkaus eli vertaiskehittäminen mahdollistaa toisiin toimijoihin tutustumisen oman toiminnan kehittämistä varten. Vertaiskehittäminen ei ole toisen toiminnan kopioimista vaan toimivien ideoiden jatkojalostamista omaan toimintaan. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2014, 186, 187.)

4.5 Haastattelu

Haastattelu on hyvä tapa saada selville mitä ihminen tietää ja ajattelee aiheesta. Haastattelu on joustavaa vuoropuhelua ihmisten välillä, joka mahdollistaa tiedon keruun aiheen asiantuntijalta. Haastatteluihin on hyvä valmistautua kunnolla tutustumalla haastateltavan taustatahoon ja pohjaamalla kysymykset teoriaan ja siitä nousseisiin kysymyksiin. Kysymykset voivat nousta esille

myös tutkimustyötä tekevän kokemusten pohjalta. Kysymykset on hyvä lähettää ennakkoon haastateltavalle, jotta haastatteluun ehtii rauhassa valmistautua. Vaikka kysymykset toimittavatkin ennakkoon voi tarkentavia kysymyksiä esittää haastattelun aikana. (Pitkäranta 2014, 62–63.)

Valitsin haastattelun menetelmäksi, koska tarvitsin tarkempaa tietoa valitsemistani yhdistyksistä, joihin perehdyin löytämieni materiaalien perusteella. Kehittämistyön alussa tiesin, että yksi parhaiten palveleva menetelmä on haastattelut koska tunnistin aiheen yleisyyden. Vertaiskehittäminen yhdistyksen kehittämisessä on toimiva ratkaisu etenkin, kun kyseessä on pieni yhdistys, jolla ei ole resursseja palkata kehittämistyötä varten ulkopuolista henkilöä. Haastattelut toteutettiin noudattaen teemallisen haastattelun menetelmiä. Haastattelun teemat ja kysymykset nousivat esiin kehittämistyön aikana.

Vertaiskehittämistä varten haastattelin kahden yhdistyksen edustajaa, joiden toimintaan kuuluu vapaaehtoisten koordinointi ja osa vapaaehtoisista toimii myös vertaistukijoina. Haastattelin Imetyksen tuki ry:n ja Äidit irti masennuksesta eli Äimä ry:n edustajia. Valitsin yhdistykset sen perusteella, että toiminnassa on yhteneväisyyksiä Aktiivinen synnytys ry:n toimintaan eli vapaaehtoiset toimivat vertaistuellisten ryhmien ohjaajina ja vertaistukijoina myös muita väyliä hyödyntäen.

4.6 Aineiston analyysimenetelmät ja eettisyys

Opinnäytetyötä tehdessä tulee noudattaa yleisiä hyviä tieteellisiä käytäntöjä, jotta työ olisi mahdollisimman luotettava. Työssä tulee huomioida lähdekriittisyys, yleinen huolellisuus ja tarkkuus aineiston käsittelyssä. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2022.) Läpi opinnäytetyön prosessin olen noudattanut hyviä tieteellisiä käytäntöjä. Kuten pyrin toimimaan eettisesti ja luotettavasti huomioiden mukana olevat henkilöt ja perehtymällä luotettaviin lähteisiin aiheeseen tutustuessani. Kehittämistyössä käyttämäni menetelmät perustuvat tutkittuun tietoon ja ovat tyyppillisiä menetelmiä opinnäytetyötä tehdessä. Haastatteluja ja benchmarkkausta tehdessä olen ennakkoon ilmoittanut osallistujille työn aiheen, miksi kutsun mukaan haastatteluun tai työpaajaan ja miten tuloksia käsitellään.

Olen saanut tutkimusluvan Aktiivinen synnytys ry:ltä 2.9.2022 yhdistyksen puheenjohtajalta. Haastatteluja varten lähetin ennakkoon kysymykset aiemmin tarkasteltavaksi ja vastasin yhdistykseltä tulleisiin kehittämistyöhön liittyviin tarkentaviin kysymyksiin. Haastattelun kysyin

luvan haastattelun tallentamiseen ja kerroin miten käsittelen tuloksia. Lupasin haastattelijalle, että hänen nimensä ei tule esiin haastatteluissa ja että en korosta vastauksissa taustahoa. Haastattelun litteroinnin tulen tuhoamaan kehittämistyön päätteeksi.

Opinnäytetyötä varten valitsemani kirjallisuus tukee kehittämistyön aihetta ja tarjoaa laajaan katselmuksen alaan. Ajankohtaista kirjallisuutta oli melko vaikea löytää käytettävissä olevista tietokannoista ja kirjastoista mutta verkossa olevaa ajankohtaista materiaalia löytyi runsaasti. Hyödynsin verkkolähteitä työssäni, jotta saan työtä varten tuoretta näkökulmaa.

5 TULOKSET

Tässä luvussa kerron tarkemmin aineiston keruun tuloksista. Haastatteluista ja työpajasta saadut tulokset olivat merkityksellisiä ja tukivat jo aiemmin havainnoituja kehittämisenkohteita.

Hyödynsin käsitekartta menetelmää kokonaisuuden hahmottamiseen visuaalisesti. Käsitekartta menetelmää voi hyödyntää esimerkiksi teeman esittelyyn, jäsentämiseen ja prosessin selventämiseen. Käsitekarttaa menetelmää lähestytään tunnistamaan ongelman ydin eli ydinkysymys. Tämän jälkeen lähdetään pohtimaan alakäsitteitä, joita yhdistellään nuolia ja viivoja hyödyntäen. (Pitkäranta 2014, 82, 86.) Käsitekartalla pystyy osoittamaan oman teoriansa ja huomionsa selkeästi, joka tukee auki kirjoitettuja huomioita. (Åhlberg 2018 ,57).

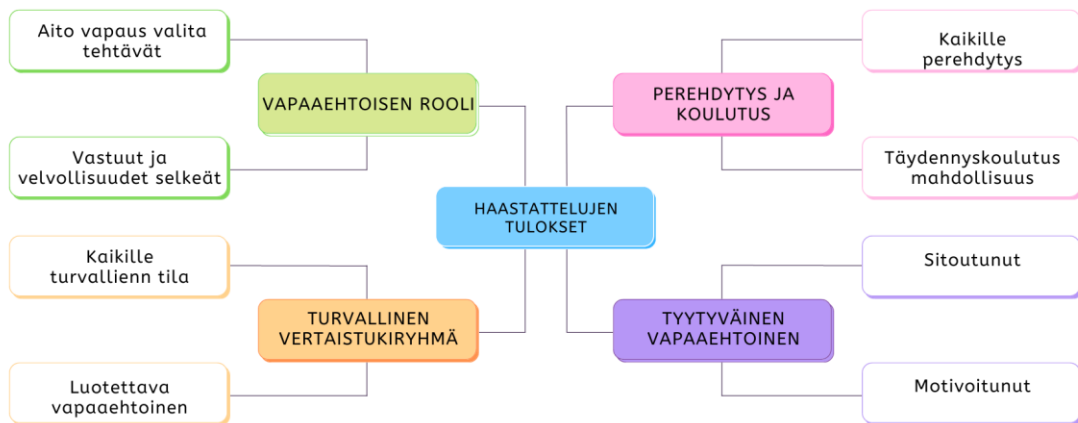
Haastattelujen pohjalta sain vahvistusta kehittämistyöni tarpeellisuudelle, koska haastateltavat nostivat esiin monia asioita, joita itsekin olin huomannut tehdessäni vapaaehtoistyötä tilaajalle. Haastattelut toteutettiin Zoomin välityksellä ja ne tallennettiin aineistoin analyysia varten. Haastattelut sisälsivät noin kymmenen teemallista kysymystä, joiden avulla pystyn edistämään kehittämistyötä. Aivoriihityöpajan tuottama aineisto antaa tarkemman kuvan Aktiivinen synnytys ry:n sisäisistä tarpeista ja toiveista kehittämistyötä kohtaan. Työpaja mahdollisti myös yhdistyksen kehittämisen innovoinnin ja se loi yhteisöllisyyden tunnetta vapaaehtoisissa.

Haastatteluja varten lähdin kartoittamaan erilaisia yhdistyksiä, jotka tarjoavat vertaistukitoimintaan vapaaehtoisten ohjaamana. Tilaajan kohderyhmä on synnyttäjät ja heidän perheensä sekä, ammattilaiset, joten yhdistyksiä valitessa huomioin myös aihealueen, jonka parissa yhdistys toimii. Valitsin haastateltaviksi yhdistyksiksi Äimä ry:n ja Imetyksen tuki ry:n, joista pääsin haastattelemaan vapaaehtoistyökoordinaattoreita. Molemmat haastateltaviksi valikoituneet yhdistyksen tukevat perheellisiä ihmisiä arjessa tarjoamalla tietoa ja vertaistukea.

Äimä ry:n tehtävänä on auttaa äitejä, jotka ovat sairastuneet joko raskauden aikana masennuksen oireisiin tai sitten synnytyksen jälkeen. Yhdistys tarjoaa vertaistukea saman kokeneilta sekä tietoa ja tukea. Yhdistyksen tarkoitus on lisätä tietoisuutta synnytyksen jälkeisestä masennuksesta ja vauva-ajan psykooseista. (Äimä ry 2022.) Imetyksen tuki ry puolestaan tukee odottavia vanhempia, pikkuvauva- ja pikkulapsi perheitä imetyksessä. Yhdistys tekee laajasti verkostotyötä esimerkiksi terveydenhuollon kanssa. (Imetyksen tuki ry 2022.) Molemmat yhdistykset saavat rahoitusta STEA:lta ja ovat vakiinnuttaneet toimintansa osaksi yhteiskuntaa osoittamalla vertaistuen merkityksen vaikutuksen. STEA rahoittaa monien yhdistysten ja hankkeiden toimintaa Suomessa.

Sosiaali- ja terveystieteiden avustuskeskus (STEA) on sosiaali- ja terveysministeriön yhteydessä toimiva valtionapuviranomainen. STEA vastaa sosiaali- ja terveysministeriön sosiaali- ja terveysalan järjestöille myönnettävien avustusten hakemuskäsittelystä, avustusehdotuksen valmistelusta ja avustusten maksamisesta. STEA myös valvoo avustusten käyttöä ja arvioi avustuksilla rahoitetun toiminnan tuloksia.

5.1 Haastattelun tulokset



Kuvio 4: Käsittekartta haastattelun tuloksista

Kuviossa 4 avaan haastattelun tuloksien pääteemoja. Haastatteluissa nousi esiin, että vertaistukiryhmän tarkoituksena on koota yhteen saman kokeneita, jotka ryhmän ohjaajan tuella ja lempeällä ohjauksella keskustelevat omista kokemuksistaan vanhemmuuteen liittyvissä teemoissa. Vertaistukiryhmien tarkoituksena on antaa tietoa ja tukea mutta myös antaa mahdollisuus oman kokemuksen jakamiselle turvallisessa tilassa. Turvallisen tilan luomisen merkitystä korostettiin haastatteluissa.

Turvallinen tila on tärkeää vertaistukiryhmässä koska aiheet ovat usein herkkiä ja saattavat herättää monenlaisia tunteita. Turvallisella tilalla tarkoitetaan yleistä ilmapiiriä, joka on kaikki mukaan ottava, salliva, hyväksyvä ja avoin. Onnistunut turvallinen tila mahdollistaa osallistujien luottamuksen lisääntymisen joka taas edes-auttaa vertaisuuden kokemuksen onnistumisen. (Seta 2022.)

Haastatteluissa nousi esille se, että kukin yhdistys määrittelee omalle toiminnalleen sopivat tavat toteuttaa vapaaehtoistoimintaa. Yhdistyksillä voi olla monenlaisia tehtäviä tarjolla vapaaehtoisille kuten vertaistukija, erilaisia vastuutehtäviä tai vaikka hallituksen jäsenyys. Jokaisella vapaaehtoisella tulisi olla aito mahdollisuus valita itse haluamansa vapaaehtoistehtävä yhdessä vapaaehtoistyönkoordinaattorin tuella. Tehtävää valittaessa on tärkeää, että vapaaehtoinen on saanut perehdytyksen ja mahdollisesti koulutuksen yhdistyksen vapaaehtoisena toimimiseen, jotta vapaaehtoisella on tarvittava tieto tehtävää valitessa.

Haastatteluissa tuotiin esille vapaaehtoisten merkitys toiminnassa. Vapaaehtoiset ovat tärkeä osa yhdistyksen toimintaa ja haastattelijoiden edustamissa yhdistyksissä vapaaehtoiset toimivat hyvin itsenäisesti organisoiden oman paikkakunnan toimintaa. Itsenäisyydestä huolimatta yhdistykset tarjoavat tukea vapaaehtoisille. Vapaaehtoisille tieto siitä, että tukea on tarjolla, luo turvaa ja rohkeutta toteuttaa toimintaa. Tieto taustatuesta on jo monesti riittävää eikä välttämättä toiminnan organisointiin tarvita tukea.

Haastatteluissa nousi ilmi koronapandemian vaikutukset vapaaehtoisten motivaatioon. Pandemian takia yhdistysten toiminta oli tauolla tai toimintaa oli vain verkossa. Useat vapaaehtoiset siirtyivät tarjoamaan vertaistukea verkossa mutta osalle vapaaehtoisista kyseinen tukimuoto ei tuntunut luontevalta, joten he jäivät tauolle pitkäksi aikaa. Vapaaehtoisten motivointi etenkin pitkän tauon jälkeen voi olla haastavaa ja motivointi voi vaatia paljon työntekijältä.

Haastatteluissa nostettiin esille viestinnän merkitys vapaaehtoisille. Haastateltavat kertoivat pitävänsä yhteyttä vapaaehtoisin useita eri kanavia hyödyntäen esimerkiksi sähköpostilistat, Whatsapp ja Facebook ryhmät. Yksi viestintäkanava ei toimi kaikille, joten yhteyttä on pidettävä useiden kanavien kautta, vaikka se tuottaakin lisätyötä vapaaehtoistenkoordinaattorille. Yleisimmät vapaaehtoistoiminnassa tulevat ongelmatilanteet johtuvat siitä, että vapaaehtoisella ei ole ollut tarvittavaa tietoa toiminnan tueksi.

On siis tärkeää pitää huolta, että kaikilla vapaaehtoisilla on yhteystiedot ajan tasalla ja yhdistyksellä on jokin väylä tavoittaa vapaaehtoinen. Tärkeää on viestiä yhdistyksen toiminnasta ja mahdollisista muutoksista vapaaehtoisille mutta on myös tärkeää, että etenkin samalla paikkakunnalla toimivat vapaaehtoiset pitävät yhteyttä toisiinsa ja varmistavat tiedon kulun myös sitä kautta.

Toinen haastateltavista kertoi, että yhdistyksen työntekijät jalkautuvat vierailemaan eri paikkakunnilla tapaamassa vapaaehtoisia. Kasvokkain tapahtuva tapaaminen yhdistyksen työntekijän

kanssa voi motivoida tauolla olleita vapaaehtoisia takaisin mukaan toimintaan paremmin kuin esimerkiksi sosiaalisen median kautta tapahtuva innostaminen.

Halusimme mennä itse kyläilemään paikkakunnille, niin me sitten jalkaudumme eri puolille Suomea tutustumaan eri paikkakuntien toimintaan. Yritetään olla niin kuin tuttuja täältä toimiston puolelta, että vapaaehtoisilla olisi helppo lähestyä meitä. (H1 2022.)

Molemmat haastateltavat kertoivat yhdistyksen tarjoavansa tukea ongelmatilanteissa vapaaehtoisille sitä heidän toivoessa. Toisella yhdistyksistä on mahdollista saada työnohjausta ulkopuoliselta taholta ja toinen yhdistys tarjoaa mahdollisuuden keskustella työntekijöiden kanssa ongelma tilanteissa. Mielestäni on tärkeää tarjota vapaaehtoisille tukea tarvittaessa koska monet vapaaehtoistehvät tapahtuvat ihmisten kanssa, joissa voi kohdata haastavia tilanteita, jotka tarvitsevat tilanteen purkua ulkopuolisen kanssa.

Haastateltavat korostivat perehdytyksen merkitystä vapaaehtoisille. Jotta vapaaehtoistoiminta olisi laadukasta ja turvallista kaikille on tärkeää, että vapaaehtoiset perehdytetään toimintaan. Mielestäni vapaaehtoisten kouluttaminen on myös tärkeää vapaaehtoisten kehittymisen, yhdistyksen ammatillisuuden ja luotettavuuden kannalta mutta tässä työssä käsittelen perehdytyksen näkökulmaa.

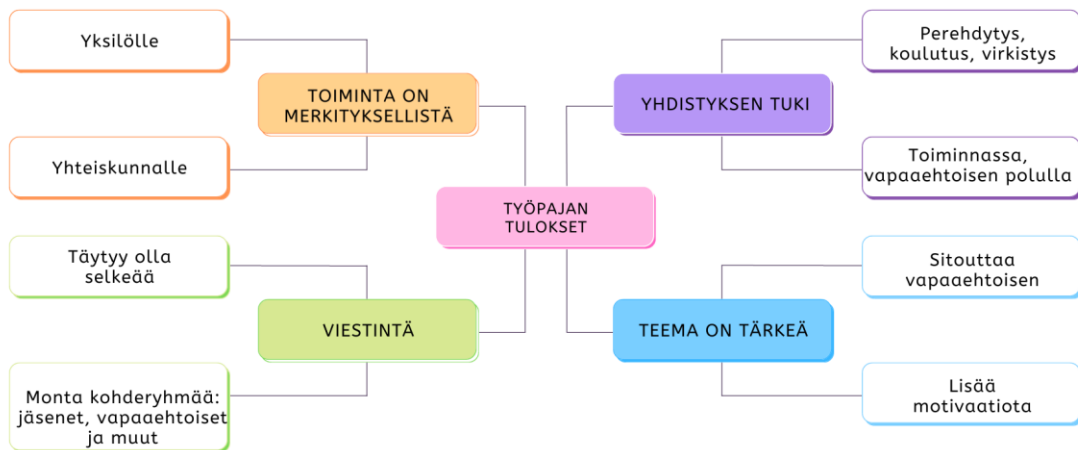
Perehdytys on merkityksellinen osa vapaaehtoisen polkua. Haastatteluiden pohjalta nousi esille perehdytyksen tärkeys ja sen merkitys, jotta molemmat osapuolet ovat tietoisia siitä minkälaiseen toimintaan ovat sitoutumassa. Yhdistyksen kannalta perehdyttäminen luo luottamuksellisen suhteen vapaaehtoiseen ja tämän taitoihin toimia osana yhdistystä. Toisaalta taas vapaaehtoisen osalta perehdytyksellä taataan tarpeeksi hyvä tietopohja ja ymmärrys tehtävän vaatimuksista.

Haastatteluissa nostettiin esille, että vapaaehtoisten perehdyttämisen ja mahdollisen peruskoulutuksen jälkeen on hyvä tarjota säännöllisesti lisäkoulutus mahdollisuuksia. Molemmat haastateltavat nostivat esille perehdyttämisen myötä tulevan molemmin puolin vahvistuvan luottamuksen. Haastatteluun osallistuneet vapaaehtosityönkoordinaattorit kertoivat esimerkkejä siitä mikä on parasta vapaaehtoisten kanssa työskentelyssä ja molemmat haastateltavat nostivat esiin sen, että he tiedostavat vapaaehtoistyön merkityksen ja haluavat edistää vapaaehtoistyötä omalla toiminnallaan.

Musta on hienoa mahdollistaa tilaisuus vapaaehtoistyölle etenkin, kun tietää kuinka vaikuttavaa vapaaehtoisuutta on. (H2 2022).

Parasta vapaaehtoistenkoordinoinnissa on ihmiset ja niiden kohtaaminen. Se että pystyy tukemaan vapaaehtoisia tekemään niiden töitä. Se että voi auttaa auttajia, jotta ne on hyvissä voimissa auttamistilannetta varten. (H1 2022).

5.2 Työpajan tulokset



Kuvio 5: Työpajan tulokset käsitekartta

Työpajassa nousi esiin monenlaisia ajatuksia toiminnasta ja sen kehittämisestä. Työpajan edessä huomasin, että useilla työpajaan osallistuneilla oli hyvin samankaltaisia ajatuksia toiminnasta. Kuviossa 5 kuvaan työpajan tuloksia, joissa pääteemoiksi nousi yhdistyksen tuki, teeman tärkeys, viestinnän merkitys ja toiminnan merkityksellisyys.

Työpajassa käytyjen keskusteluiden perusteella monet ovat mukana toiminnassa koska kokevat toiminnan merkitykselliseksi ja eivät halua, että toiminta päättyy. Toiminnassa mukana oleminen saatettiin tuntea myös velvollisuutena koska muitakaan toimintaan mukaan halunneita ei ollut. Yksi osallistujista nosti esille yhdistyksen haavoittuvuuden koska yhdistyksessä ei ole työntekijöitä ja monet vapaaehtoiset tekevät vaativia tehtäviä oman arjen ohella. Keskusteluissa nousi myös ilmi vapaaehtoisten halu vaikuttaa aisoihin ja olla mukana osa synnytyskulttuurin muutosta. Yhdistyksen toiminta ja tema on vapaaehtoisille tärkeä, jonka takia toiminnassa halutaan olla mukana, vaikka aihe ei ole enää ajankohtainen.

Työpajassa käydyissä keskusteluissa nousi esille vapaaehtoisten tarvitsema tuki yhdistykseltä ja sen puutteellisuus. Vapaaehtoiset tarvitsisivat enemmän tukea toiminnan käynnistämiseen omalla paikkakunnalla ja vertaistukitapaamisten markkinointiin. Haaste saada uusia vapaaehtoisia mukaan toimintaan on ollut ongelma jo vuosien ajan. Monet yhdistyksen vastuutehtävissä

toimivista vapaaehtoisista on vastuussa useista eri osa-alueista, joka tekee vapaaehtoistyöstä raskasta.

Yhdistyksen jäsenlehti Sydänääni sai työpajassa paljon kehuja laadukkuudesta ja ammatillisesta toiminnasta. Sydänääni-lehden hyvään laatuun vaikuttaa varmasti se, että taittajalle ja päätoimittajalle maksetaan työstä palkkiot. Vaikka korona pandemia haastoi ja vaikeutti yhdistyksen toimintaa, siitä huolimatta monet vapaaehtoiset pysyivät mukana toiminnassa. Etenkin vertaistuki-illat kärsivät pandemian vaikutuksista kokoontumiskieltojen vuoksi.

Työpajaan osallistuneiden vapaaehtoisten haaveena on, että yhdistys saisi enemmän näkyvyyttä erilaisilla messuilla ja muissa tapahtumissa. Aktiivinen synnytys ry on ollut jossain vaiheessa aktiivisemmin osana messutoimintaa ja tapahtumia mutta valitettavasti tämän kaltainen toiminta on jäänyt viime aikoina vähiin. Työpajassa nousi esille idea siitä että, yhdistyksellä voisi olla oma puhelinpalvelu tai joku vastaava odottajille, joilla on ongelma tilanne esim. sairaalan kanssa.

Työpajaan osallistuneet vapaaehtoiset kertoivat toivovansa yhteistyötä sairaalan kanssa, parempaa mahdollisuus vaikuttaa isommin kulttuuriin ja päästä rakentamaan ”parempia” paikkoja synnyttää. Paremmilla paikoilla synnyttää tarkoitettiin fyysistä ympäristöä, jossa olisi kodinomaisempi ja rauhallisempi ympäristö synnyttää. Tila voisi olla sairaalanosastolla tai mahdollinen sairaalan ulkopuolinen turvallinen tila synnyttää. Työpajaan osallistuneilla vapaaehtoisilla oli myös halu laajentaa vertaistukiryhmiä ympäri maata.

Työpajassa nousi selkeästi esiin tarve saada rahoitusta yhdistykselle ja sen myötä voisi palkata työntekijöitä ja yhdistys saisi toimitilat. Yhtenä merkittävänä teemana nostettiin esille perehdytyksen ja koulutuksen sekä virkistystoiminnan tarve vapaaehtoisille. Keskusteluissa nousi esiin myös tarve vapaaehtoisille tarjottavasta neuvontapalvelusta ongelmatilanteita varten. ”Tulevaisuuden haaveena olisi se, että yhdistys olisi tosissaan otettava järjestö, joka saa aikaan todellista muutosta synnyttäjien oikeuksien puolesta.”

Toimintaan liittymisen syytä oli itse saama vertaistuki ja siitä syntynyt halu tarjota muille vertaistukea. Yhdistyksen toimintaan tutustuminen ja sen toiminnan merkityksellisyyden arvostaminen. Toimintaan mukaan useimmiten päädytän tutun houkuttelemana. Yhdistyksen vertaistuki-iltoihin osallistunut ja aiheesta kiinnostunut usein päätyy itse ohjaamaan iltoja koska kokee yhdistyksen toiminnan merkitykselliseksi. Vapaaehtoiseksi päätyminen saattaa johtaa siihen,

että yhdistyksen toimintaan sitoudutaan syvemmin ja halutaan vaikuttaa toimintaan hallituksen jäsenenä tai muussa vastuutehtävässä.

Yhdistyksen toimintaan usein päädytään itse saaman vertaistuen ja sen merkityksellisyyden tuottaman tunteen motivoimana. Merkityksellisyys ja yhteenkuuluvuus nousevat usein esiin puhuttaessa vertaisuudesta. Vertaistuen vaikuttavuuden kokeminen edesauttaa uusien toimijoiden mukaan houkuttelua. Usein mukaan saadaankin houkuteltua tuttu, ystävä tai perheenjäsen. Toimintaan mukaan lähtemisen syy voi olla myös huoli itselleen merkityksellisen toiminnan jatkuvuudesta. Vapaaehtoistyötä tehdään oman arjen ohella ja elämäntilanteiden muuttuessa voi vapaaehtoistoiminta jäädä pois.

Työpajassa keräämään aineiston pohjalta kehitettävää yhdistyksen hallituksen ja vapaaehtoisten välillä oli etenkin viestinnässä, vapaaehtoisten perehdyttämisessä ja uusien vapaaehtoisten rekrytoinnissa. Vapaaehtoisten perehdyttämiseen liittyen nostettiin esiin etenkin sen vaillinaisuus. Vapaaehtoiset kertoivat työpajassa toivovansa systemaattisempaa perehdytystä yhdistyksen puolelta, jotta toiminta olisi laadukkaampaa ja turvallisempaa. Vertaistuellisia keskusteluiltoja on pidetty yhdistyksen perustamisesta asti, mutta toimintaan perehdyttäminen on ollut vaihtelevaa ja toimintamalli perehdyttämistä varten puuttuu.

Perehdytystä varten on koottu tiedosto, jossa on lyhyesti kerrottu toiminnasta, mutta sitä ei ole päivitetty tai muokattu toiminnan kehittymisen myötä. Se että onko tiedostoa muistettu esittää uusille vapaaehtoisille, on ollut riippuvaista toiminnassa mukana olijoista ja heidän omasta perehdytyksestään. Perehdytys on tapahtunut pääsääntöisesti kokeneemman vapaaehtoisen toimesta. Kokeneemman vapaaehtoisen tarjoama perehdytys toimintaan on arvokasta etenkin hiljaisentiedon siirtymisen kannalta.

Vertaistuki-iltojen järjestämisessä, mainostamisessa ja uusien vapaaehtoisten mukaan saamisessa tarvittaisiin lisää tukea. Osa työpajaan osallistuneista on ollut tai on mukana iltojen järjestämisessä ja edellä mainitut teemat nousevat esiin toiminnassa usein eri henkilöiden toimesta. Kyse on siis valtakunnallisesta haasteesta eikä yksittäisten paikkakuntien haaste.

Olisi tärkeää saada palautetta ulkopuolisilta koska yhdistyksen sisältä voi olla vaikea nähdä kehittämistarpeita. Työpajassa pohdittiin myös millä keinoin hallituksen toimintaa voisi kehittää ja tuoda näkyvämmäksi. Yhtenä teemana hallituksen toiminnan kehittämiseksi nousi viestinnän merkitys. Hallitukselta toivottiin saavan enemmän tietoa meneillä olevista suunnitelmista ja ketä hallituksessa toimii.

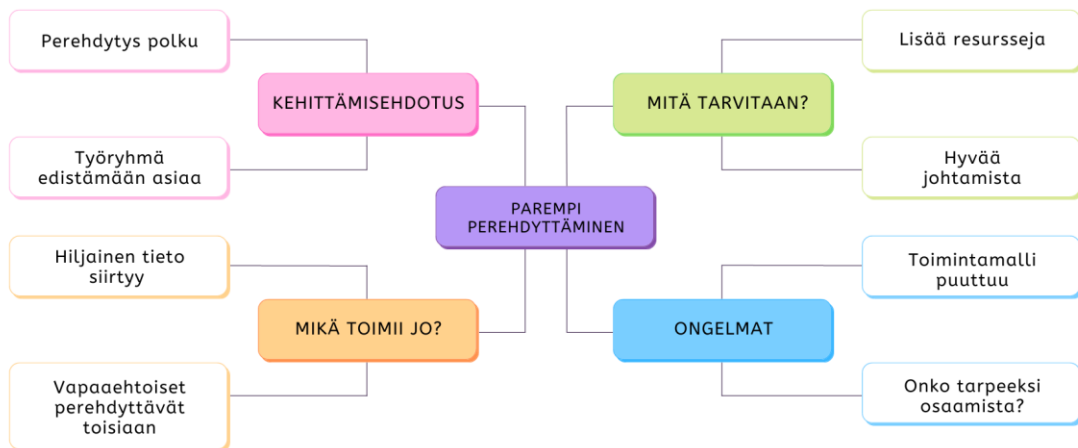
Työpajassa keskusteltiin myös toimintaan mukaan tulemisen haasteista. Toimintaan on toisten mielestä helppo hypätä mukaan etenkin, jos toiminnassa on mukana joku tuttu. Osallistujat nostivat esiin myös sen, että monien jäsenien ja vapaaehtoisten mielestä yhdistyksen toiminta ei ole tarpeeksi avointa, joka vaikeuttaa mukaan hakeutumista. Haasteena toimintaan mukaan lähtemiselle nähtiin tiedon puute verkkosivuilla.

Toimintaan on vaikea saada vapaaehtoisia mukaan. Uusien vapaaehtoisten puute uuvuttaa toiminnassa olevia vapaaehtoisia, koska toimintaa tehdään jo valmiiksi pienillä resursseilla. Halu varmistaa yhdistyksen toiminnan jatkuvuus on kuitenkin useiden vapaaehtoisten yhdistyksen toiminnasta lähtemisen este. Toiminta nähdään niin merkityksellisenä, että sitä tehdään usein oman jaksamisen kustannuksella.

Yhdistys on tehnyt useita teemaan liittyviä kannanottoja viime vuosina esimerkiksi Lohjan synnytysosaston säilyttämisen ja koronapandemian aikaisten synnytysosastoilla vallinneita perheiden oikeuksia rikkovien rajoitusten vastustukseksi. Yhdistyksen jäsenlehti on laadukas ja pidetty. Jäsenlehdellä on ammattitaitoiset päätoimittaja ja taittaja, jotka lisäävät omalla ammattitaidollaan yhdistyksen luotettavuutta kokoamalla laadukkaan lehden jäsenille. Hallitustyöskentely on kehittynyt viime vuosina enemmän yhteisölliseksi yhdessä tekemiseksi. Paikallistoiminta kärsi koronapandemian aikana asetetuista rajoituksista mutta niistä huolimatta toiminta jatkui pandemian jälkeen useilla eri paikkakunnilla.

6 KEHITTÄMISTEHTÄVÄN TUOTOKSET

6.1 Kehittämisehdotukset



Kuvio 6: Käsitekartta kehittämisehdotuksista

Ajatus toiminnan kehittämiseksi tulee yleensä jo toiminnassa mukana olevilta, jotka ovat huomanneet epäkohtia toiminnassa. Toiminnan kehittäminen on prosessi, joka tulee aloittaa rajaamalla kehittämisen kohde. Liian laaja kehittämiskohde syö kehittämistyötä tekevien motivaatiota etenkin, jos resursseja kehittämiseen ei ole tarpeeksi. (Laitinen 2015, 76-77.) Kehittämistyön aihealue rajattiin Aktiivinen synnytys ry:n vapaaehtoistoiminnan kehittämiseen vertaistukitoiminnan näkökulmasta jotta työstä tulee tarpeeksi vaikuttava.

Jotta yhdistyksen toiminta on laadukasta, luotettavaa ja uskottavaa tulisi vapaaehtoisten perehdyttämiseen panostaa jatkossa enemmän. Kaikkien Aktiivinen synnytys ry:n vapaaehtoisten tulisi saada yhtenäinen perehdytys yhdistyksen toimintaan mutta etenkin vertaistukea tarjoavien vapaaehtoisten tulisi saada kunnollinen perehdytys. Vertaistukea tarjoavat vapaaehtoiset kohtaavat toiminnassaan ihmisiä, jotka ovat uuden elämäntilanteen äärellä ja kaipaavat tukea siihen. Monet vertaistukiryhmiin hakeutuvista henkilöistä ovat oman kokemukseni mukaan halukkaita hakemaan tietoa ja vaihtoehtoja terveydenhuollon tarjoamalle tiedolle ja tuelle.

Aktiivinen synnytys ry:n vapaaehtoiset ovat aktiivisia ja osaavia vapaaehtoisia, joiden osaaminen ja motivaatio tulisi valjastaa yhdistyksen käyttöön. Useilla yhdistyksen vapaaehtoisilla on ammatillista taustaa raskauteen- ja synnytykseen liittyen, jota kannattaa hyödyntää toimintaa suunniteltaessa. Tärkeää on kuitenkin muistaa, että vertaistukiryhmät ovat vertaistuellisia ja niissä ei saa tarjota terveyteen liittyviä neuvoja. Vapaaehtoisten ammatillinen tausta voi olla hyödyksi esimerkiksi verkostoitumisessa ja aihealueen syvällisemmässä ymmärryksessä. Toisaalta vertaistukiryhmää voi ohjata täysin toisenlaisista taustoista tuleva henkilö, joka tuo oman osaamisensa esille, vaikka ryhmänohjauksen taidoissa. Tärkeää on siis tuntea yhdistyksen vapaaehtoiset ja osallistaa heitä mukaan toimintaan tarjoamalla mahdollisuuksia tuoda esille omaa osaamistaan.

Kehittämistyön tuloksissa nousi esille vahvasti viestinnän merkitys. Viestintä on yleisestikin merkittävä osa yhdistyksen toimintaa mutta tässä kohtaa tarkoitetaan viestinnän merkitystä yhdistyksen, jäsenten ja vapaaehtoisten välillä, jotta vapaaehtoiset tietävät mitä yhdistys odottaa heiltä. Viestinnässä on myös tärkeää huomioida yhdistyksen viestintä jäsenille. Jäsenille yhdistys on merkityksellinen, koska he ovat päättäneet liittyä jäseneksi ja siitä syystä mahdollisia uusia vapaaehtoisia kannattaa etsiä juuri jäsenten keskuudesta. Jäsenet ovat ymmärtäneet yhdistyksen toiminnan arvon ja ovat halunneet sitä tukea maksamalla jäsenyyden.

Aktiivinen synnytys ry:n toiminnan ytimessä on vapaaehtoistyö. Yhdistyksen lähes kaikki toiminta toteutetaan vapaaehtoisvoimin, joten siihen tulisi panostaa. Panostamista vaikeuttaa etenkin juuri myös yhdistyksen aktiivien vapaaehtoisuus. Vapaaehtoisten johtamisella on laajat vaikutukset yhdistyksen toimintaan kuten vapaaehtoisten motivaatiossa, perehdyttämisessä ja toiminnassa kokonaisuudessaan.

Jotta yhdistyksellä olisi aito mahdollisuus toiminnan kehittämiseen ja laajenemiseen olisi tärkeää saada toimintaa varten lisää resursseja. Yhdistykselle rahoituksen saaminen olisi äärimmäisen tärkeää toiminnan jatkuvuuden kannalta mutta ongelmaksi voi tulla se, että millä resursseilla lähdetään rahoitusta hakemaan, jos yhdistyksen aktiivit ovat jo kiireisiä yhdistyksen perustoiminnasta.

6.2 Perehdytysopas

Kehittämistyön tulosten perusteella toimivan ja luotettavan vapaaehtoistoiminnan perustana on hyvin toteutettu perehdytys. Yhdistyksen tarjoaman perehdytyksen tueksi on tarjottava hyvä ja kattava perehdytysopas. Perehdytysoppaassa tulee kertoa yhdistyksen arvoista, toiminnasta ja tavoitteista. Opas voi olla tiivis muutaman sivun tuotos tai useamman kymmenen sivun mittainen opus. On tärkeää tarjota vapaaehtoisille mahdollisuus palata tarkistamaan perehdytyksessä läpi käytyihin asioihin. Perehdytysopas voi olla tulostettava tai verkkoon koottu teos.

Verkkoon kootun tiedon vahvuus on siinä, että tieto on helposti saatavilla ja se on kätevästi päivitettävissä. Verkossa oleva opas on painettua opasta ekologisempaa ja taloudellisempaa. Haastatteluissa nousi ilmi perehdytysoppaan merkitys vapaaehtoisen polulla. Opas on tärkeä osa perehdytystä mutta myös sen jälkeen, koska opas tarjoaa tietoa ja tukea vapaaehtoistyön eri vaiheissa ja haasteissa. Oppaan lisäksi on tärkeää, että yhdistyksen työntekijä tai vastuhenkilö on helposti lähestyttävä ja aidosti tavoitettavissa ongelmatilanteissa.

Kehittämistyön tulosten perusteella tilaajan tarpeita vastaava tuotos on perehdytysopas vapaaehtoisille. Perehdytysopas mahdollistaa toiminnan yhtenäistämisen, luotettavuuden lisäämisen ja se tarjoaa tukea vapaaehtoisille. Perehdytysoppaassa kerrotaan yhdistyksen arvot, tavoite, toiminta ja yhdistyksen historiaa. Oppaassa mainitaan vapaaehtoisten vastuut, velvollisuudet ja oikeudet, jotta yhteisymmärrys vapaaehtoisten ja yhdistyksen välillä on selkeämpää.

Yhdistyksen tulisi tarjota perehdytystilaisuus myös etänä, jotta perehdytysoppaan käyttöön ja hyödyntämiseen voi yhdessä tutustua mahdollisimman laajasti kaikki toimintaan osallistuvat. Etänä pidettävän perehdytyksen etuja on, että niissä pysytään tarkemmin asiassa ja keskustelu ei polveile niin paljon kuin lähitoteutuksella pidetyssä perehdytyksessä. (Nummi 2018, 200.) Keskustelun polveilulla ja runsaudella on tietenkin hyvät puolensa koska se on usein idearikasta ja yhteisöllisyyttä luovaa mutta siinä voilla riskinsä, sillä runsas keskustelu saattaa viedä aikaa asiasisällöltä. Etänä toteutettava perehdytys vaatii perehdyttäjältä huolellista valmistelua ja verkossa käytettävien ohjelmien ja menetelmien hallintaa, jotta perehdytyksestä tulee laadukas. (Nummi 2018, 200, 201).

Yhdistyksen käyttöön tuleva fyysinen kehittämisopas tulee valmistumaan opinnäytetyön valmistumisen jälkeen ja sitä tullaan ottamaan käyttöön vuonna 2023. Kuvassa 3 näkyy alustava hahmotelma perehdytysoppaan kannesta. Opas tullaan viimeistelemään yhdessä Aktiivinen

synnytys ry:n hallituksen kanssa vuoden 2023 aikana ja perehdytysoppaan lisäksi suunnitellaan perehdytysmalli, jota lähdetään toteuttamaan mahdollisimman nopeasti.

Tämä on perehdytys opas Aktiivinen synnytys ry:n vapaaehtoisille. Laadittu vuonna 2022 osana opinnäytetyötä

Aktiivinen synnytys ry



Aktiivinen synnytys ry on vuonna 1986 perustettu poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton, voittoa tavoittelematon yhdistys. Yhdistyksen tavoitteena on edistää perhelähtöistä synnytyskulttuuria. Yhdistyksen tehtävänä on tarjota tietoa odotukseen ja synnytykseen, jotta jokaisella on aito mahdollisuus saada tarpeeksi tietoa aiheeseen liittyen. Yhdistystä voisi kuvailla kansalaisyhdistykseksi koska lähes kaikki yhdistyksen toiminta toteutetaan vapaaehtoisvoimin.

Yhdistyksen perustoimintaa on vertaistukiryhmien järjestäminen, Facebook ryhmän ylläpitäminen, viestintä, TENS-laitteiden vuokraus, yhteiskunnallinen vaikuttaminen, kannatustuotteiden myynti ja jäsenlehti Sydänääni.

Yhdistyksen tavoitteena on kehittää suomalaista synnytyskulttuuria tarjoamalla tietoa vaihtoehtoista ja pyrkimällä vaikuttamaan valtakunnallisesti tekemällä esimerkiksi kannanottoja osallistumalla ajankohtaisiin yhteiskunnallisiin keskusteluihin

- Tarjoaa tietoa ja tukea ammattilaisille, odottajille ja heidän läheisilleen
- vuokraustoiminta
- jäsenlehti
- kannatustuotteet
- tekee kannanottoja

Kuva 3 Perehdytysoppaan alustava kansilehti

Perehdytysoppaaseen tulee:

- Tietoa Aktiivinen synnytys ry:stä (mm. historia, arvot, toiminta)
- Tietoa vapaaehtoistyön mahdollisuuksista yhdistyksessä
- Vapaaehtoisen vastuut ja velvollisuudet
- Tietoa inklusiivisuudesta
- Tietoa vertaistukiryhmien ohjaamisesta

6.3 Tilaajan palaute

Tilaajan mielestä kehittämistyö oli ajankohtainen ja kehittämis ehdotukset tulee kehittämään yhdistyksen toimintaa, kun ne on jalkautettu toimintaan. Aktiivinen synnytys ry:lle on tehty useita opinnäytetöitä mutta niiden aiheet ovat olleet eri näkökulmista. (Aktiivinen synnytys ry 2022). Vapaaehtoisten perehdyttämisen kehittäminen on siis yhdistykselle uusi teema oppilaitosyhteistyössä. Palaute tilaajalta oli positiivinen ja itselleni oli tärkeää kuulla tilaajan mielipide työhön. Tilaajan kanssa käytyjen palautekeskustelujen ja viestittelyiden pohjalta nousi esiin kysymys, että miksi jo olemassa olevia vapaaehtoisten tehtävä kohtaiseen perehdytykseen laadittuja tiedostoja ei ole hyödynnetty laajemmin? Onko tiedostoja päivitetty? Entä onko tieto niistä siirtynyt aina seuraavalle tehtävässä toimivalle?

Perehdyttämisen kehittäminen jatkuu ja ensi vuonna yhdistys tulee jalkauttamaan tämän kehittämistyön tuotokset. Pelkkä perehdyttämisopas ei riitä hyvään perehdyttämiseen mutta se antaa suuntaa kohti oikeaa ja strukturoitua perehdyttämistä.

7 LOPUKSI

Opinnäytetyö on ollut prosessina henkilökohtainen ja opettavainen. Olen päässyt hyödyntämään omakohtaista kokemustani Aktiivinen synnytys ry:n vapaaehtoisena ja olen saanut omien huomioitten tueksi vahvistusta teoriasta sekä kehittämistyön aikana kerätyistä aineistoista. Kehittämistyössä esiin nousseet teemat ovat järjestökentälle tyypillisiä mutta siitä huolimatta Aktiivinen synnytys ry:lle aitoja ja ajankohtaisia haasteita. Koska haasteet ovat tyypillisiä järjestöille on siis varmaa, että tietoa ja tukea on tarjolla.

Se, että kuka tai ketkä ottavat haasteen vastaan ja lähtee määrätietoisesti viemään toimintaa kohti ammatillisuutta, on syytä selvittää yhdistyksen hallituksen kesken. Vaikka Aktiivinen synnytys ry tarvitsee reipasta otetta kehittämisen suhteen, on hyvä kuitenkin muistaa armollisuus yhdistyksen vapaaehtoisia kohtaan sillä järjestön toiminnan kehittäminen täysin vapaaehtoisvoimin ottaa ja vaatii paljon vapaaehtoisilta.

Yhdistyksen tarjoama vertaistuki on vaativaa vertaistukea ja toiminnassa liikutaan terveydenhuollon läheisyydessä mutta silti erillisenä toimijana. Siksi juuri tulisikin tarjota laadukasta ja yhdenmukaista perehdytystä yhdistyksen vapaaehtoisille, jotta he osaavat toimia oikein mahdollisissa haastavissa tilanteissa. Toiminnan yhteneväisyyden tarkoituksena on myös taata toimintaan osallistuville kautta maan laadukasta vertaistukea, jota ohjaa toimintaan perehdytyksen saaneet vapaaehtoiset. Perehdytys on avainasemassa laadukkaaseen ja yhdenvertaiseen toimintaan.

Jotta kehittämistyön tulokset toteutuvat yhdistyksen tulisi tehdä töitä sen eteen, että kehittämistyössän saadut tulokset jalkautetaan Aktiivinen synnytys ry:n toimintaan. On tärkeää, että yhdistys mahdollistaa toiminnan kehittämisen takaamalla tarpeeksi resursseja toimintaa varten. Tämä tosin tulee olemaan haastavaa, koska yhdistyksen toiminta pohjautuu täysin vapaaehtoisuuteen ja vapaaehtoisten motiivi ja omat resurssit vaihtelevat elämäntilanteiden mukaan. Tästä huolimatta toiminnan kehittäminen vaatii aikaa ja ihmisiä ketkä sitä tekevät. Ehkä on syytä miettiä voisiko ulkopuolista ostopalvelua hyödyntää tilanteessa, jossa vapaaehtoisten resurssit eivät riitä?

Toisaalta yhdistyksellä on jo ammattitaitoisia vapaaehtoisia erilaisissa tehtävissä, joiden osaamista ja aikaa voisi hyödyntää toiminnan kehittämisessä. Miten motivoida vapaaehtoisia antamaan entistä enemmän aikaa ja panosta yhdistyksen toiminnan eteen? Voisiko kertakorvaus tai joku muu muistaminen tai etu olla toiminnan kannustaminen vapaaehtoiselle?

Jotta Aktiivinen synnytys ry:n toimintaa voi aidosti lähteä kehittämään on tärkeää, että yhdistyksen aktiivisista vapaaehtoisista kootaan työryhmä, joka ottaa vastuu kehittämisprojektista. Ryhmän ei tarvitse olla iso mutta siihen olisi hyvä kuulua henkilöitä, joilla on resursseja toiminnan kehittämiseen. On tärkeää kuitenkin huomioida, että yhdistyksen kaikki toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen, joten on oltava realistinen kehittämisprojektin suunnitelmien suhteen. Kun työryhmä on valittu ja projektin laajuus on päätetty, olisi hyvä osallistaa muitakin vapaaehtoisia toimintaa.

Kehittämistyössä nousi esiin yleisestikin järjestökenttää haastavia teemoja kuten se että vapaaehtoiset eivät halua sitoutua pitkäksi aikaa, vapaaehtoisia on vaikea rekrytoida, resurssien puute, järjestöjen ääntä ei kuulla, viestinnän haasteet ja vastuutehtäviin on vaikea saada uusia tekijöitä. Nämä asiat ovat todellisia haasteita useille eri yhdistyksille etenkin niille, joissa toimitaan täysin vapaaehtoisten voimin.

Edellä mainitut teemat ovat olleet järjestöalalla yleisessä keskustelussa jo vuosia, ellei vuosikymmeniä. Tämä saakin miettimään, että mitkä ovat esteet edellä mainituille teemoille? Järjestökenttä on kehittynyt ja mennyt eteenpäin etenkin viimeisinä vuosina mutta siitä huolimatta samoista järjestökentän haasteista puhutaan. Olisiko aika siis muuttaa toimintaa ja asenteita, jotta toimintaa voitaisiin kehittää ja olla osana jatkuvasti kehittyvää järjestökenttää.

Aktiivinen synnytys ry:lle suunniteltu perehdytysopas ja kehittämis ehdotukset voivat parhaassa tapauksessa mahdollistaa toiminnan ammatillistumisen ja toiminnan kehittämisen kohti rahoitusta. Tuloksien eteen tarvitaan toimintaa ja me-henkeä mutta tiedän että sitä yhdistyksen aktiivisilta vapaaehtoisilta löytyy!

LÄHTEET

- Aktiivinen synnytys ry 2022. Viitattu 27.5.2022 <https://aktiivinensynnytys.fi/>
- Aktiivinen synnytys ry 2022. Viitattu 30.11.2022 <https://aktiivinensynnytys.fi/tietoa/amk-yhteistyö/>
- Active birth centre 2022. Viitattu 27.11.2022 <https://www.activebirthcentre.com/>
- Grönlund, Henrietta 2018. Vapaaehtoistoiminta lapsiperheiden tukena. Helsinki Missio
- Harju, Aaro 2020. Kansalaisareena, Suomalaisen kansalaistoiminnan historiaa. Viitattu 16.9.2022 <https://kansalaisyhteiskunta.fi/tietopankki/suomalaisen-kansalaistoiminnan-historiaa/>
- Hakala, Juha T 2022. Hyvä, parempi, valmis. Geudeamus.
- Hirvonen, Satu & Puolitaival, Satu 2019. Vapaaehtoistoiminnan arvo. Uudistettu painos 2018. Kansalaisareena ry
- Imetyksen tuki ry 2022. Viitattu 15.10.2022. <https://imetyks.fi/>
- Kansalaisareena 2022. Viitattu 16.9.2022 https://kansalaisareena.fi/wp-content/uploads/2021/05/Vapaaehtoistyö_tutkimusraportti_2021.pdf
- Kansalaisyhteiskunta 2022.
- Karreinen, Lari & Halonen, Maria & Tennilä, Meri 2010. 10 askelta parempaan vapaaehtoistoimintaan. Helsinki. Vihreä Sivistysliitto ry.
- Kiviniemi, Kari 2018. Raine Valli. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. 5 uudistettu painos. Jyväskylä. Ps-Kustannus.
- Kostamo, Pipsa & Airaksinen, Tiina ja Vilkkä, Hanna 2022. Kirjoita itsesi asiantuntijaksi. Helsinki. Art House oy.
- Kuokkanen, Martti & Myllyviita, Ari & Rosengren, Pirjo & Törrönen, Anneliina & Iso-Markku, Perttu 2018. Yhdistystoiminnan kehittämisen opas. KSL-opintokeskus. Keuruun laatupaino
- Kupias, Päivi & Peltola, Raija 2009. Perehdyttämisen pelikentällä. Gaudeamus Helsinki University Press
- Kuuluvainen, Salla 2015. Vapaaehtoistyön johtaminen. Helsinki. Sivistysliitto Kansalaisfoorumi SKAF ry. Lönnberg.
- Laitinen, Hanna 2015. Satu Riikonen & Tarja Nyman. Moninainen ja kehittyvä järjestötoiminta. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Helsinki. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/110164/978-952-456-223-2.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Luukkala, Jouni 2022. Luja tahtotila, mikä meitä motivoi?. Helsinki. Kustannus Oy Duodecim.
- Lähteenoksa, Meri & Hirvonen, Hanna. Synnytysohjaajakurssi suunnitteilla. Sydänääni-jäsenlehti 15. 2000/4

- Mannerheimin lastensuojeluliitto 2022. Viitattu 28.11.2022 <https://www.mll.fi/historia/>
- Mikkonen, Irja & Saarinen, Anja 2018. Vertaistuki sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki. Tietosana.
- Mäenpää, Pasi & Faehnle, Maija 2021. 4.Sektori. Tampere. Kustannusosakeyhtiö Vastapaino.
- Nummi, Pepe 2018. Fasilitoivan johtamisen käsikirja. Helsinki. Alma Talent.
- Ojasalo, Katri & Moilanen, Teemu & Ritalahti, Jarmo 2014. Kehittämistyön menetelmät. Helsinki. Sanoma Pro Oy.
- Pakanen, Lotta 2018. Sini Hirvonen & Satu Puolitaival. Vapaaehtoistoiminta ennen ja nyt. Kansalaisareena ry. Viitattu 28.5.2022 <https://kansalaisareena.fi/wp-content/uploads/2018/12/Vapaaehtoistoiminta-nyt-ja-tulevaisuudessa-web.pdf>
- Pitkäranta, Ari 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä, työkirja ammattikorkeakouluun. Jokioinen. e-Oppi Oy.
- Rochester, C & Ellis Paine, A & Howlett, S & Zimmeck, Meta & Ellis Paine, Angela 2009. Volunteering and Society in the 21st Century. Palgrave Macmillan. UK
- Seta 2022. Viitattu 29.11.2022. <https://seta.fi/jarjesto/jarjestopalvelut/vertaistoiminnantuki/#turvallinentila>
- Summa, Terhi & Tuominen, Kaisu 2009. Fasilitaattorin työkirja, menetelmiä sujuvaan ryhmätyöskentelyyn. Kehitysyhteistyön palvelukeskus, Kepa ry.
- Suomen Punainen risti 2022. Viitattu 20.10.2022. https://rednet.punainenristi.fi/system/files/page/Vapaaehtoisen%20polku_0.pdf
- THL, Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. Viitattu 13.11.2022. <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/sote-palvelut/sosiaalipalvelut/vertaisryhmatoiminta>
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2022. Viitattu 28.11.2022. <https://tenk.fi/fi/tiedetilppi/hyva-tieteellinen-kaytando-htk>
- Vienonen, Elina 2021. Vertaistuen moninaisuus. Pinja Nieminen & Eve Lahikainen. Kansalaisareena ry. https://kansalaisareena.fi/wp-content/uploads/2021/01/Vertaistuen_moninaisuus_WEB1494.pdf
- Vihinniemi, Paula 2020. Aloittavan vapaaehtoistoiminnan koordinaattorin opas. Kansalaisareena ry. Viitattu 28.5.2022. <https://kansalaisareena.fi/aloittavan-vapaaehtoistoiminnan-koordinaattorin-opas/>
- Väestöliitto 2019. Seksuaalioikeudet. Kamomilla Ilmonen & Elina Korhonen & Laura Lipsanen & Riikka Kaukoranta ja Sanna Kotiranta. Helsinki. Nord Print Oy
- Äimä ry 2022. Viitattu 20.10.2022. <https://aima.fi/>
- Åhlberg, Mauri 2018. Raine Valli. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. 5 uudistettu painos. Jyväskylä. PS-Kustannus

HAASTATTELUT

H1 2022 Haastateltava 1. Zoom-haastattelu 2022. Haastattelija Ulrika Seppänen da Costa

H2 2022 Haastateltava 2. Zoom-haastattelu 2022. Haastattelija Ulrika Seppänen da Costa

LIITTEET

Liite 1 Runko osallistava työpaja Aktiivinen synnytys ry:n vapaaehtoisille

Liite 2 Aivoriihityöpajasta kootut huomiot

Liite 3 Haastattelurunko vapaaehtoisten parissa työskenteleville yhdistysten edustajille

Liite 4 Haastattelurunko vapaaehtoisten parissa työskenteleville yhdistysten edustajille

Liite 1

Osallistava työpaja Aktiivinen synnytys ry:n vapaaehtoisille

16.8 etänä zoomin välityksellä 17.30–19.00

Työpajojen tarkoituksena on koota yhteen vapaaehtoisten ajatuksia toiminnan kehittämisestä.

- Miten parantaa yhdistyksen ja vapaaehtoisten välistä yhteydenpitoa?
- Miten sitouttaa vapaaehtoisia paremmin toimintaan? Vastuut ja edut?
- Miten toimintaa voisi yhtenäistää? Koulutus?
- Mikä toimii ja mikä ei? Risuja ja ruusuja?

Työpajassa käytettävät menetelmät?

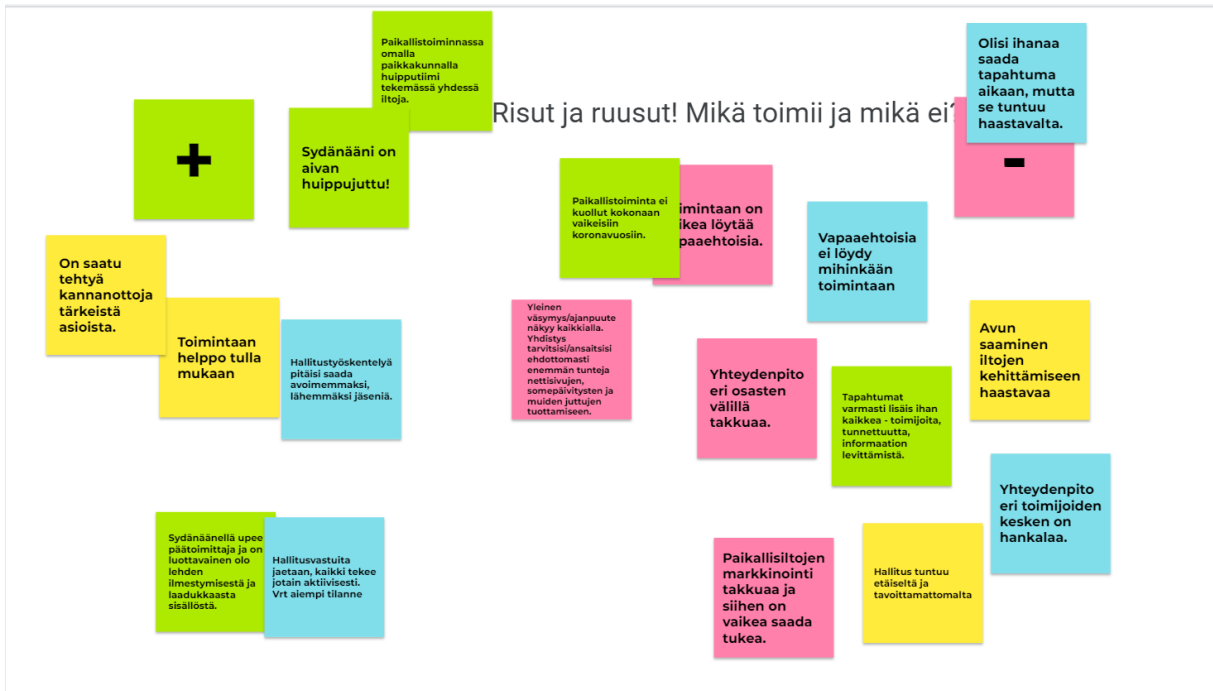
- Miksi olet toiminnassa mukana? Miksi tulit mukaan ja mikä saa sinut jatkamaan?
- + ja – tehtävä. Kirjataan ylös hyviä ja huonoja puolia
- Millainen olisi sinun unelmiesi Aksy?

Ajatuksia:

- Verkostoituminen: kenen kanssa ja miten? Valmisviesti
 - Muut yhdistykset?
 - Neuvolat
 - Oppilaitosyhteistyö
 - Julkinen sektori

Seuraavalla sivulla kuvat Jamboardiin kootuista ajatuksista vapaaehtosilta.

Liite 2. Kuvakaappaukset työpajassa nousseista ajatuksista



Liite 3

Haastattelu kutsu haastatteluun vapaaehtoisten parissa työskenteleville yhdistysten edustajille

Imetyksen tuki ry

Äimä ry

Hei! Olen Ulrika Seppänen da Costa loppuvaiheen yhteisöpedagogi opiskelija Humakista. Olen tekemässä opinnäytetyötäni, jonka aiheena on Aktiivinen synnytys ry:n vapaaehtoistoiminnan kehittäminen vertaistukiohjaajien näkökulmasta. Opinnäytetyötäni varten minun on tarkoitus haastatella vertaiskehittämisen näkökulmasta vapaaehtoisten kanssa työskenteleviä yhdistyksen edustajia eri yhdistyksistä, jotka tarjoavat vertaistukitoimintaa. Haastattelun kesto olisi noin 30min. Haastattelu tapahtuu Zoomi- ohjelman välityksellä ja se tallennetaan tiedonkeruuta varten. Haastattelun tiedot käsitellään anonyymisti ja opinnäytetyössä mainitaan vain yhdistyksen nimi.

Olisiko teidän yhdistyksenne edustajalla mahdollista osallistua haastatteluun?

Liite 4

Haastattelurunko vapaaehtoisten parissa työskenteleville yhdistysten edustajille:

Hei! Kiitos että saan haastatella teitä opinnäytetyötäni varten. Haastattelu tullaan tallentamaan Zoom-ohjelmaa hyödyntäen ja tallenne tuhoetaan opinnäytetyön valmistuttua. Haastattelun aikana kerättyä materiaalia tullaan hyödyntämään opinnäytetyössä yleisellä tasolla. Opinnäytetyössä tullaan mainitsemaan haastateltavan taustayhdistys mutta haastateltavan nimi ja työnimi pysyy anonyymina. Opinnäytetyötä varten on hankittu tutkimuslupa Aktiivinen synnytys ry:ltä ja opinnäytetyön sopimus on hyväksytty oppilaitoksen ja työnantajan puolesta. Ohessa on haastattelua varten kokoamani kysymykset.

Jos tulee kysymyksiä koskien opinnäytetyötä tai haastattelua niin vastaan mielelläni kaikkiin kysymyksiin.

Kysymykset haastateltavalle:

- Kuka olet ja mikä on roolisi yhdistyksessä?
- Kerro teidän yhdistyksestänne.
- Kuinka monta vapaaehtoista teillä on?
- Kuuluuko vapaaehtoisille perehdytystä tai koulutusta? Millaista? Miten?
- Millaista toiminta on?
- Millaisia tehtäviä te tarjoatte vapaaehtoisille?
- Millaisia vertaistuen muotoja yhdistyksenne tarjoaa?
- Miten pidätte huolta vapaaehtoisten hyvinvoinnista?
- Miten toimitte ongelmatilanteissa vapaaehtoisten kanssa?
- Mikä on mielestäsi parasta vapaaehtoisten koordinoinnissa?